

LA REVISTA DE LOS PROFESIONALES COLEGIADOS DE ENFERMERÍA

enfermería

facultativa | Año XXIII | Número 336 | 16 - 31 diciembre 2020



2020
AÑO INTERNACIONAL
DE LAS ENFERMERAS
Y MATRONAS

CÓMO CELEBRAR LA NAVIDAD DE FORMA SEGURA



Las mascarillas
transparentes de PVC no
protegen frente al virus



Entrenarse para
recuperar el olfato tras
el COVID-19

enfermería facultativa
os desea



feliz navidad

“

Constantes vitales

”



**Florentino
Pérez Raya**

Presidente del Consejo
General de Enfermería

Un esfuerzo más

A nivel colectivo culminamos el año más extraño, inquietante y doloroso que nos permite recordar nuestra memoria, el año en que nuestra vida cambió de repente por culpa de un agente infeccioso. Hemos renunciado —forzosamente— a viajar, a salir hasta tarde, a una libertad que no valorábamos lo suficiente. Pero el caso es que el ser humano es más civilizado de lo que se presupone y la mayor parte de la población obedecemos las normas de distancia e higiene, llevamos nuestra mascarilla e intentamos minimizar el riesgo de contagio.

Porque hemos podido comprobar lo que ocurre cuando este coronavirus se desboca, hemos visto morir a mucha gente por no tener una cama de UCI a su disposición o un simple respirador. Resulta frustrante y triste no poder pasar tiempo con muchos familiares y amigos, tener contacto a través de video-llamadas, que los abuelos no puedan abrazar a sus nietos y la tradicional efusividad que nos caracteriza se haya esfumado y, en general, nos comportemos como fríos habitantes de una república báltica donde los abrazos son hasta incómodos.

Llega la época más entrañable, la Navidad, los momentos donde compartir mesa y mantel con la familia. Sí, cuesta renunciar a unas navidades a las que estábamos acostumbrados, con reuniones, cenas, fiestas multitudinarias y paseos por el abarrotado centro de las ciudades para ver las luces. Pero si ya hemos cambiado nuestras costumbres y sabemos que lo hacemos por el bien común, por la salud de los que más queremos y de los mayores, de nuestros vecinos y de todos en general, entonces ¿por qué no seguir respetando las normas de la nueva normalidad durante las fiestas navideñas? ¿Acaso no es mejor tener una Nochebuena o Nochevieja más restringida este año a que en la del año que viene falte alguien a la mesa?

Por favor, hagamos entre todos el esfuerzo de seguir cuidándonos y mantener las medidas que garantizan nuestra salud. Este 2020 quizá sólo sea un borrón en una larga vida, que no se convierta en una fecha en la que llorar por alguien a quien queremos.



**Usted cuida de sus pacientes.
Ahora, Mutua Madrileña cuida de su coche y moto.**

Enfersegueros ha llegado a un acuerdo de colaboración con **Mutua Madrileña**, para ofrecer al colectivo enfermero y sus familias, así como a los empleados de la organización colegial, **los seguros de Auto y Moto con unas condiciones muy especiales.**

Disfrute de estas ventajas con el seguro de Auto de Mutua Madrileña:



Valor de nuevo
2 años



Libre elección
de taller



Asistencia en carretera
desde el km 0

Además, obtendrá la **Tarjeta SOY**,
con la que se beneficiará de **promociones especiales y descuentos exclusivos.**

Contrate ya su seguro de Auto o Moto.

Infórmese en el **91 334 55 25** o en **www.enfersegueros.com**



MUTUA MADRILEÑA AUTOMOVILISTA, S.S.P.F., Inscripción DGSFP n°M-0083. Paseo de la Castellana, 33 - 28046 Madrid.
E-NETWORK SALUD, S.A.U. CORREDURÍA DE SEGUROS está inscrita en el Registro de la Dirección General de Seguros y Fondos de Pensiones con el n°J-3552 y tiene concertado un Seguro de Responsabilidad Civil,
según lo establecido en el Real Decreto-ley 3/2020, de 4 de febrero. C/ Fuente del Rey, 2 - 28023 Madrid.



Sumario

Número 336

16-31 Diciembre 2020

Actualidad

6

Portada

Cómo celebrar la Navidad de forma segura

12

Noticias

- Humanizar la Navidad en el hospital en tiempos de COVID
- Las mascarillas transparentes de PVC no protegen frente al virus

Formación

ISFOS inicia un seminario gratuito para interpretar pruebas del COVID-19

Legislación

El Tribunal Supremo confirma la prescripción enfermera

Opinión

Sergio Alonso:
“Ayuso marca el camino mientras Illa chupa rueda”

Seguros

Enfersegueros incluye en su póliza de salud un nuevo servicio de telemedicina

Servicios profesionales



Ocio y cultura

44

Motor

Un renovado Micra, con nuevas versiones

48

Espectáculo

La naturaleza se viste de Navidad

49

Televisión

The Crown (4ª temporada): Diez capítulos sublimes que piden a gritos una versión española

52

Punto final

Clasificados del concurso #FotoEnfermería2020

Staff

Director: Florentino Pérez Raya. **Director técnico:** Íñigo Lapetra (ilapetra@consejogeneralenfermeria.org). **Coordinador editorial:** David Ruipérez (d.ruiperez@consejogeneralenfermeria.org). **Redactores:** Gema Romero (g.romero@consejogeneralenfermeria.org), Alicia Almendros (a.almendros@consejogeneralenfermeria.org), Ángel M. Gregoris (am.gregoris@consejogeneralenfermeria.org), Marina Vieira (m.vieira@consejogeneralenfermeria.org), Raquel González (rgonzalez@consejogeneralenfermeria.org). **Consejo editorial:** Pilar Fernández, José Ángel Rodríguez, José Vicente González, Francisco Corpas, Diego Ayuso y José Luis Cobos. **Asesora Internacional:** Alina Souza. **Diseño:** Kelsing Comunicación. **Maquetación:** Fernando Gómara y Ángel Martínez. **Ilustraciones:** Augusto Costhazo. **Asesoría Socioprofesional:** María José Fernández.

Enfermería Facultativa: C/ Fuente del Rey, 2. 28023. Madrid. Suscripciones y modificación de datos: 902 500 000. Redacción: Tel.: 91 334 55 13. comunicacion@consejogeneralenfermeria.org. Marketing y publicidad: Tel.: 91 334 55 20. Edita: Consejo General de Enfermería. Depósito legal: M-30977-1995. ISSN: 1697-9044. Ámbito de difusión: nacional.

CÓMO CELEBRAR la Navidad DE FORMA SEGURA



ALICIA ALMENDROS. Madrid

Si el año 2020 está siendo un año atípico marcado por el coronavirus, las fiestas navideñas no van a serlo menos. Esta vez hay que contar con un posible invitado más en la mesa: el COVID-19. “Entendemos a todos aquellos que en estas fechas tan señaladas se reúnen con la familia para celebrar la Navidad, pero recordamos que hay que tener cautela. Un error puede perjudicar la salud de todos, especialmente la de aquellas personas cercanas a nosotros”, resalta Florentino Pérez Raya, presidente del

“Tenemos que tener cautela, un error perjudica a todos”

Consejo General de Enfermería. Además, la Organización Colegial de Enfermería ha lanzado un **video** y una **infografía** donde explica cómo reunirse y comportarse en las cenas y reuniones familiares estos días. “Lo más importante es no acudir a ninguna celebración ante cualquier síntoma, ya se celebrará en otra ocasión, lo importante es salvaguardar la salud de todos; usar mascarilla todo el tiempo posible, quitándosela sólo lo necesario para comer y beber; reducir el número de personas y el tiempo de la celebración; ventilar bien la estancia y desinfectar e higienizar bien la sala después de las visitas”, explica Pérez Raya.

Cómo actuar

Nada más llegar a cualquier casa o restaurante hay que

Es importante que la celebración no se alargue mucho tiempo

echarse gel hidroalcohólico desinfectante —importante que siga la regulación UNE 14476— y realizar una correcta higiene y desinfección de las superficies una vez haya finalizado la cena.

En la mesa

En la mesa hay que sentarse teniendo en cuenta la distancia entre no convivientes. Una vez sentados, cada persona debe tener su plato indivi-



dual y no debe haber comida al centro para evitar compartir platos. Los vasos y copas deben estar identificados. Y, lo ideal, es que una única persona se encargue de poner, retirar y servir la mesa evitando coincidir en espacios pequeños y que se rompan las medidas de seguridad.

La Organización Colegial de Enfermería recuerda que los aerosoles son partículas suspendidas en el aire que pueden ser transportadas por el mismo. Se suelen emitir al hablar, cantar, gritar, estornudar... En espacios cerrados estas partículas se mantienen suspendidas en el aire por lo que hay más probabilidades de que sean inhalados por los que están en la sala. “Por tanto, es importante que la celebración no se alar-

gue mucho tiempo y en caso de que se haga una pequeña sobremesa, hay que tener la sala bien ventilada, no se debe cantar ni hablar en tono alto, no debemos compartir el móvil ni ningún otro dispositivo,

“No hay que dar besos ni abrazos con las campanadas”

se debe evitar el uso de matusuegras y de cualquier objeto que funcione soplando, muy comunes en Nochevieja, por ejemplo, y, sobre todo, no hay que dar besos ni abrazos con

las campanadas”, comenta el presidente de las enfermeras españolas.

Regalos

Para alegrar las navidades a los más pequeños de la casa, los que no van a faltar este año a pesar del COVID-19 son los Reyes Magos y Papá Noel. Eso sí, hay que seguir las medidas de seguridad a la hora de recibir los regalos: ponerse gel hidroalcohólico antes y después de abrir los paquetes, hacerlo con la mascarilla puesta y colocar los regalos separados para que cada persona recoja los suyos sin tocar los del resto o asignar a una persona que se encargue del reparto de todos, sobre todo si coinciden en ese momento



personas no convivientes habitualmente.

Cumplimiento

Hasta el momento el Ministerio de Sanidad ha presentado varias medidas para la celebración de la Navidad en esta situación de pandemia. Restringir el número de personas en las reuniones o el toque de queda a determinada hora son algunas de las medidas que ha planteado el Ejecutivo. “En estas fiestas se produce un importante número de desplazamientos entre territorios, es por ello por lo que se deben modificar ciertos hábitos para garantizar la seguridad y el control de la pandemia. Para todo el mundo, pero especialmente para

nuestros compañeros de hospitales, atención primaria y sociosanitario sería un golpe durísimo volver a enfrentarse a una catástrofe semejante. Por este motivo, queremos recordar una y otra vez a la po-

“Está en nuestras manos prevenir más rebrotes”

blación la necesidad de cumplir las recomendaciones sanitarias para prevenir más rebrotes en 2021 y de que toda la población asuma la responsabilidad individual que

le corresponde para prevenirlo”, afirma Pérez Raya.

Divulgación

Estas recomendaciones se unen a [todos los materiales](#) que la Organización Colegial de Enfermería lleva difundiendo, desde que comenzó la pandemia, para ayudar a la población. Cómo detectar el cáncer de mama en tiempos de COVID-19, cómo se mueve el coronavirus en el aire o aprender a diferenciar las distintas pruebas para detectar la enfermedad, son algunas de ellas. Todos estos materiales se pueden encontrar en el apartado COVID-19 de la web del Consejo General de Enfermería.



REUNIONES NAVIDEÑAS

IMPORTANTE

- ❑ No acudir si se tiene cualquier síntoma, ya se celebrará en otra ocasión
- ❑ Uso de mascarilla todo el tiempo posible quitándosela sólo lo necesario para comer y beber
- ❑ Reducir el tiempo y el número de personas lo máximo posible
- ❑ Ventilación en la sala o zona donde estemos



Celebraciones en domicilios

- Usar gel hidroalcohólico desinfectante con UNE 14476
- Servir todo en platos individuales, evitar poner cosas al centro
- Una persona se encarga de poner, quitar y servir la mesa
- Identificar vasos y copas
- Distancia en la mesa entre no convivientes



Regalos

- Echarse gel antes y después de abrir los regalos
- Colocar los regalos separados o que una persona haga el reparto



Sobremesa

- Hablar en tono bajo, no cantar ni poner música alta
- No compartir móviles ni otros objetos
- Nada de besos ni abrazos con las campanadas
- No usar matasuegras



HUMANIZAR LA NAVIDAD

en el hospital en tiempos de COVID

ÁNGEL M. GREGORIS. Madrid

Llegó diciembre y con él los preparativos de Navidad. Fechas señaladas en las que las familias se reúnen, los amigos festejan y el ambiente en las calles se llena de luces y color. Con la llegada del frío también llegan Papá Noel, el *olentzero* y los Reyes Magos para repartir regalos a los más pequeños de la casa, mientras que los mayores contemplan su ilusión desde la madurez.

Pero este 2020 todo es distinto. Las distancias, que se acortan habitualmente en estos días, deben hacerse aún más grandes y las ganas de cantar y bailar con todo el mundo deben reprimirse para evitar la expansión del COVID-19 y frenar la posible tercera ola de la pandemia en enero. Las reuniones deben minimizarse al máximo y es imprescindible que se cumplan las medidas sanitarias contra la propagación. Mascarilla, lavado de manos, distancia, ventilación, pocos contactos y no salir con síntomas son las seis premisas claves para atajar la enfermedad. Cualquier paso en falso

“La soledad es uno de los mayores problemas”

puede hacer retroceder al país a una situación como la del pasado marzo.

Pero estas normas, que se deben interiorizar enormemente en las calles, en las zonas de ocio y en los domicilios, también están muy presentes en los hospitales, donde miles de personas tendrán que celebrar las fiestas más atípicas de su vida, ingresadas y, debido a las circunstancias actuales, en soledad. Porque, sin duda, la soledad es uno de los mayores problemas que ha traído esta pandemia. Lo que ya de por sí no es algo bueno para nadie ni nunca lo ha sido, este año se convierte en una situación todavía peor. En 2020 no habrá visitas especiales ni los acompañantes de los enfermos podrán permanecer en las habitaciones para, de alguna manera, festejar que se acaba el año.

La nueva normalidad a la que se enfrentan los hospitales en esta primera Navidad en pandemia es muy distinta a la antigua, pero las enfermeras, como responsables de los cuidados, consideran fundamental que la humanización continúe siendo la misma o incluso mayor.

Atención

“La atención tiene que ser igual cualquier mes, pero sí es

“Nos toca poner a nosotros de nuestra parte”

verdad que empatizas mucho más con la gente que está ingresada en Navidad, hablas más con ellos... pero la humanización está presente en nuestro trabajo todos los días”, afirma Laura Gallego, supervisora de la 4ª sur de Medicina Interna en el Hospital Clínico San Carlos (Madrid). Igual piensa Encarna Fernández del Palacio, directora de enfermería del mismo centro, que subraya que está segura de que “las enfermeras y enfermeros que trabajen durante las fiestas y, sobre todo, en los días más señalados van a dar mucho más de lo que ya damos habitualmente para que los pacientes se sientan arropados”.

Es en las plantas de COVID-19 donde el aislamiento debe ser total, por lo que las visitas estarán totalmente prohibidas. “Pasar la Navidad en el hospital siempre es terrible, pero ahora que no van a poder recibir visitas nos toca poner a nosotras de nuestra parte. Por mucho que hagamos, no suplimos el afecto de la familia porque pasar un rato no es lo mis-



Hospital Sant Joan de Déu (Barcelona)



Enfermeras del
H. Clínico San
Carlos (Madrid)

mo que estar toda la mañana o la tarde, pero sí que hemos pensado decorarnos los EPI y ponernos algún motivo navideño”, cuenta Laura Gallego.

En esta misma línea opina su compañera Ana Isabel Urbano, enfermera de Medicina Interna del Clínico San Carlos: “Estamos muy limitados, pero debemos tener empatía, gestos, muestras de cariño.

Con el EPI, la comunicación verbal está muy limitada y sólo tenemos la mirada y las palabras; preguntarles cómo están y entrar de buen humor, aunque luego por dentro estés más fastidiada”.

Confianza

La misma opinión tiene M^a Teresa Climent, enfermera

adjunta del Área Clínica de Enfermedades Respiratorias del Hospital La Fe (Valencia), que considera que “las enfermeras debemos siempre procurar establecer una relación de confianza con las personas a las que cuidamos. Estar atentas a sus necesidades de comunicación y estado de ánimo, ofrecerles seguridad y confianza para mitigar la sole-

“Debemos tener empatía y muestras de cariño”

dad y la tristeza que conlleva la pérdida de su entorno y de las personas que lo forman”. Además, afirma que “el aislamiento de los pacientes ha constituido una de las mayores preocupaciones de las enfermeras”. “Dar respuesta y adaptarse a esta situación extrema no ha sido nada fácil.



María Teresa Climent,
Hospital La Fe
(Valencia)



Hospital Puerta
de Hierro
(Madrid)

Pero las enfermeras somos profesionales comprometidas acostumbradas a adaptarnos a situaciones de crisis y de respuesta inmediata generando ideas y reinventándonos según las necesidades”, asevera.

Si bien es cierto que las fuerzas de los profesionales sanitarios empiezan a flaquear tras nueve meses de crisis en los que se han visto obligados a luchar contra el virus muchas veces sin material suficiente, tienen claro que la Navidad de 2020 en los hospitales debe contener, al menos, una pizca de la antigua normalidad. Con seguridad y sin grandes eventos de celebración, todas las áreas se han engalanado para despedir uno de los años más fatídicos de la historia.

“En mi planta los pacientes son COVID positivo y ni pueden salir a pasear ni vienen a verlos, pero sí vamos a decorar. Además, hemos pensado hacer unas felicitaciones para dárselas en los días clave con algunas frases. Como no tenemos muchas formas de

transmitir ánimo físicamente, seguro que nos pintamos los EPIs con dibujos navideños”, explica Eva Villaseñor, enfermera del Clínico San Carlos.

Niños y niñas

Y son los niños y niñas los que más necesitan esta aura de festividad. Ellos, por su

propia condición, sí contarán en la mayoría de los hospitales con la compañía de sus padres, que les acercarán de alguna manera un poco a las fiestas de otros años.

“Estamos trabajando para mantener el espíritu navideño; los niños han decorado todas las puertas con ayuda de los sanitarios. Si conseguimos hacerles el entorno lo más familiar posible, tienen todo lo que necesitan. También solemos disfrazarnos de Papá Noel o Rey Mago para que vivan en el hospital lo mismo que en su entorno cualquier otro año”, destaca Jacinta Muñoz, supervisora de área del Hospital Materno-Infantil de La Paz (Madrid).

La inocencia de ellos y la preocupación de los padres hacen que los cuidados humanizados de las enfermeras cobren todavía más importancia. “Dar una noticia mala en cualquier momento del año es duro, pero en esta época más todavía. Intentamos ayudar lo máximo que podemos, intentando que el diagnóstico lo vean como un



Ana M.^a España, enfermera
H. Infanta Leonor (Madrid)



tránsito en su vida. Siento el dolor que sienten esos padres e intento entregarme al máximo, ser siempre alegre, no tener nunca una mala cara y

Trabajar para mantener el espíritu navideño

hacérselo todo más fácil”, argumenta Tina Guerrero, enfermera del Área de Pediatría del Hospital Sant Joan de Déu (Barcelona). Ella trabaja en la zona de oncología y, aunque otros años han tenido visitas de personas externas como los jugadores del Barça, este 2020 no podrá hacerse, pero insiste en que harán todo lo posible para que, con seguridad, los niños estén acompañados y los padres arropados.

Cuidados críticos

Mucho más difícil será el trabajo en áreas como las de cuidados críticos, lugares en los que la mayoría de los pacientes permanecen sedados y sin ser conscientes de lo que ocurre a su alrededor. A pesar de esto, es bueno y necesario que las enfermeras y demás sanitarios se dirijan a ellos de manera individualizada. Los ánimos en estas unidades también flojean y a veces es más complicado revivir el espíritu de la Navidad en un momento tan duro como el actual. Lo cuenta Carmen Cañas, enfermera de UCI COVID en el Clínico San Carlos. Lleva desde el principio de la pandemia atendiendo pacientes positivos y reconoce que está “al límite”. “Aunque estén sedados, nos-



otros llegamos, nos presentamos, les explicamos los procedimientos y yo incluso les contextualizo la fecha en la que estamos. Es verdad que ni nos lo hemos planteado, pero pondremos algún adorno. No hemos llegado a desconectar y estamos un poco más desmotivados porque en la primera ola estabas deseando el fin y ahora es como que esto no acaba”, comenta Cañas.

Familias

Pero fuera de esas UCIs o habitaciones aisladas están familias completas esperando noticias, aguardando un mensaje desde el hospital o una llamada que reconforte en fechas tan señaladas. Es aquí cuando las iniciativas virtuales que han surgido en los últimos meses cobran más importancia todavía. De hecho, algunas enfermeras abogan porque todo aquel paciente que esté en condiciones pueda, por ejemplo, tomarse las uvas con su familia a través de una videollamada. “No son recomendables, son imprescindibles. Este recurso es algo fundamental, tanto para aliviar la soledad del paciente como la intranquilidad de sus familiares”, asegura Rosa Bodes, supervisora de Área de hospitalización del Hospital Puerta del Hierro (Madrid). De hecho, tal y como afirma Laura Gallego, del Clínico, esta puede ser una buena manera de que esos pacientes aislados tomen las uvas con sus allegados. “Vamos a proponer a todo el mundo que haga su videollamada y los que no puedan, nosotros entraremos, aunque sea con nuestros móviles”, puntualiza Gallego.

Desde el Hospital Infanta Leonor (Madrid), la enfermera Ana María España cuenta que esta será su herramienta de elección “para poder contrarrestar, de alguna manera, el sentimiento de soledad y desamparo que nos invade cuando una persona se ve obligada a estar ingresada en un hospi-

Para ellos, que están en el hospital, y para sus familiares, que lo viven desde sus domicilios, unas palabras de aliento pueden suponer un mundo en cuanto al control de la ansiedad y los nervios se refiere. “Sé que son momentos difíciles, pero quiero transmitir que cuidaremos de sus familiares como si fueran los nuestros”, concluye Rosa Bodes.

“Intentamos ayudar lo máximo que podemos”

tal en estas fechas tan importantes y, más aún en la época COVID en la que nos encontramos”. “Debemos asumir las circunstancias en las que nos encontramos y nuestros cuidados deben ir focalizados en su mayor parte a minimizar la soledad”, destaca.

Diez meses

En definitiva, una Navidad rara que se suma ya a diez meses de pandemia, en los que la sociedad ha aprendido en tiempo récord unas nuevas normas, que marcarán para siempre la forma de vivir y de relacionarse. Ahora, con las campañas de vacunación contra el COVID ya en marcha, el deseo más pedido este 31 de diciembre será acabar con esta pesadilla para que la Navidad de 2021 vuelva a ser lo más normal posible.

Dar a luz en la Navidad de 2020

El nacimiento de un bebé siempre es una buena noticia, pero es cierto que la pandemia por COVID-19 ha obligado a los hospitales y centros de salud a modificar y adaptar las estrategias para evitar el contagio y a la vez conseguir un parto tan humanizado como en la antigua normalidad. Muy bien lo sabe Tania Navarro, matrona de sala de partos del Hospital Sant Joan de Déu (Barcelona), que asegura que “la atención a las mujeres que vienen a parir en Navidad es igual de especial que la que viene en otro momento”. “Las mujeres que vienen a parir en nuestro hospital siguen estando acompañadas por una persona, siempre la que ellas eligen. Pese a que todos tenemos que llevar mascarilla, ellas pueden estar acompañadas en sala de partos y en la planta”, explica.

En este sentido, la matrona considera que “lo más importante para ellos es que ningún virus pueda hacer que una mujer sienta que no está acompañada en el momento del nacimiento de su hijo”.

Influencers y famosos las han puesto de moda

Las mascarillas transparentes de PVC no protegen frente al virus

MARINA VIEIRA. Madrid

Las mascarillas son tan habituales en nuestro día a día que, para muchos, han pasado a ser un complemento más. Es muy frecuente encontrar por la calle personas luciendo mascarillas estampadas, de distintos colores y, cada vez más, transparentes. Distintos famosos e *influencers* han sido pioneros en aparecer públicamente con

estos cobertores faciales que permiten descubrir ese lado de la cara que llevamos ocultando desde que la palabra COVID-19 empezó a formar parte de nuestras vidas.

Las enfermeras advierten: la gran mayoría de estos modelos de mascarillas ni protegen ni filtran contra el coronavirus. “Muchas de estas mascarillas no están certificadas ni

homologadas en España y no se recomienda su uso. Más que por motivos estéticos las mascarillas transparentes surgen por una necesidad de aquellas personas que lo necesitan para mostrar su expresividad y poder leer los labios”, introduce Guadalupe Fontán, enfermera del Consejo General de Enfermería (CGE).

Para saber si la mascarilla es adecuada para combatir el virus, lo primero que debemos tener en cuenta es si cubre nariz, boca y mentón. Además, también es importante fijarse en la homologación: deben cumplir la especificación UNE

Tienen una función similar a la de la pantalla protectora

0065 o la normativa europea CWA 17553. En este punto hay que tener cuidado, ya que tiene que estar homologada específicamente como protector frente al COVID-19. “En España se hizo una normativa únicamente para las higiénicas reutilizables de tela, por lo que los modelos fabricados con policarbonato o PVC no pueden certificarse. Hay algunas que

Debe estar homologada contra el COVID-19

tienen una certificación europea, esa certificación las acredita como Equipo de Protección Individual (EPI) pero no como un protector respiratorio”, puntualiza Fontán. La función de estos originales complementos es similar al de una pantalla protectora: no filtran y tampoco impiden la propagación de los aerosoles por los que se disemina el SARS CoV-2 por el aire.

Reclaman su homologación

La polémica no se restringe a una cuestión estética. Hay muchos colectivos, con discapacidades auditivas o del habla, que reclaman su homologación para derrumbar la barrera comunicativa que presenta el hecho de no poder ver la boca de la persona con la que están hablando. Para estos casos ya se ha certificado un modelo de tela transparen-

te que cumple con todos los estándares de respirabilidad y filtración exigidos para proteger y protegernos frente al COVID-19. “Recientemente hay una empresa nacional que sí que ha hecho unas mascarillas higiénicas reutilizables casi transparentes que permiten la expresividad fa-

cial y sí cumplirían la UNE 0065 en cuanto a filtración, respirabilidad y ajuste facial”, concreta Guadalupe Fontán.

“No debemos olvidar que la mascarilla es útil para no propagar el virus. Su función no es ser un complemento de moda y tampoco sirven para evitar multas. Son una barrera de contención de la incidencia de la pandemia”, puntualiza Florentino Pérez Raya, presidente del Consejo General de Enfermería.

En conclusión, lo más importante es tener en cuenta que el producto que estamos adquiriendo no es un complemento de moda y que no sirve únicamente para evitar multas. No debemos olvidar el fin que hace que su uso sea obligatorio: protegernos y proteger a los demás de infectarse del COVID-19.



Sí no puede ver el vídeo correctamente pinche [aquí](#)





El Congreso da luz verde a regular por ley las ratios de enfermera paciente

MARINA VIEIRA. Madrid

La mayoría de los grupos parlamentarios —a excepción de PNV y JxCat—, han mostrado su apoyo a que se tramite la Iniciativa Legislativa Popular (ILP) que solicita una Ley que establezca las ratios de enfermeras adecuadas para garantizar la seguridad de los pacientes del Sistema Nacional de Salud. Una reivindicación histórica del Consejo General de Enfermería (CGE) que se ha visto materializado en esta ILP iniciada por el Sindicato de Enfermería SATSE con el apoyo del propio CGE. Esta ley supondrá la primera norma que regule las ratios enfermera-paciente en Europa. Así lo han manifestado los representantes de los grupos parlamentarios que han pedido la palabra en este debate sobre la tramitación de la ILP. Diferentes diputados del Grupo Socialista, Grupo Mixto, Ciudadanos, VOX o el PP han considerado que es una ley esencial para asegurar la prosperidad de nuestro sistema sanitario. No ha sido así el posicionamiento del PNV. En su intervención, Josune Gorospe ha declarado que “su grupo parlamentario va a «rechazar la iniciativa porque de prosperar en el trámite parlamentario supondría una considerable injerencia en el ámbito competencial existente”.

Apoyo mayoritario

Por su parte, Ana Prieto Nieto, del Grupo Parlamentario So-



cialista, iniciaba este debate con su sí a la Iniciativa Legislativa Popular. “Avanzo desde aquí nuestro voto favorable a la toma en consideración de esta Proposición de Ley de las enfermeras, teniendo en cuenta

Una exigencia histórica de la profesión

su origen como IPL”, anunciaba Ana Prieto Nieto. Además, felicitaba a las enfermeras por esta Iniciativa Legislativa Popular avalada con 660.000 firmas de enfermeras y otros ciudadanos. “Para mí, como enfermera y conociendo de cerca el gran trabajo que llevan a cabo mis compañeras, ha sido un honor participar en esta IPL”, ha recalcado Elvira Velasco, diputada del PP y enfermera.

Tras este debate y posterior votación todos los grupos parlamentarios aportarán sus consideraciones a la norma y seguirá la vía legal hasta su aprobación. Se trata de una noticia “muy positiva para la profesión enfermera, con un apoyo parlamentario más que merecido tras estos largos meses de trabajo por y para los pacientes en medio de esta terrible pandemia. Hace muchos años que desde el CGE reivindicamos que haya un número de enfermeras acorde a cada servicio clínico o necesidad sanitaria, que dejemos de estar a la cola de Europa en enfermeras. La falta de profesionales o la acumulación de un número de pacientes inabarcable se traduce en más mortalidad y morbilidad, como reflejan numerosos estudios científicos”, recalca Florentino Pérez Raya, presidente del CGE.

SEGUROS EXCLUSIVOS PARA LAS ENFERMERAS Y SUS FAMILIAS



Seguro de salud



Seguro de hogar



Seguro de decesos



Seguro de coche



Seguro de vida riesgo



Seguro de moto



Seguro de accidentes



Seguro de asistencia en viaje

www.enferseguros.com

91 334 55 25

Con el respaldo de:



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA

SOLICITA GRATIS
TU ESTUDIO DE NECESIDADES DE ASEGURAMIENTO

El colapso sanitario hace prever complicaciones entre los pacientes urológicos

RAQUEL GONZÁLEZ. Madrid

Un grupo de 40 profesionales enfermeras y enfermeros expertos en el ámbito de la Urología y la Rehabilitación han participado en la elaboración del documento “**Recomendaciones de Enfermería para el cuidado al paciente urológico durante la pandemia por SARS-CoV-2**”. Una guía de fácil y rápido acceso que se complementa con una serie de infografías y que aglutina recomendaciones prácticas en el manejo del paciente urológico a partir del conocimiento enfermero, experiencias, estrategias y medidas que mejor han funcionado durante los primeros meses de pandemia.

Con ella, se busca mejorar la gestión y planificación de los cuidados al paciente con patología urológica, tanto aguda como crónica, y así minimizar el riesgo de infección por COVID-19 y contribuir al control de la pandemia en nuestro país.

El equipo que ha elaborado esta guía y que conforma el Grupo CAB, Coloplast Advisory Board, ha estado coordinado por la enfermera Matilde Castillo Hermoso, del Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo. Un trabajo que cuenta con el aval del Consejo General de Enfermería, la Asociación Nacional de Directivos de Enfermería (ANDE), la Asociación Española de Enfermería Especializada en Lesión Medular Espinal (ASELME) y la Asociación Española de En-

Matilde Castillo,
enfermera
coordinadora
del documento



La guía recoge la experiencia durante la primera ola

fermería en Urología y que ha sido posible gracias a la colaboración de Coloplast. La guía, con un hilo transversal común, el manejo del paciente

urológico, va dirigida no sólo a las enfermeras que trabajan en consultas especializadas sino también a las de Atención Primaria y en general a todo el colectivo enfermero.

Como explica el presidente del Consejo General de Enfermería, Florentino Pérez Raya, “estamos muy satisfechos con el contenido de este documento pues, partiendo de la evidencia científica, permite aprender de lo vivido en los primeros meses de pande-

mia. Gracias a la implementación de las estrategias que se detallan en esta guía, las que mejores resultados han dado durante la primera ola, no sólo contribuiremos a la seguridad de nuestros pacientes y profesionales, esencial en la lucha contra la pandemia, sino también a mejorar la calidad de vida del paciente urológico. No olvidemos que las personas afectadas por este tipo de patologías sufren una merma muy importante de su calidad de vida, con un claro impacto en su autoestima, vida social, familiar y laboral. El hecho de suspender las consultas de seguimiento durante la primera ola ha llevado a muchos de ellos a tener que lidiar con su problema sin el asesoramiento y el cuidado de su enfermera experta, agravándose así su situación”.

La guía está ya disponible para su descarga gratuita en la web del Consejo General de Enfermería, webs de las sociedades que la avalan y de Coloplast.

El paciente en pandemia

En los primeros meses de pandemia los pacientes urológicos sufrieron especialmente las consecuencias de la crisis sanitaria. Y es que, como señala Matilde Castillo, “la actividad enfermera en unidades de Urología y consultas de enfermería especializadas ha ido modificando sus contenidos asistenciales en función de la evolución de esta nueva realidad. El sistema sanitario se ha reconfigurado para afrontar la gestión de la pandemia con los recursos disponibles e imprescindibles y muchas enfermeras especializadas en el ámbito urológico han llevado a



cabo su práctica en espacios muy diferentes, básicamente dedicando su actividad profesional al cuidado directo del paciente afectado por COVID-19 o rediseñando nuevos escenarios de cuidado para el paciente urológico”.

Expertos en Urología lanzan una guía práctica

Así, los pacientes agudos, continúa Matilde Castillo, “se vieron afectados por los problemas para acudir a los centros sanitarios”. Ante esta situación, subraya, “se establecieron una serie de niveles de priorización” con el objetivo de atenderles en función de su gravedad.

De otro lado, en los pacientes crónicos se vio afectado tanto el seguimiento como la realización de intervenciones quirúrgicas programadas no urgentes, que se vieron suspendidas, una situación ante la cual, explica, “se potenciaron las consultas telemáticas, especialmente las telefónicas”. No obstante, las consultas

presenciales de enfermería son necesarias en muchos casos e insustituibles por una atención telemática, por ejemplo, cuando es necesaria una formación y aprendizaje en técnicas como la cateterización intermitente. Según Matilde Castillo, “seguramente, en un futuro, veamos complicaciones derivadas de esta reestructuración de la asistencia sanitaria” que tuvo lugar en los primeros meses de pandemia.

Actualmente, se ha retomado la actividad de las consultas, sin embargo, persiste en muchos casos el miedo a acudir a los centros sanitarios por el contagio.

Una guía que parte de la experiencia

Fruto de la experiencia adquirida durante este período que abarca desde el colapso del sistema sanitario, la desescalada y la nueva normalidad hasta la segunda ola, surge esta guía que recoge la evidencia científica aplicada a este nuevo escenario al que nos enfrentamos. Un documento de consenso en forma de recomendaciones útiles para todos los profesionales sanitarios en el cuidado del paciente urológico durante la pandemia.



ENTRENARSE PARA RECUPERAR EL OLFATO TRAS EL COVID-19



ALICIA ALMENDROS. Madrid

Entre un 80% y un 90% de los contagiados sintomáticos de COVID-19 padecen o han padecido una disfunción del gusto y el olfato como un síntoma más de la enfermedad, por lo que esta alteración está siendo de gran importancia en el diagnóstico de esta, y requiere un tratamiento individualizado. Por ello, la Unidad de Olfato del Servicio de Otorrinolaringología del Hospital Clínico San Carlos de Madrid ha puesto en marcha recientemente un programa destinado a recuperar los sentidos del olfato y gusto en estos pacientes. “Desarrollamos esta consulta hace ahora tres años y vemos a todo tipo de pacientes con pérdidas de olfato, pero es cierto que ahora con el tema de la pandemia son muchos los pacientes que consultan

por una pérdida de este sentido a causa del coronavirus”, explica Pablo Sarrió, responsable de la Unidad de Olfato del Servicio de Otorrinolaringología del Hospital Clínico San Carlos (Madrid). “Cada vez tenemos más pacientes, de hecho, el 90% de los que vemos en primera consulta con a causa del coronavirus”, añade.

“Cinco meses después sigo sin recuperar el olfato”

Seis meses sin olfato

Elena Marcos es enfermera de quirófano de este centro ma-

drileño y se infectó de COVID-19 en abril. Desde entonces no percibe ningún olor. “Empecé con fiebre un día por la tarde y al día siguiente fue cuando noté que había perdido el olfato. Al estar aislada en una habitación, pedí a mi chico que me hiciera café para desayunar y como no olía no me di cuenta de que estaba preparado. Y al desayunar confirmé que no percibía sabor ni olor alguno”, comenta Marcos.

Cinco meses después, esta enfermera sigue sin recuperar el sentido, por lo que ha decidido acudir a la Consulta de Olfato: “Di negativo a las tres semanas y después de dos meses he empezado a percibir olores de una forma muy leve, pero no distingo muchos aromas. La verdad es que en un princi-

pio no tenía ganas de consultar, pero, ahora, una vez terminadas las vacaciones, en reuniones con familia y amigos comentan lo rico que está algo y no lo percibo. Además, tengo gas en casa y me da miedo que haya una fuga o se queme algo y no lo detecte”, afirma. Y es que el olfato es clave no sólo a la hora de comer alimentos. Elena, por ejemplo, se quemó las manos con lejía al echar más cantidad de la que correspondía al hacer una dilución.

Enfermería

Durante el tratamiento se lleva a cabo un entrenamiento que consiste en la estimulación repetida de la vía olfatoria para recuperar la funcionalidad perdida tras la enfermedad. Un procedimiento en el que la enfermera desempaña una labor importante. “Recibimos

al paciente y en un primer momento nos aseguramos de que el paciente viene sin perfume y sin fumar desde el día anterior. Es muy importante que lo cumplan para que la olfatometría no salga errónea”, argumenta Arancha Chamorro, enfermera de la Consulta de Otorrinolaringología del Hospital Clínico San Carlos (Madrid).

La olfatometría tiene dos partes, “en una medimos el umbral que tiene ese paciente y en otra intentamos discriminar si distingue los olores que le mostramos. Con esos

olores de diez familias distintas: cítricos, dulces, amaderados, frutales, químicos... “Les damos recomendaciones para su vida diaria como por ejemplo poner la fecha de cocinado de un alimento para evitar comerlo en mal estado, tomar precauciones con el gas en casa...”, enumera Chamorro.

Con esta terapia, el paciente entrena su olfato y su capacidad cerebral para identificar olores, almacenarlos y recordarlos, acelerando de esta manera la regeneración de las células dañadas. Este entrenamiento es una rutina diaria de dos sesiones (mañana y tarde), de unos 10 minutos de duración, durante varios meses, y consiste en oler distintos frascos de aceites esenciales, tratando de identificar cada aroma. Este tratamiento se personaliza en función de los resultados y se complementa con un cuadernillo que el paciente debe rellenar y entregar al finalizar, con el fin de mejorar el cumplimiento, evaluar la mejoría olfativa y valorar una posible modificación de la pauta de olores entrenados. “Con este entrenamiento se consigue acelerar la recuperación del olfato en gran medida”, apostilla Sarrió.

Cada tratamiento en la consulta es personalizado

resultados el médico pondrá un tratamiento y nosotros ayudaremos a explicar la rehabilitación o el entrenamiento olfatorio que tiene que realizar en casa”, expone la enfermera. Cada tratamiento es individualizado dependiendo de los resultados de los test que realizamos y durante la prueba se huelen

Si no puede ver el vídeo correctamente pinche [aquí](#)



Una enfermera escribe un libro sobre historias reales del coronavirus

MARINA VIEIRA. Madrid

Esta pandemia ha marcado el mundo. En el caso de las enfermeras, estos meses de incansable trabajo han sido un tatuaje permanente que nunca se va a borrar de su conciencia. Con la intención de que este sello imborrable no se quede sólo en la memoria de estas profesionales, Ana Polegre, enfermera responsable de la web Enfermera en Apuros, ha recopilado en una publicación algunas de estas historias desgarradoras de sus compañeras de profesión. “En pleno confinamiento, con todos los compañeros a punto de explotar por la tensión, el sufrimiento y la falta de recursos, y el resto de la población sin comprender aún muy bien la gravedad de la situación, vimos necesario darles voz a los compañeros sanitarios”, explica Polegre.

Luchar por la profesión

La enfermera, que aparcó su ejercicio profesional para dedicarse de pleno a su iniciativa de venta de productos para enfermeras y otros sanitarios, considera que “hay muchísimo por lo que luchar como profesión. Muchos derechos y mejoras que conseguir. Cosas que la enfermería lleva años

pidiendo, reclamando y que, reiteradamente, han sido negadas. Necesitamos una mayor visibilización para que se nos tenga en cuenta como merecemos” concreta la enfermera. Y, por esta razón, consideró esencial apostar por la edición de este libro de historias reales. “Todas las historias tienen algo especial, todas son muy emotivas y reveladoras. No podría elegir una sola, pero sí me

Historias desgarradoras de sus compañeras de profesión

quedo con los dos primeros capítulos en los que se narra el miedo y la incertidumbre con la que tuvieron que lidiar todos los sanitarios. Se enfrentaron a lo desconocido sin armas y con poca información. Aun así, se enfrentaron y lo dieron todo por ayudarnos”, concreta la responsable de la marca Enfermera en Apuros.

Trabajo colectivo

El trabajo ha sido colectivo, al comenzar la pandemia se



abrió una plataforma donde aquellas enfermeras interesadas en contar su historia pudieran participar. “Seleccionamos las más emocionantes de más de 300”, concreta Polegre. “Publicamos las que mejor reflejaban la realidad de tantos compañeros”, añade. Además, se trata de un proyecto solidario ya que los beneficios personales de la autora se destinarán “a una causa que ayude a los enfermeros y sanitarios. Aún estamos valorando, junto con nuestra comunidad, a la que hemos pedido también que decidan junto a nosotros, cuál será la causa. No podía ser de otra forma que con ellos. Todo cambia mes a mes y queremos que la causa sea importante y les pueda ayudar en el momento de la donación” relata la enfermera.

El libro, que se puede adquirir en la mayor parte de las librerías online y de la calle, es lo que las enfermeras se merecen tras estos duros meses de trabajo. “Merecen que todos sepan la realidad. Lo que han pasado. La falta de material, de medios, de personal, de información. Las horas extra, los días doblando, el cansancio. Todo está en el libro y todo es 100% real”, concluye Ana Polegre.



Ana Polegre



Empoderar al paciente para acabar con el hábito tabáquico

ÁNGEL M. GREGORIS. Madrid

“El 73% de los fumadores ha intentado en algún momento dejar de fumar. El 57% abandonó el hábito sin ayuda, sólo el 8% con tratamiento farmacológico y el 13,7% con un programa de deshabituación tabáquica”. Estos son sólo algunos de los datos que se desprenden de la encuesta a pacientes presentada por **Cardioalianza**, que ha puesto de manifiesto la necesidad de que las instituciones sanitarias apuesten por la educación contra el tabaquismo y la prevención frente a posibles enfermedades derivadas del tabaco.

Y esta educación para la salud pasa, indudablemente, por las enfermeras, uno de los pilares fundamentales a la hora de ayudar y concienciar a la población. Ellas, como profesionales más cercanos a los pacientes, deben conocer y formar no sólo a los afectados, sino también a los no fumadores y, sobre todo, a los niños.

En este sentido, Diego Ayuso, secretario general del Consejo General de Enfermería, ha recordado que desde la Organización Colegial se lanzó una potente campaña a nivel nacional para educar a los niños sobre este asunto. “A través de Coche sin humo, intentamos llegar a los más jóvenes para que ellos a su vez transmitieran el mensaje a sus familiares”, ha afirmado Ayuso.

Formación temprana para evitar la adicción

Asimismo, ha puesto de manifiesto el rol de las enfermeras en las unidades de tabaquismo. “Es necesario empoderar al paciente y que sean ellos los que asuman ese rol para superar la adicción”, ha recalado Ayuso.

Durante la presentación de la encuesta también se ha abordado la deshabituación tabáquica en los pacientes con enfermedad cardiovascular. Diego Ayuso ha destacado que la experiencia de los profesionales es que “el abandono del tabaco está totalmente relacionado con el impacto que ha tenido en la salud del paciente el evento cardiovascular”.

Experiencia

“La deshabituación tabáquica está relacionada con el sentimiento de enfermedad real. Hoy en día los procesos se abordan con mucho éxito terapéutico y por eso los afectados no tienen conciencia de su enfermedad”, ha resaltado Ayuso.

Por su parte, Maite Saturnino, presidenta de CardioAlianza, resaltó “la importancia de las asociaciones de pacientes para prestar apoyo y ayuda para dejar de fumar”.

Seguro de **Decesos**



Promoción Exclusiva para el colectivo enfermero, sus familias y los empleados de la organización colegial

Tu tranquilidad **nos importa**

Porque nos ocupamos de cualquier imprevisto llegado el momento para que no tengas que preocuparte de nada. **Garantizamos tu tranquilidad** y la de los tuyos.



Pareja joven

Edad: 29 y 28 años
Bilbao
antes: 50,93 €/año
ahora: **43,29€** /año



Mujer

Edad: 40 años
Córdoba
antes: 52,94 €/año
ahora: **45,00€** /año



Pareja con hijo

Edad: 40, 38 y 7 años
Tarragona
antes: 85,45 €/año
ahora: **72,63€** /año



Pareja mayor

Edad: Ambos 60 años
Sta. Cruz de Tenerife
antes: 138,28 €/año
ahora: **117,54€** /año

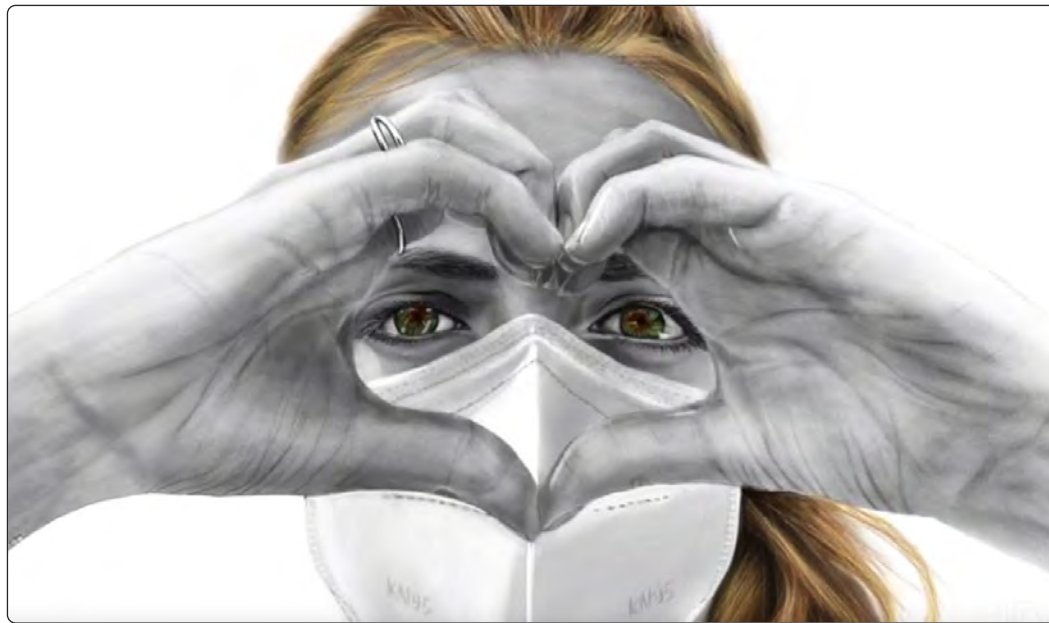
Si contratas ahora, consigue un 15% de DESCUENTO*

Contrata tu seguro llamando al **91 334 55 25**
e infórmate en **www.enfersegueros.com**



*Oferta válida para contrataciones realizadas antes del 31 de diciembre de 2020

PREVENTIVA, COMPAÑÍA DE SEGUROS Y REASEGUROS, S.A. Inscripción DGSFP nºC-0155. C/ Arminza, 2 - 28023 Madrid.
E-NETWORK SALUD, S.A.U. CORREDURÍA DE SEGUROS está inscrita en el Registro de la Dirección General de Seguros y Fondos de Pensiones con el nºJ-3552 y tiene concertado un Seguro de Responsabilidad Civil, según lo establecido en el Real Decreto-ley 3/2020, de 4 de febrero. C/ Fuente del Rey, 2 - 28023 Madrid.



Alipio Gutiérrez, autor de *COVID-19. Nuestra guerra*

“Los medios hemos edulcorado la realidad para que no doliera”

RAQUEL GONZÁLEZ . Madrid

A pesar de haber copado casi la totalidad de la información, los medios de comunicación, según el periodista Alipio Gutiérrez, no recogieron la realidad de la pandemia en sus primeros meses. Hablamos de marzo y abril, cuando el coronavirus irrumpió en nuestras vidas sin dar tregua y nuestro sistema sanitario colapsó.

Lo que se vivía de puertas adentro en hospitales y otros centros sanitarios o sociosanitarios, como las residencias de mayores, no se reflejaba con fidelidad en los medios tradicionales y sólo las redes sociales se atrevieron a filtrar, sin autorización la mayoría de las veces, lo que de verdad pasaba. Censura en unos casos y autocen-

sura en otros, lo cierto es que, para este periodista, director de contenidos de salud de Telemadrid, lo que vimos fue “una versión edulcorada” de lo que estaba pasando.

“Urgencias, UCIs y residencias eran campos de batalla”

Con el objetivo de contar con la mayor fidelidad posible esa realidad y de reflexionar también sobre cómo la recogieron los medios de

comunicación, Alipio Gutiérrez acaba de publicar el libro “COVID-19. Nuestra guerra”. En él, a través de 36 relatos, varios de ellos de enfermeras, se intenta ‘dibujar’ el caos y la desesperación vividos durante esos primeros meses. “Lo que aparecía en los medios no era lo que ellos nos contaban —enfermeras, médicos, auxiliares, farmacéuticos de hospital...—. Ellos estaban viviendo una guerra y lo sentían como tal. Creo que los medios de comunicación hemos edulcorado demasiado la realidad para que no doliera, para que no hiciera tanto daño”. Y en esa ‘guerra’, nos dice, “los campos de batalla eran las salas de urgencias de



los hospitales, las UCIs, las residencias de mayores”. Pero, añade, “no hubo ‘corresponsales de guerra’ de los medios en los hospitales, en las residencias... en los meses de marzo y abril”. En su opinión, de haberse contado fielmente, quizás los ciudadanos hubieran sido más conscientes y, por ende, responsables, ante la pandemia.

Testigo de excepción

Como periodista, Gutiérrez fue testigo de excepción de muchas historias, historias que le narraban sus protagonistas en la antesala del plató de televisión y que, luego, ellos tampoco se atrevían a contar de la misma forma en directo: “Me contaban una realidad que luego no era la que contaban en público. Trataban de sobreponerse a la situación que estaban viviendo para no trasladar una imagen de caos absoluto. No tenían medios para protegerse a sí mismos y, por tanto, tampoco protegían a aquellos pacientes a quienes cuidaban. Tampoco había respiradores, tenían que habilitar camas de UCIs en lugares como bibliotecas, donde no había tomas de oxígeno... y todo eso tuvieron que ir improvisándolo como



si fuera una guerra. Y esa fue su guerra. Esa lo que yo he querido contar, porque ellos me lo han transmitido así”.

“No se contaba lo que de verdad sucedía”

Ilustraciones

Alipio Gutiérrez ha querido mostrar la pandemia, o la guerra, como él la llama, no sólo a través de los relatos sino también de una serie de dibujos que él mismo ha realizado



en la que es una de sus facetas menos conocidas. En total, doce dibujos que ilustran tanto la portada como el interior. Con ellos, el periodista intenta transmitir lo que se ha sentido durante esos críticos meses, meses de los que, insiste, faltan imágenes a las que agarrarse.

A fondo en Canal Enfermero

El periodista, que siente un cariño especial por la profesión enfermera, ha pasado también por el plató de televisión de Canal Enfermero en Youtube. En la entrevista, que ya está disponible y que dentro de poco podréis leer en aquí en ENFERMERÍA FACULTATIVA, Alipio Gutiérrez reflexiona sobre algunos de los momentos vividos durante la pandemia, cómo se ha contado en los medios de comunicación y por qué ha decidido contarlos en este libro. El periodista ha dejado un ejemplar firmado y dedicado para nuestras enfermeras y dentro de poco se sorteará entre los seguidores de Diario y Canal Enfermero. El libro, que tiene un precio de 21 euros, puede también conseguirse escribiendo un email a luissin-de@luyelprod.com.

Sergio Calderón, deportista de élite y enfermero

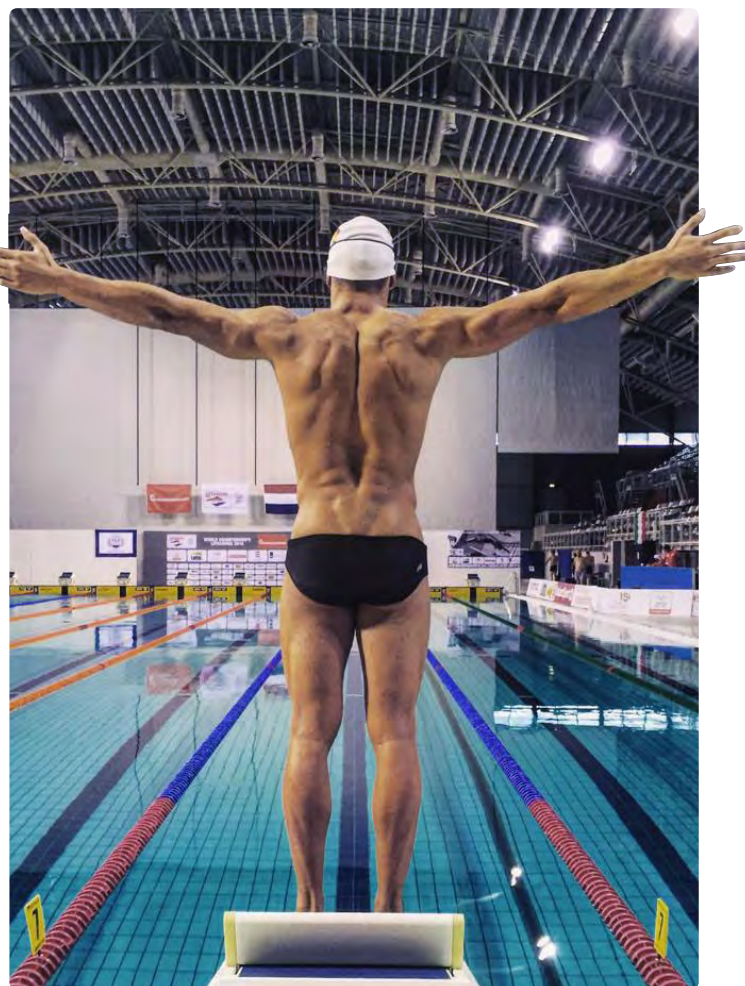
“He tenido que hacer auténticos malabares para compaginar mis estudios”

M. VIEIRA / D. RUIPÉREZ. Madrid

Sergio Calderón es enfermero, tiene 25 años y en sus círculos más íntimo le conocen como “toro”. Además de enfermeros, es nadador de élite y ha representado a España en muchas competiciones internacionales hasta ganar 17 medallas internacionales y su especialidad es el Salvamento y el Socorrismo. En esta entrevista, Sergio cuenta cómo ha vivido la pandemia en Tenerife, donde reside, trabaja en un centro de Atención Primaria y es nadador del Real Club Náutico de la isla.

¿Cómo te viene la afición a nadar?

Empecé a nadar a los cuatro o cinco años en Alicante. De pequeño era muy hiperactivo y el médico le aconsejó a mi madre que al ser tan nervioso sería bueno que me apuntase a algún deporte para que llegase a casa y estuviera cansado. Al final es algo que cuando eres pequeño lo haces como obligación, pero llegó un momento, a los 12 o 13 años, que me gustó tanto que al final me lo tomé en serio. A día de hoy, gracias al deporte, he estudiado una carrera de lo que me gusta, he viajado por todo el mundo, he representado a mi país. Lo que empezó siendo una obligación de pequeño ha acabado siendo un disfrute para toda mi vida.



¿En qué consiste la disciplina de salvamento deportivo?

Yo me dediqué a la natación hasta los 14 o 15 años. Por problemas con un entrenador me desvinculé de esta práctica, pero como me gustaban los deportes acuáticos me enteré que existía el salvamento deportivo. Básicamente esta

disciplina consiste en hacer pruebas simuladas de rescate de personas, tanto en piscina como en playa. También hace unos años me fichó el Real Club Náutico Tenerife, por eso me vine aquí a vivir, y retomé la natación. En conclusión, practico todos los deportes acuáticos. Pero para mí lo más bonito es el salvamen-

to, que es un deporte más divertido, menos monótono que la natación y te brinda esa oportunidad de ayudar a personas. Une tanto mi pasión por el deporte como la de ser enfermero.

¿Por qué estudiaste enfermería? ¿Cómo compaginaste los estudios con la natación de élite?

Yo me vine a Tenerife hace siete años, muy jovencito, con 17 años y empecé a hacer un ciclo de técnico deportivo de natación y me gustaba mucho. Ahí descubrí que me gustaba al mismo nivel el deporte y ayudar a las personas. Estuve decidiendo entre estudiar fisioterapia o enfermería y al final me decanté a la enfermería. Compaginar mis estudios he tenido que hacer auténticos malabares. Al final me desplazé aquí a muchos kilómetros de mi familia, estaba en una residencia de estudiantes, entrenaba por la mañana y por la tarde, iba a clases por la mañana. Cuando tenía prácticas tenía que cuadrarlas con los entrenamientos, han sido cuatro años de mi vida vinculados totalmente al deporte y al estudio. No ha habido nada más: entrenar y estudiar.

¿Cómo es tu trabajo actual? ¿Cómo se ha vivido la pandemia en tu centro de Atención Primaria?

Aquí la pandemia ha llegado con menos fuerza, pero ha llegado. Tenemos barreras naturales y gracias a eso no ha sido tan devastador como lo que hemos visto que ha sido en otros lugares de España. En Tenerife tenemos dos grandes hospitales pero también tenemos varios centros de salud que son periféricos que también tienen urgencias 24 ho-



ras, para que no se colapsen los hospitales. Por lo tanto, tenemos un centro de salud de 8 a 20 h. y a partir de las 20h está abierto un pack de urgencia que atiende a aproximadamente al 10% de Tenerife.

“Todo el mundo debe cumplir con las normas”

¿Cómo te ves dentro de unos años a nivel de enfermería?

Me gustaría disfrutar de la profesión que elegí. He probado todos los servicios, hospitales, urgencias, primaria y todo me encanta. Me encanta trabajar, me encanta brindar mi ayuda. De aquí a un par de años me veo siguiendo haciendo lo que me gusta y si puedo hacer un deporte a alto nivel lo seguiré haciendo, sino son ciclos de la vida y nos tendremos que ir adaptando según vaya pasando.

Como experto en salvamento y conocedor de las playas, ¿confías

en la capacidad de los usuarios de las playas de cumplir con la normativa para evitar rebrotes de COVID-19?

Yo creo que ya estamos fomentando los posibles rebrotes. Confío en el ser humano, pero he ido a la playa y he visto que nadie cumple la normativa. También caminando por la ciudad se ve que no todo el mundo se pone la mascarilla. Al fin y al cabo, somos humanos y cuando vemos que lo gordo supuestamente ha pasado pues nos echamos atrás. A mí me gustaría que por favor todo el mundo cumpliera con las normas de seguridad y que se hiciese un poco más de caso a las autoridades. Al final este virus lo paramos entre todos, no sólo los sanitarios.

¿Crees que la gente en las playas hace más caso si hay una enfermera que informe sobre lo que se tiene que hacer?

Creo que sí. Cuando vemos a gente que tiene un poco más de autoridad o saben que ha estado al pie de la batalla, nos paramos y empezamos a escuchar un poco más. Creo que se debería contar más con esta figura para ayudar a la gente.





ISFOS inicia un seminario gratuito para interpretar pruebas del COVID-19

MARINA VIEIRA. Madrid

En estos momentos de pandemia, en los que todo cambia al minuto, la formación continuada de los profesionales sanitarios se vuelve incluso más necesaria. Por esta razón, desde el Instituto Superior de Formación Sanitaria (ISFOS), el centro de formación del Consejo General de Enfermería, se está trabajando sin cesar para adaptar su catálogo formativo a los nuevos tiempos y así ayudar a las enfermeras a enfrentarse con las mejores herramientas a los nuevos retos de crisis sanitaria.

Formación necesaria

La nueva novedad formativa que ha lanzado ISFOS es un curso gratuito para enfermeras donde podrán aprender a

interpretar pruebas diagnósticas, resultados y recomendaciones sobre el COVID-19.

“Teniendo en cuenta la situación a la que se enfrenta la sanidad en este momento creemos que esta es una formación necesaria para las enfermeras españolas. Por esta

Formación continuada para afrontar la pandemia

razón, desde que comenzó la pandemia siempre tuvimos el objetivo de lanzar un curso que englobase todo lo relacionado con las pruebas diagnósticas. Queremos acercar esta formación esencial a todas las enfermeras españolas”,

explica Pilar Fernández, directora del Instituto Superior de Formación Sanitaria.

A través de un contenido teórico y audiovisual interactivo, los alumnos conocerán todo lo necesario para saber cómo interpretar los resultados de las pruebas del COVID-19. Además, contarán con infografías de libre uso donde se expondrá toda la información del curso, contrastada con todos los protocolos nacionales e internacionales vigentes. El curso, con plazas limitadas, cuenta con una prueba final de evaluación y, si se supera, se otorgará un diploma acreditativo de todos los conocimientos adquiridos. Se ha realizado gracias a la colaboración del Consejo General de Enfermería y toda la Organización Colegial y ya tiene abiertas sus inscripciones, a través de [este enlace](#).



Tu hogar es único

ENFERSEGUROS con AXA HOGAR:
un seguro de hogar para cada vivienda



Primera vivienda

Piso 90 m²
VITORIA-GASTEIZ
desde 79,77€ /año



Segunda vivienda

Apartamento 80 m²
BENIDORM
desde 71,83€ /año



Inquilino

Estudio 40 m²
CÁCERES
desde 83,98€ /año

Infórmate en:
www.enferseguros.com
Tel.: 91 334 55 25

Promoción exclusiva
para el colectivo enfermero, sus familias y
los empleados de la organización colegial

El Tribunal Supremo confirma la prescripción enfermera

FRANCISCO CORPAS. Director de Asesoría Jurídica CGE

El pasado 10 de noviembre, la Sala Tercera del Tribunal Supremo dictaba una sentencia que ha confirmado la plena vigencia del Real Decreto 1302/2018, de 22 de octubre, por el que se modificó el Real Decreto 954/2015, de 23 de octubre, que regula la indicación, uso y autorización de dispensación de medicamentos y productos sanitarios de uso humano por parte de los enfermeros.

La impugnación de este Real Decreto había sido realizada por el Colegio de Médicos de Tarragona, que, en un primer argumento, alegaba la falta de informe preceptivo para la elaboración de la norma, considerando que los cambios incluidos para dar cabida a lo ordenado por el Consejo de Estado debían ser objeto de un nuevo trámite de audiencia.

Sin embargo, el Alto Tribunal rechaza este argumento al considerar que el texto había sido producto del acuerdo alcanzado en el seno del Foro

profesional previsto en el artículo 47 de la Ley 44/2003, de 21 de noviembre, de ordenación de las profesiones sanitarias, entre los representantes de las profesiones médica y enfermera. En cuanto al papel del Consejo de Estado, señala que se limitó a incluir las previsiones de la sentencia del Tribunal Constitucional nº 76/2018, de 5 de julio, y del art. 79.1, párrafo cuarto, del Real Decreto legislativo 1/2015, de 24 de julio, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley de garantías y uso racional de los medicamentos y productos sanitarios.

En cuanto a la cuestión de fondo, el Tribunal Supremo confirma el valor de la experiencia profesional de los enfermeros como elemento acreditativo para la prescripción enfermera, explicando que la prueba pericial realizada a propuesta del Colegio recurrente, examinada en su conjunto, «no desvirtúa» el criterio seguido por el Gobierno al

configurar el elemento de la experiencia profesional como una de las dos posibles vías de acreditación, señalando en este sentido que:

“No cabe apreciar quiebra del principio de jerarquía normativa, ni resulta arbitrario ni carente de sentido ponderar, como elemento de acreditación, la valoración de la experiencia profesional, como criterio para obtener la acreditación, de forma alternativa al programa formativo mediante un programa de adecuación”.

Y añade que la modificación sugerida en el dictamen del Consejo de Estado, y recogida finalmente en el texto aprobado se introdujo con la finalidad de reforzar los requisitos de acreditación, sin que ello supusiera una alteración sustancial del texto sometido a informe.

Por todo ello, concluye el Tribunal desestimando el recurso e imponiendo al Colegio recurrente.

TU SALUD ES LO PRIMERO

Nueva póliza de salud

Enferseguros

Asisa Salud + Asisa Dental Plus

**Sin copagos
de actos
médicos
o franquicias**

desde
38,34€*
al mes

**Sin
carencias
ni
preexistencias***

91 334 55 25
www.enferseguros.com

*Prima de recibo mensual para una persona de 0 a 54 años de edad, válida hasta el 31/12/21. Para otros tramos de edad, consultar.
*Sin carencias ni preexistencias salvo patologías graves para altas realizadas con fecha de efecto 01/12/20, 01/01/21 y 01/02/21.

Sujeto a normas de suscripción de la compañía. Cobertura otorgada por ASISA, ASISTENCIA SANITARIA INTERPROVINCIAL DE SEGUROS S.A.U. Inscripción DGSFP nºC-461. C/ Juan Ignacio Luca de Tena, 12 - 28027 Madrid. E-NETWORK SALUD, S.A.U. CORREDURÍA DE SEGUROS está inscrita en el Registro de la DGSFP con el nºJ-3552 y tiene concertado un Seguro de Responsabilidad Civil, según lo establecido en el Real Decreto-ley 3/2020, de 4 de febrero. C/Fuente del Rey, 2 - 28023 Madrid

**Sergio Alonso**Fundador y director del suplemento
A Tu Salud, del diario *La Razón*

Ayuso marca el camino mientras Illa chupa rueda

La Comunidad de Madrid va marcando el camino de hacia dónde deber ir la lucha contra la pandemia de COVID-19 en España, lo que representa un motivo de alegría para los fieles seguidores de Isabel Díaz Ayuso y para los ciudadanos que se benefician de la eficacia de muchas de sus medidas, pero no deja en buen lugar precisamente al Ministerio de Sanidad, la instancia que debería liderar las estrategias en esta lucha sin cuartel, algo que, desgraciadamente, no ha sido capaz de hacer en estos nueve meses. Los ejemplos de que Madrid va dos pasos por delante del departamento que dirige Salvador Illa son innumerables desde el estallido de la crisis. La capital fue por delante, por ejemplo, en el cierre de colegios de la primera ola que luego secundó Sanidad tras considerarlo innecesario unos días antes. También lo fue en la concienciación a los ciudadanos sobre la importancia de las mascarillas en la prevención de la enfermedad. Mascarillas que tanto Illa como su escudo mediático, Fernando Simón, consideraban innecesarias en los primeros momentos de la pandemia. Recuerden aquellos mensajes que lanzaba el Ministerio a finales de febrero y principios de marzo, acerca de la necesidad de que el uso de los protectores buconasales se cifera única y exclusivamente a los sanitarios. El reparto gratuito de las mascarillas supuso también otro mensaje claro un Gobierno que tardó meses en comprenderlo, guiado quizás por un afán recaudatorio de Hacienda al que Sani-



dad no quiso plantear batalla: productos sanitarios como estos, esenciales en la prevención del COVID-19, deben ser accesibles a la población más desfavorecida, por lo que no pueden soportar un IVA del 21% como si fueran un artículo de lujo. Una vez más, el Gobierno reaccionó tarde y mal, limitando encima la rebaja meses más tarde a las mascarillas quirúrgicas y excluyendo de ella a las higiénicas —las que usan las capas más desfavorecidas de la sociedad— y las FFP2, las idóneas para el uso en espacios cerrados, ahora que llegan los fríos invernales.

También fue por delante Madrid al levantar en tiempo récord sobre el esqueleto de Ifema un hospital de pandemias que fue clave para soportar la sobrecarga asistencial que se produjo por la lentitud oficial en reaccionar. Un hospital que tendrá continuidad ahora con el Enfermera Isabel Zendal, que servirá para descargar a los centros convencionales de Madrid y, posiblemente, de otras autonomías menos previsoras. Madrid también avisó del riesgo de dejar entrar libremente a los viajeros internacionales, sin exigir PCR. El Gobierno lo veía innecesario, pero, al final, tuvo que dar su brazo a torcer abrumado por la evidencia, como ha terminado haciéndolo también ante la estrategia de cierres quirúrgicos y test masivos de antígenos que tan buen resultado está dando en Madrid, en donde la incidencia ya está a niveles de agosto. Todo ello, sin cerrar la hostelería ni hundir aún más la economía.



Tu enfermera deja huella



2020
AÑO INTERNACIONAL
DE LAS ENFERMERAS
Y MATRONAS

Declarado por la Organización Mundial de la Salud



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA

Nursing now
España



Enfersegueros incluye en su póliza de salud un nuevo servicio de telemedicina

REDACCIÓN. Madrid

La póliza de salud de Enfersegueros, la correduría de seguros del Consejo General de Enfermería, incorpora más servicios en su póliza de salud de Asisa, que se ofrece en unas condiciones exclusivas para las enfermeras españolas.

A las condiciones de contratación preferentes para enfermeras y sus familiares, desde 38,34 euros por asegurado y mes y sin copagos, se suma ahora Asisa LIVE, un servicio de telemedicina al que podrán acceder los asegurados cuando y desde donde quieran. Esta nueva plataforma digital de cuidado, atención y videoconsulta permite de forma gratuita a los usuarios pedir cita para mantener con-

sultas médicas a distancia desde dispositivos móviles u ordenadores con el especialista de la especialidad que el asegurado necesite.

Especialidades

Más de una treintena de especialidades están disponibles en la plataforma entre las que se encuentran Medicina General,

Asisa LIVE, una plataforma digital de cuidados

Dermatología, Pediatría, Psicología, Psiquiatría, Traumatología, Obstetricia Y Ginecología, Reumatología, Oftalmología, Otorrino, Medicina del Deporte, Medicina Interna, Aler-

gología, Urología, Endocrinología, Cirugía General Digestiva y Logopedia.

Para acceder al servicio, el asegurado deberá llamar al 91 530 10 92 de lunes a viernes en horario de 8 a 20 h. y pedir su cita.

El equipo de Asisa LIVE le informará de los días y horas disponibles y el asegurado podrá elegir el momento que mejor se adapte a su disponibilidad, así como el dispositivo (móvil u ordenador) que quiere utilizar. Entre 24 y 12 horas antes, se le recordará su cita y el asegurado recibirá un SMS o correo electrónico con las instrucciones para realizar su videoconsulta. De esta manera, Enfersegueros pone a disposición de sus clientes de Asisa Salud la posibilidad de recibir el mismo cuidado y la atención de siempre, pero sin tener que desplazarse; de la manera más fácil, cómoda y segura.



Tel.: 91 334 55 25

<https://www.enfersegueros.com/>

FOTOENFERMERÍA

2020

DOBLE
CATEGORÍA:
Instagram y
general



Buscamos la foto enfermera del año

Del 1 de enero del 2020 al 31 de mayo de 2021.
Envía tus fotos a
concursofotos@consejogeneralenfermeria.org
Participa en Instagram con el hashtag
#fotoenfermeria2020



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA

CON LA COLABORACIÓN DE

NOVARTIS

CONSULTA LAS BASES COMPLETAS EN LA PÁGINA WEB

<http://bit.ly/BasesFotoEnfermeria2020>



CONGRESO VIRTUAL EN VACUNAS 2021

Fecha: del 25 al 31 de enero de 2021
Organiza: MSD
<https://profesionales.msd.es/congresos-virtuales/congresos-virtuales.shtml>



XV CONGRESO NACIONAL DE ENFERMERÍA QUIRÚRGICA

Fecha: del 14 al 16 de abril de 2021
Lugar: Burgos
Organiza: Asociación Nacional de Enfermería Quirúrgica
Más información: Sanicongress
Tel.: 687 982 671
Email: sanicongress@15enfermeriaquirurgica.com
<https://15enfermeriaquirurgica.com>

XIII SIMPOSIO NACIONAL SOBRE ULCERAS POR PRESIÓN Y HERIDAS CRÓNICAS

Fecha: del 26 al 28 de mayo de 2021
Lugar: Toledo
Organiza: Grupo Nacional para el Estudio y Asesoramiento de UPP
Más información: Secretaría Técnica.
 Plaza Gal-la Placidia, 1.
 08006 Barcelona
Tel.: 93 416 12 20

Email: gneapp@bocentium.com
<https://gneapp.info/>



XX CONGRESO NACIONAL DE MATRONAS DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE MATRONAS

Fecha: del 11 al 13 de marzo de 2021
Lugar: Alicante
Email: congreso@mpmundo.com
Tel.: 965130228
<https://aesmatronas.com/congreso>



VII CONGRESO INTERNACIONAL IBEROAMERICANO DE ENFERMERÍA

Fecha: del 21 al 23 de junio de 2021

Lugar: Oporto
Organiza: Fundación de Enfermería Funciden
Email: secretariatecnica@funciden.org
Más información: <https://www.campusfunciden.com/vii-congreso-internacional-iberoamericano-de-enfermeria-2021/>



XI CONFERENCIA DE LA RED DE ENFERMERAS DE ATENCIÓN DIRECTA/ENFERMERÍA DE PRÁCTICA AVANZADA (NP/APN) DEL CIE 2020

Fecha: del 29 de agosto al 1 de septiembre de 2020
Lugar: Canadá
Organiza: Consejo Internacional de Enfermeras
<https://www.icn.ch/es/eventos/11a-conferencia-de-la-red-de-enfermeras-de-atencion-directa-enfermeria-de-practica-avanzada>



PREMIO CONGRESO NACIONAL DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL

Organiza: Asociación Española de Enfermería de Salud Mental (Aeesme)
Plazo de entrega: Diciembre 2020
Dotación: primer premio 400 euros y certificado acreditativo y segundo premio 350 euros y certificado acreditativo. Primer póster 300 euros y certificado y segundo póster 250 euros y certificado. Premio al mejor proyecto de investigación 300 euros, certificado acreditativo y una inscripción gratuita como socio de la Aeesme por un año.
Más información: <https://www.congresoaaeesme.com/index.php/premios>

VIII PREMIO DE ENFERMERÍA Y SALUD 2020 POR SU CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LA PROFESIÓN ENFERMERA

Organiza: Asociación Española de Enfermería y Salud (AEES)
Plazo de entrega: 31 de diciembre de 2020
Tema: contribución al desarrollo de la profesión en un momento en el que la necesidad de referentes, compromiso y liderazgo es más acuciante que nunca. Para ser candidato no se establece más requisito que el estar en posesión del título de Enfermera.
Email: aees25@hotmail.com
<https://enfermeriaysalud.es/congreso/iv-convocatoria-los-premios-aees-2018/>

CONCURSO FOTOENFERMERÍA 2020 "CURANDO Y CUIDANDO"

Organiza: Consejo General de Enfermería con la colaboración de Novartis
Plazo de entrega: Mayo 2021
Temática: Habrá una sola categoría: enfermería; y dos subcategorías: general e Instagram. Las fotografías deben ser estrictamente del ámbito profesional y deben reflejar los valores de la profesión enfermera en el sistema sanitario, de sus profesionales y su labor asistencial.
Dotación: primer premio general 1.000 euros, segundo premio general 500 euros, tercer premio general 250 euros, primer premio Instagram 1.000 euros, segundo premio Instagram 500 euros y tercer premio Instagram 250 euros.
https://www.consejogeneralenfermeria.org/docs_revista/BasesFotoenfermeria2020.pdf



La revista de la comunidad científica internacional de enfermería eleva su nivel de impacto

- **International Nursing Review (INR)** la revista oficial del Consejo Internacional de Enfermeras (CIE), cuya edición en español está totalmente apoyada por el Consejo General de Enfermería, amplía contenidos.
- Todos los enfermeros que lo deseen pueden sumarse a los autores de más de 120 países que comparten sus investigaciones y experiencias de campo dentro de la revista, fortaleciendo así la contribución de la enfermería española y latinoamericana en el escenario internacional.
- ¡Disfrute de la lectura de la revista informándose de los numerosos e importantes avances de la enfermería en todo el mundo!



Suscríbete llamando al 902 50 00 00



Nissan Micra 2021

UN RENOVADO MICRA, CON NUEVAS VERSIONES

DAVID RUIPÉREZ. Madrid

Nissan se encuentra inmerso en la actualización de sus modelos más populares -como el superventas Qashqai- y ahora le llega el turno a su coche más urbano, el Micra, un modelo muy apreciado por su comportamiento, diseño simpático y fiabilidad. Este compañero perfecto para los itinerarios por la ciudad —que lleva casi cuatro décadas en Europa— evoluciona sin perder su esencia y su nuevo diseño le regala un toque más adulto, de vehículo perteneciente a un segmento superior,

al menos visto de frente, con su mirada de LED. Las llantas bi-tono «Genki» de 16 pulgadas —que se incluyen en casi

La versión deportiva tiene gran personalidad

todas las versiones— otorgan una personalidad especial al nuevo Micra que llega a finales de mes a los concesionarios

por precio de entrada de 11.700 euros.

Nissan se ha planteado simplificar su oferta a cinco versiones para todos los gustos. Junto a los ya conocidos Visia, Acenta y Tekna, Nissan presenta ahora el nuevo N-Design y su acabado deportivo N-Sport.

Esta última busca captar a un cliente más atrevido con nuevos embellecedores de la parte delantera, trasera y lateral en negro brillante, junto a los nuevos retrovisores en negro, complementan a la per-

fección las llantas de aleación personalizadas de 17 pulgadas. En este acabado N-Sport, las luces antiniebla y los faros delanteros son de tipo full-LED de serie. Además cuenta con asientos ergonómicos con inserciones de alcántara.

El Micra se vende en Europa desde hace 38 años

Por su parte, el N-Design se basa en las opciones de personalización por parte del cliente. Para el exterior, pueden optar por personalizar los embellecedores traseros, delanteros y laterales, así como los retrovisores, en negro brillante o cromado. Esta op-

ción de personalización se incluye de serie para este nivel, al igual que las nuevas y atractivas llantas de aleación de 16 pulgadas.

Emisiones

El motor turboalimentado de 1,0 litros mejorado del Micra ofrece una experiencia de conducción dinámica y eficiente. Este motor cumple con la norma Euro 6d, ya que ofrece una mayor eficiencia de combustible y genera menos emisiones contaminantes. La curva de par mejorada ofrece un mayor rendimiento a menos revoluciones, brindando así una conducción más suave, con menos cambios de marcha, lo cual resulta perfecto para circular por las ciudades, y ofrece una experiencia más agradable y eficiente.



Regala un toque más adulto



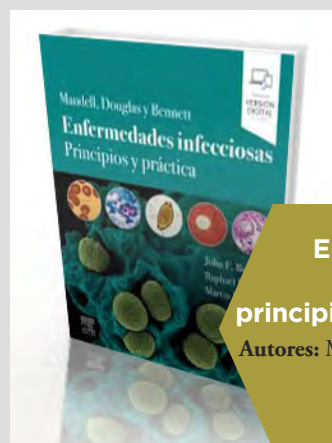
Inteligencia artificial

Autores: Juan José Beunza, Enrique Puertas y Emilia Condés

Manual concebido para iniciar a los profesionales de la salud en el uso crítico de las herramientas de inteligencia artificial ofreciendo la base teórico-práctica de los algoritmos de inteligencia artificial y su aplicación dentro del ámbito de la salud. Proyecto innovador que coloca la primera piedra para la inmersión de los especialistas sanitarios en el ámbito de la inteligencia artificial en un momento en el que el desarrollo de estos conceptos promete la transformación en el futuro de la práctica profesional en este sector.

Editorial: Elsevier

Durante cuatro décadas "Enfermedades infecciosas. Principios y práctica" ha sido la guía de referencia para el diagnóstico y el tratamiento de estas complejas enfermedades en la cual han depositado su confianza tanto médicos como otros profesionales de la salud. La 9.ª edición mantiene su compromiso por la excelencia con capítulos ampliados un abordaje cada vez más global y numerosas actualizaciones para ayudar a los lectores a mantenerse a la vanguardia de esta especialidad de vital importancia.



Enfermedades infecciosas. principios y práctica

Autores: Mandell, Douglas y Bennet

Editorial: Elsevier



EPOC. Diagnóstico y tratamiento integral

Autor: Horacio Giraldo Estrada

El manejo quirúrgico y endoscópico de pacientes con EPOC, el trasplante pulmonar, el ahorro de energía, el tabaquismo, la sexualidad, el uso de oxígeno y las recomendaciones para pacientes que viajan en avión, son tan sólo algunos de los temas que aborda esta 4ª. Edición de EPOC Diagnóstico y tratamiento integral. Las siete secciones en las que se divide esta obra contienen, además, instrucciones precisas para el uso adecuado de los diferentes dispositivos en terapia inhalada, la educación a familiares y cuidadores y la nutrición de los pacientes con EPOC.

Editorial: Médica Panamericana



La despedida

ANDREA PARÉS. Estudiante de Enfermería de Toledo

Todavía recuerdo como Julio no paraba de llorar mientras agarraba la mano de su difunta esposa. Allí, postrados a los pies de la cama del hospital, estaban sus hijos acompañándole. Cuanto te quiero, *mi luciérnaga* —decía una y otra vez besando la mano de su mujer— te prometo que nos vemos pronto.

La imagen, vista desde fuera, no era triste, sino que evocaba ternura. La voz de Julio transmitía aceptación de la situación, pero a la vez esperanza e ilusión de poder volver a ver pronto a su, durante más de cincuenta años, mujer.

El destino hizo que meses después volviera a ver a Julio, pero esta vez, él venía como enfermo y no como visitante. El anciano me reconoció enseguida y todas las tardes, mientras le tomaba las constantes, me contaba historias de la maravillosa vida que, junto a su *luciérnaga*, había llevado.

Julio, ¿te puedo preguntar una cosa?

El anciano asintió con la cabeza mientras le tomaba la temperatura.

¿Por qué *luciérnaga*?

Julio sonrió y dijo:

Porque en los momentos más oscuros de mi vida, Lucía, siempre estaba para alumbrarme el camino y no perderme, —suspiró— no sabes lo que la echo de menos.

Al día siguiente, mientras hacía la ronda nocturna por las habitaciones, me pareció divisar una luciérnaga por el pasillo, justo en frente de la habitación de Julio. Por eso, cuando entré en su habitación no me sorprendió que Julio ya no estuviera. Habían venido a buscarle.

Microrrelatos enfermeros

Envía tu relato a:

comunicacion@consejogeneralenfermeria.org

Extensión máxima:
250 palabras



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA



Premio por cortesía de

Enferseguros
NUESTROS SEGUROS

CONSULTA AQUÍ LAS
BASES COMPLETAS



La naturaleza se viste de NAVIDAD

A. ALMENDROS. Madrid

Se cumplen 265 años de la creación del Real Jardín Botánico de Madrid, y las flores y plantas que allí residen se visten de con sus mejores “luces” para celebrarlo con un acontecimiento inmersivo de artes lumínicas y sensoriales en un entorno natural. Bajo el título *Naturaleza encendida*, este espacio celebra un espectáculo navideño que se suma a los eventos que el Real Jardín Botánico está promoviendo durante este año.

Naturaleza encendida es un concepto creado por la productora de espectáculos LETS-GO, responsable de obras de gran éxito internacional como *Ghost*, *La Familia Addams*, *Dirty Dancing* o eventos como *Abre Madrid*, que

ha recibido el pasado mes de septiembre el galardón ‘Innovación y sostenibilidad’ que otorga el Ayuntamiento de Madrid con motivo del Día Mundial del Turismo.

El espectáculo es apto para todos los públicos

Magia

Una oportunidad única para vivir una experiencia inmersiva mágica en un espacio natural. Un paseo nocturno

donde el visitante es el protagonista, en un entorno natural, donde la vida se ilumina en el centro de una ciudad. Embarcarse en esta aventura invitará, al mismo tiempo, a descubrir una rica biodiversidad. El Jardín se llenará de sorpresas en un espectáculo apto para todos los públicos y en un entorno seguro.

Esculturas lumínicas de flores a tamaño gigante, sinfonía cantada por los árboles, caminos de flores animadas, un pasaje de los deseos, el jardín de las luciérnagas y unos girasoles que emiten luz en lugar de buscarla son algunas de las propuestas que *Naturaleza Encendida* en su edición FLORA ofrece durante la época navideña.

MÁS INFORMACIÓN

Lugar: Real Jardín Botánico

Fecha: Desde el 17 de noviembre de 2020 hasta el 17 de enero de 2021 (Cerrado 24 y 31 de diciembre)

Horarios: desde las 18:00 hasta las 23:00 con pases cada 15 minutos

www.naturalezaencendida.com



The Crown, 4 temporada

Diez capítulos sublimes que piden a gritos una versión española

ÁNGEL M. GREGORIS. Madrid

Monarquía es sinónimo de historia y la historia es sinónimo de guerra, paz, escándalos, amores prohibidos y secretos, muchos secretos. De eso saben mucho las coronas de todo el mundo, instituciones centenarias que callan más que hablan y que guardan tras las puertas de palacio misterios para escribir miles de libros.

Algunos de “esos libros” son los que quiso plasmar Netflix hace ya cuatro años en *The Crown*, una de las joyas de la corona (nunca mejor dicho) de la plataforma de televisión online que con cuatro temporadas se ha alzado como uno de

los estandartes de la ficción actual. El drama, que narra las aventuras y desventuras de la familia real británica, ha estre-

“Una serie de Netflix para ver y disfrutar”

nado su cuarta tanda de magistrales episodios. Diez capítulos que cuentan distintos momentos de la historia y que en esta ocasión giran en torno a la tor-

mentosa relación del príncipe Carlos y Diana de Gales. Un matrimonio que no funcionó desde el principio y que terminó como ya todo el mundo conoce sin necesidad de hacer *spoilers*. Igual de tormentosa, o peor, que la unión entre la inagotable reina Isabel II y la primera ministra en aquel momento, Margaret Thatcher. Aunque monárquica declarada, la Dama de Hierro no llegó nunca a cuadrar mucho con la soberana, fruto también del machismo enraizado en la sociedad del momento, pero ese ya es otro tema.

Mejor temporada

Sería muy aventurado afirmar que esta es la mejor temporada, pero sí una de las que más engancha. Con permiso de Claire Foy (la reina en su época joven en las dos primeras temporadas), Olivia Colman (temporadas 3 y 4) hace un papel que atraviesa la pantalla. Junto a ella, una Helena Bonham Carter sublime, como la hermana de la monarca. Ambas logran llevar el hilo de la trama en los mejores capítulos de la temporada. Sin olvidarse de las incorporaciones de Gillian Anderson (Thatcher) y Emma Corrin (Diana), dos pesos pesados en la historia real de la corona inglesa, pero también en el guion de la ficción.

En definitiva, una serie para ver y disfrutar, de la que Netflix debería aprovecharse para crear la versión española y es que, quién no ha pensado alguna vez que “La corona”, con los entramados de Juan Carlos I y su familia, se convertiría también en un éxito internacional. O, por lo menos, que se planteen un ‘crossover’ entre ambas instituciones. Por soñar, que no quede.



Blackie Books



Octaevo



Arket

Dioses del olimpo

MARINA VIEIRA. Madrid

La editorial Blackie Books ha iniciado su serie “clásicos liberados” con la Odisea de Homero. Este clásico entre los clásicos que cuenta las hazañas de Ulises hasta volver a Ítaca y reunirse con su amada que ha reeditado la editorial barcelonesa es uno de los ejemplos de que la mitología está de moda. Ya lo decía la filóloga y escritora Irene Vallejo cuando defendía que “en los clásicos encontramos ideas para reconstruir el mundo” y puede ser por esta razón

“En los clásicos encontramos ideas para reconstruir el mundo”

por la que, en este momento tan raro de la historia, necesitamos aún más hacerlo. Tiendas de decoración, de moda, grandes diseñadores y hasta editoriales independientes apuestan por esta vuelta a los inicios de nuestra historia. En esta selección, como siempre, incluimos aquellos objetos que consideramos más distintos y a mejor precio.

Blackie Books

La reedición de la Odisea por la que ha apostado Blackie

Books no es una tirada más de la obra de Homero. En este libro se encuentran unas maravillosas ilustraciones de Calpurnio que acompañan de forma muy visual los hechos más relevantes de la historia y cuenta con textos adicionales de autores más contemporáneos que dan una visión actual de esta mitológica historia. Cuesta 23.65 euros y se puede encontrar en la gran parte de las librerías.

Octaevo

Esta marca española con base en Barcelona ha querido hacer una reinterpretación de los típicos jarrones del arte grecorromano. Son en papel resistente al agua y tanto su diseño como los colores que han elegido nos parecen un auténtico acierto. Hay distintos modelos, pero para apostar 100% por la mitología elegimos el que está inspirado en el dios Apolo. Se pueden adquirir a través de [su web](#) por 19,5 euros.

Arket

En la tienda sueca encontramos estas cucharas para té inspiradas en motivos mitológicos. A pesar de que resultan ser un poco rococó las vemos perfectas para combinarse con tazas muy minimalistas para potenciar el contraste de ambos diseños. Cuestan 29 euros y están online en la web de la marca del grupo de [H&M](#).

Una app enfermera para saber cuándo cambiar de mascarilla

GEMA ROMERO. Madrid

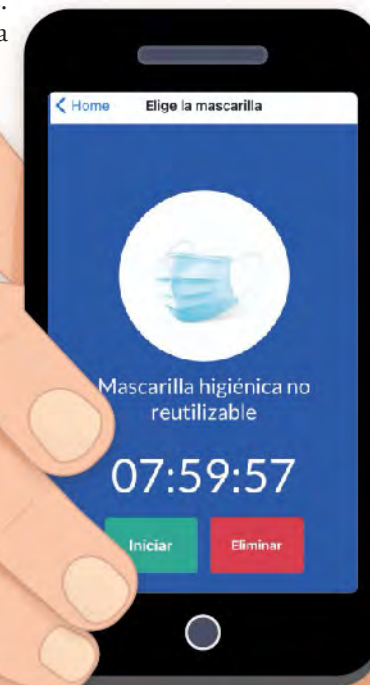
Las mascarillas que utiliza la población en general —higiénicas o quirúrgicas— ya sean reutilizables o no tienen una vida media de entre 4 y 8 horas, pero cuando las usamos de forma intermitente ¿cuándo debemos cambiarla? Ahora, gracias a la app desarrollada por Juana M.^a Sánchez, una enfermera de Neumología del Hospital de Son Llàtzer (Baleares), ya podemos saberlo. Su [ChronoMask](#) nos permite activar un reloj con cuenta atrás. Sólo tendremos que elegir la mascarilla que utilizamos y acordarnos de parar y activar el cronómetro cada vez que nos quitemos y pongamos la mascarilla. Funciona sin Internet y te avisa cuando debes cambiar de mascarilla.

Tal y como explica Juana M.^a Sánchez, la idea surgió de una cuestión personal. “Un día andando por la calle mi marido y yo dudábamos del tiempo que llevábamos con la misma mascarilla. Como la usamos a ratos, lo desconocíamos”, por lo que juntos se embarcaron en el proyecto de crear esta app. En total, han sido casi cuatro meses de trabajo para sacarla adelante.

Pero su aplicación no se limita al cronómetro. Al ser

enfermera, Sánchez creía que debía aportar un plus de conocimiento con las principales recomendaciones de uso para la población, cuáles son

Incluye un cronómetro y consejos sanitarios



las mascarillas que debe usar la población, cómo ponérsela y quitársela correctamente, aclarar las dudas más frecuentes. “Ya que lo hacíamos queríamos dar información sanitaria, para lo que buscamos documentación al respecto. Del diseño y desarrollo técnico se ha encargado mi marido, Tomeu Fiol, junto a un programador, Carlos Eduardo Fanti”. Así, incluyen también un decálogo sobre cómo usar las mascarillas, para lo que han utilizado las infografías creadas desde el Consejo General de Enfermería sobre el tema.

La app está diseñada para cualquier ciudadano, pues sus botones grandes permiten que sea utilizada también por personas mayores. “Cualquiera que sepa usar WhatsApp puede usar nuestra aplicación”, destaca esta enfermera. Sin embargo, tiene dos puntos débiles: sólo está disponible para [Android](#), pues Apple les pedía contar con la participación de una institución, como una universidad, y que es de pago, aunque con un precio mínimo, sólo 1,19 euros para hacer frente a los costes de producción, tanto el desarrollo como la traducción, pues está disponible en inglés y español.

ESTOS SON LOS SEXTOS CLASIFICADOS DE FOTOENFERMERÍA 2020

2020

MARINA VIEIRA. Madrid

El sexto mes de concurso ya ha llegado a su fin. Los enfermeros aspirantes a que su fotografía sea elegida como una de las mejores del año se han esmerado en mostrar al concurso cuál es su visión de la pandemia. En esta ocasión, el color y el sentimien-

to de cercanía a los pacientes son lo que caracterizan las fotografías ganadoras.

El concurso continúa y ya se están recibiendo nuevas fotografías que compiten por clasificarse en la final. Recordamos que hay dos formas de participar: general o Instagram.

En la categoría Instagram se clasificarán mensualmente para la final las dos fotos que más "me gusta" reciban y se participará enviando la foto con los datos requeridos en las bases al [e-mail](#) y subiendo la foto elegida mencionando [@FotoEnfermeria](#) y [#FotoEn-](#)

[fermeria2020](#). En la categoría general será el jurado, compuesto por enfermeros y fotógrafos de prestigio, el que elegirá las dos mejores fotos que pasarán mensualmente a competir por los premios finales. Para participar tendrán que enviar las instantáneas al [e-mail](#) con los datos que se exigen en las bases. Todas las

imágenes que pasen a la final competirán por los premios de 1.000, 500 y 250 euros para cada una de las categorías.

En el certamen pueden participar todos los enfermeros colegiados en España y estudiantes de Enfermería en el mismo país y cada mes, las cuatro fotografías elegidas (dos

de la categoría general y dos de la categoría Instagram) serán publicadas en la revista ENFERMERÍA FACULTATIVA y en otros medios corporativos del CGE. Las cuatro imágenes pasarán a la final y a partir de enero de 2021 se fallarán los premios.

Consulta [aquí](#) las bases completas.

GENERAL



No importa el color, lo nuestro es cuidar de Ruth
María Ortiz
(Madrid)

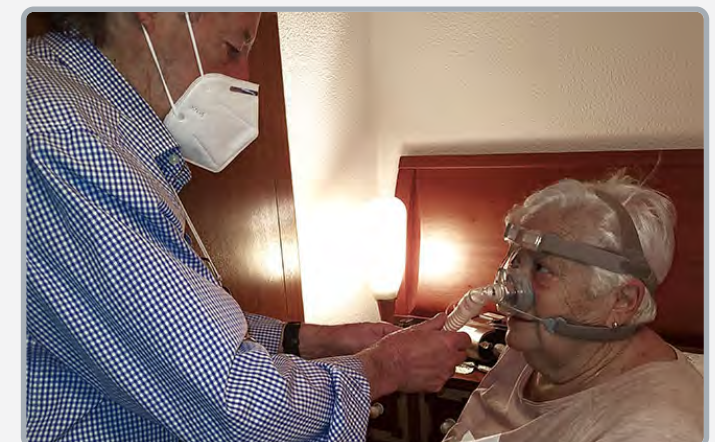
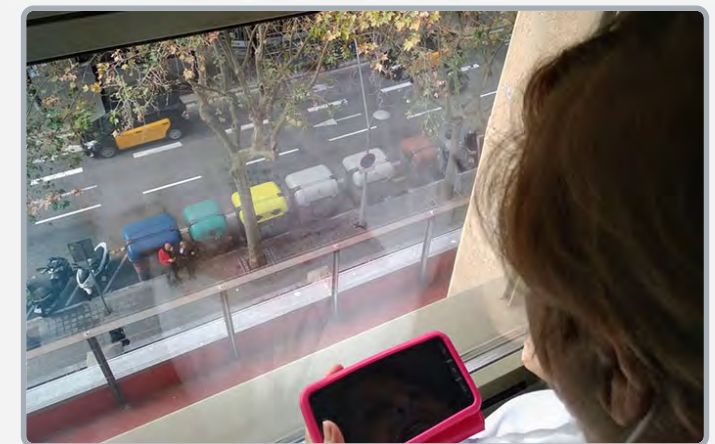
Cuando tu visita está lejos y la sientes tan cerca,
[@sonia_pg77](#)



Expectante,
José Tomas Rojas,
Granada

Siempre a tu lado,
Silvia Sanz,
Madrid
[@silviasanz26](#)

INSTAGRAM





DIARIOENFERMERO

El mejor portal de noticias de enfermería y salud



legal



investigación



reportajes



ocio

diarioenfermero.es

síguenos en:

