

ENFERMERAS DE MADRID



CODEM
Colegio Oficial de
Enfermería de Madrid



Enfermeras de élite

Nuestra Enfermería militar está entre las primeras del mundo. Profesionales madrileños nos cuentan por qué y cómo acceder a las Fuerzas Armadas



II Beca de Investigación CODEM.
Tienes hasta el 24 de octubre para
enviarnos tu proyecto

CODEM Educa da inicio
a la segunda de sus
campañas

AUTO Y HOGAR

CODEM TIENE UN ACUERDO CON ZURICH EN EL QUE POR SER COLEGIADO, ZURICH TE MEJORA EL PRECIO DE TU SEGURO DE AUTO Y HOGAR. ADEMÁS TE PUEDES LLEVAR HASTA 100€ AL CONTRATAR.



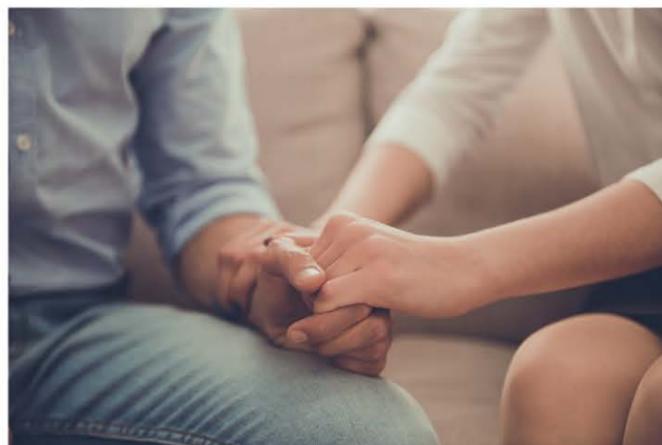
Ahora, solo por pedir presupuesto **TE REGALAN 1 noche de hotel para 2 personas***

Los interesados pueden llamar al **91 754 97 67** y un asesor les informará detenidamente de todas las ventajas, o consultar más información en el portal de seguros <https://www.onsoluciones.com/codem/seguro-coche/>

*Sujeto a la consumición mínima indicada por cada alojamiento. Promoción válida hasta el 31/12/19.

ATENCIÓN AGRESIONES 24 HORAS

EL COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA DE MADRID HA PUESTO EN MARCHA UN NUEVO SERVICIO DE ATENCIÓN JURÍDICA A ENFERMERAS Y ENFERMEROS DE MADRID QUE SUFRAN AGRESIONES. ATENCIÓN PERMANENTE LAS 24 HORAS DEL DÍA Y LOS 365 DÍAS DEL AÑO.



Esta iniciativa ya se encuentra en vigor y es de acceso gratuito para todos los colegiados que ejerzan en la Comunidad de Madrid. Para más información o en caso de agresión puedes **llamar al 638 015 163 o contactar por e-mail con agresionscodem@tripleplus.es**.

SUMARIO

Núm. 13 • octubre / diciembre 2019

4 Editorial

5 Tribuna de opinión

Juan Carlos Delgado Antolín. Miembro del equipo ganador de los Premios CODEM 2019.

6 Enfermeros y militares

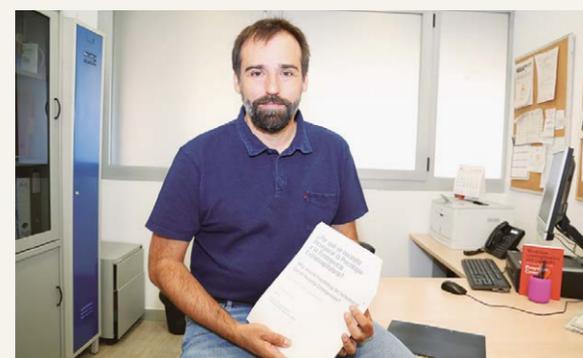


Ejercer la Enfermería en el Ejército es una salida profesional que permite un abanico insospechado de opciones para desarrollar nuestra carrera. Nos lo cuentan en la Base Aérea de Torrejón y en el Hospital General de la Defensa Gómez Ulla.

10 ¿Por qué es importante la enfermera del deporte?

Buscamos respuestas en el laboratorio de esfuerzo de la Universidad Complutense con dos enfermeros expertos en la materia.

12 Entrevista



Vicente David Coca, enfermero y psicólogo.

14 Noticias

Novedades sobre especialidades y ámbitos de la profesión.

16 II Beca de Investigación CODEM

17 Nueva campaña de CODEM Educa

19 Base de Datos CINAHL

Ya está disponible para todos los colegiados y colegiadas. Te contamos en qué consiste.

20 V Jornadas Deontológicas

La Comisión Deontológica del CODEM organiza sus jornadas. Te adelantamos en qué van a consistir y cómo participar.

22 Videoconsulta de Enfermería



Conocemos cómo funciona este proyecto puesto en marcha en los hospitales de Sanitas.

24 Asesoría CODEM

¿Qué hacer ante un caso de intrusismo? Recordamos los pasos a seguir.

25 Denise Gastaldo, en Madrid

Una de las enfermeras referentes a nivel internacional ha repasado con nosotros el estado de nuestra profesión.

28 Formación gratuita

30 Tablón del colegiado

31 Guía de servicios

La Comunidad de Madrid no puede quedarse atrás

A NINGUNO DE nosotros se nos escapa que estamos en un momento significativo para las enfermeras y para la profesión. Ese punto de inflexión lo hemos convertido en un movimiento a nivel mundial, Nursing Now; y ahora toca hacer realidad sus metas.

Para ello, “es el momento de apostar fuertemente por la profesión enfermera” y así, de manera literal (de ahí el entrecomillado), se lo hemos hecho saber al consejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid, Enrique Ruiz Escudero, una vez que fue confirmado en el cargo por la nueva presidenta regional.

El Colegio Oficial de Enfermería de Madrid ha elaborado un documento de mínimos sobre el que ponerse a trabajar de manera conjunta. El documento que le hemos hecho llegar al consejero, incluye una enumeración de los diferentes asuntos que preocupan a nuestros profesionales y que afectan a los pacientes.

Asuntos a los que urge dar respuesta. Por nombrar solo algunos: desarrollo de las especialidades, aumento de las plazas EIR, regulación de cupos máximos de Enfermería en Atención Primaria, mejora de contratación y estabilidad laboral, reducción de la temporalidad, erradicar la precariedad laboral, facilitar la conciliación, aumento de las plantillas de acuerdo con las necesidades de los servicios o centros, más protección ante agresiones...

Desafíos que podremos superar si hay buena disposición para ello, si hay voluntad política. Esa es la primera de nuestras exigencias. Por eso las próximas semanas serán importantes. Ese tiempo nos marcará si hay o no hay voluntad.

Lo que sí puedo garantizar desde esta tribuna es que este Colegio va a trabajar sin descanso para alcanzar las metas de ese documento de mínimos, avalado por los fines y funciones que nos marcan nuestros propios estatutos.

La oportunidad es única con la celebración en 2020 del Año Internacional de la Enfermera y la Matrona. A este respecto os puedo adelantar que son muchas las acciones que esta institución está planteando en el marco de Nursing Now Comunidad de Madrid y de las que poco a poco el Grupo de Trabajo irá dando cumplida información.

Mientras, seguiremos trabajando para que, tal y como he titulado esta editorial, la Comunidad de Madrid no se quede atrás. ●



ENFERMERAS DE MADRID | Revista trimestral del Colegio de Enfermería de Madrid

Consejo de Administración: Junta de Gobierno del Colegio de Enfermería de Madrid. **Director:** David García Higuera. **Redacción:** Carolina Ramírez. **Fotografía:** Arturo Villaverde. **Diseño y maquetación:** Pie de Página. **Impreme:** SSAG, SL. **EDITA:** Colegio de Enfermería de Madrid. **Depósito legal:** M-34.526-2016. **ISSN:** 2530-304X. **Redacción y publicidad:** C/ Menéndez Pelayo 93, 28007 Madrid. **Tfno.:** 91 552 66 04. **Fax:** 91 501 40 39.

Queda prohibida la reproducción parcial o total de cualquier artículo o información sin citar su procedencia. Esta revista no se hace responsable de las opiniones de sus colaboradores ni se identifica necesariamente con las mismas.

SopORTE validez: M. Sanidad SVR 407. **Tirada:** 46.000 ejemplares.

Síguenos en Facebook [www.facebook.com/colegioenfermeriamadrid] y Twitter [@MadridCODEM]

PROTECCIÓN DE DATOS. A los efectos del Reglamento (UE) 2016/679 le informamos de que los datos que contiene la etiqueta de envío están incluidos en los ficheros del Colegio Oficial de Enfermería de Madrid creados para la gestión e información de sus servicios y actividades. Si desea acceder, modificar o cancelar los mismos, remita escrito a Colegio Oficial de Enfermería de Madrid; C/ Menéndez Pelayo, 93, 28007. Madrid.

Humanizar

EL CAMBIO TECNOLÓGICO que han sufrido todas las profesiones sanitarias en los últimos veinticinco años, por establecer un periodo de tiempo, ha sido espectacular. La Enfermería, siguiendo la tendencia, también se forma en la evidencia científica, aplica el conocimiento científico en el desempeño de su actividad profesional, pero si hay algo que nos diferencia de las otras profesiones sanitarias es la importancia de establecer un óptimo cuidado de las personas.

Nuestra actividad es cuidar para que los seres humanos se desarrollen durante toda su etapa vital desde la infancia hasta la ancianidad y por supuesto en los periodos de enfermedad. Podríamos decir sin miedo a equivocarnos, que nuestro desarrollo profesional consiste en desarrollar la humanidad que toda persona lleva dentro, es decir, consiste en humanizar.

Humanizar es un verbo transitivo y activo, que nos lleva a realizar una cierta intervención en otras personas. Con su ejercicio en el fondo pretendemos fomentar el desarrollo personal. Las personas se humanizan a lo largo de toda su etapa vital, incluso en los periodos de enfermedad; porque cada ser humano en esos determinados periodos debe integrar en su vida la enfermedad y sus posibles consecuencias. Como enfermeras lo que más nos debe preocupar es cómo vive la enfermedad.

Para realizar el bien debemos saber qué es lo mejor para las personas que cuidamos y eso solo lo podemos conseguir preguntando

debemos saber qué es lo mejor para las personas que cuidamos y eso sólo lo podemos conseguir preguntando. Debemos usar sus valores como motor de lo bueno y, por lo tanto, debemos usar la comunicación como parte importante del cuidado. Solamente preguntando a los pacientes que es lo bueno para ellos, lo sabremos. Si partimos de nuestra idea de lo bueno será una especulación y podremos equivocarnos.

Si desconoces qué le pasa al paciente, pregunta y seguro que obtendrás la respuesta. ●



JUAN CARLOS DELGADO ANTOLÍN
Enfermero del CS de Griñón y miembro de la Sociedad Madrileña de Ética Enfermera (SMETICAE) y del equipo ganador de los Premios CODEM 2019

visto en REDES



A.M. @aunmig · 11h
Cuando me mandan a un quirófano que no me gusta y tengo que disimular



Enrique Ruiz Escudero @eruzescudero · 11h
La Fuente de Cibele de @MADRID iluminada en la primera celebración del #DiaMundialSeguridadPaciente

Con el desarrollo de la Estrategia de Seguridad del Paciente en @ComunidadMadrid trabajamos en prevenir y minimizar riesgos para una atención segura, centrada en el paciente



Fuerzas Armadas y Enfermería, doble vocación

Un total de 739 profesionales (27% mujeres) trabajan como enfermeros en el Ejército español. Algunos de ellos nos han desvelado los secretos de su día a día y por qué ofrece una oportunidad única de desarrollar la carrera enfermera con un ilimitado abanico de posibilidades

“ES UNA MANERA de vivir”. “No sería la misma persona si no hubiera ingresado en las Fuerzas Armadas”. “Es compromiso social”. “Aúna dos vocaciones, la de enfermera y la de servicio a tu país”. Son algunas de las conclusiones de enfermeras y enfermeros madrileños de las Fuerzas Armadas cuando hacen balance de su trayectoria. En España hay 739 profesionales enfermeros en el Ejército, de los que solo el 27% son mujeres. Muchos de ellos están en Madrid y les hemos visitado en la Base Aérea de Torrejón y en el Hospital General de la Defensa Gómez Ulla, incorporado a la red pública.

Se trata de una salida profesional que requiere sobre todo de una doble vocación, la de enfermera y la militar. Pero si hay otra cualidad que les caracteriza es su extraordinaria capacitación, desarrollo y formación en ámbitos que desde lo civil sería impensable. Tanto es así que nuestra Enfermería militar se sitúa entre las primeras del mundo, muy cerca de los Estados Unidos, según indica el Teniente Coronel Javier de Haedo, director de Enfermería del Hospital General de la Defensa Gómez Ulla, quien sabe muy bien de lo que habla: ingresó en 1981 y ha estado desde entonces en muchas misiones internacionales.

Junto a él está el Teniente Coronel Andrés Ortiz, Jefe de la Unidad de Enfermería de la Inspección General de Sanidad. Su labor de gestión (por ejemplo en la aplicación de la pres- >>



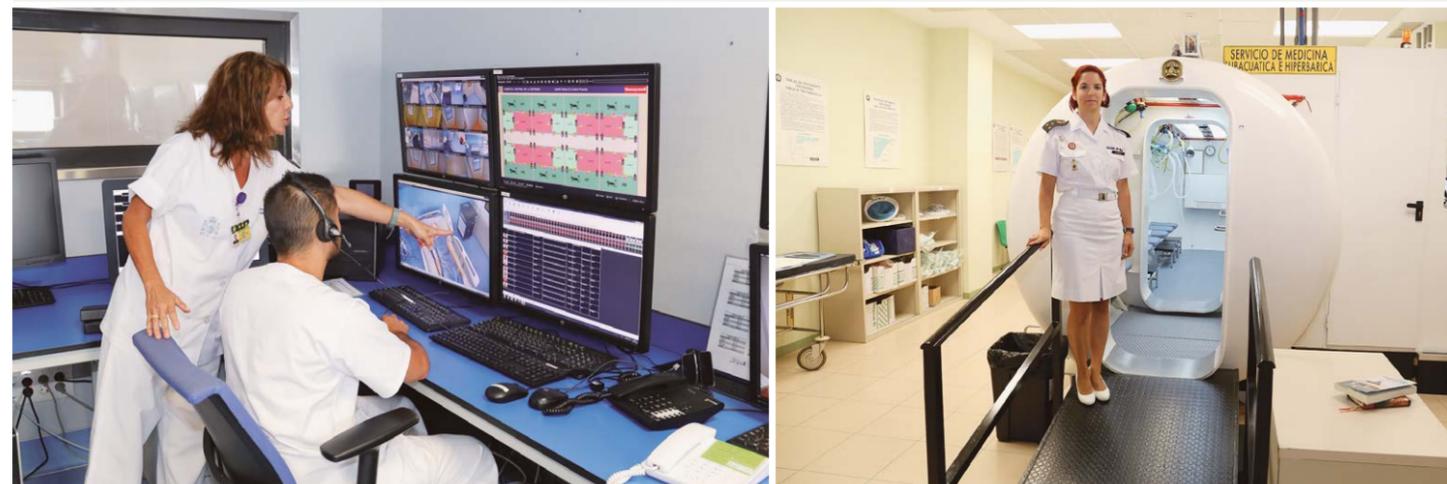
De izquierda a derecha y de arriba a abajo: La soldado Isabel Estapé; la Capitán Azucena López; y la Capitán M^a Jesús Hernández, miembros de la UMAAD, muestran uno de los hospitales de campaña que están preparados en la Base Aérea de Torrejón. // El Capitán enfermero Pedro Montoliú se encarga de los equipos de soporte vital avanzado. // Los enfermeros de la UMAER y la UMAAD, juntos. De izquierda a derecha: el Capitán Pedro Montoliú; la Capitán Cristina González; el Capitán Israel Jaén; la Capitán Laura Osuna; el Teniente Gabriel Sánchez; la Capitán Azucena López; y la Capitán M^a Jesús Hernández. // El Teniente Gabriel Sánchez muestra uno de los hospitales de campaña instalados en la Base de Torrejón para la formación.



Retos

- **Equiparar escalas.** En la actualidad, las enfermeras y enfermeros militares solo pueden llegar a Teniente Coronel (hay 12 enfermeros en total en España), al contrario que otros profesionales de Grado Universitario, que pueden acceder a Coronel. Se trata de una desigualdad heredada de los tiempos en los que la Enfermería era una diplomatura y otras disciplinas eran Licenciatura. Ahora son todos Grado.
- **Prescripción enfermera.** El Real Decreto que lo regula deja abierto su desarrollo en el ámbito militar, por las circunstancias propias de su día a día (muchos enfermeros están solos en misiones, por ejemplo). Este desarrollo ya está muy avanzado y muy pronto, según nos indican, se publicarán en el Boletín Oficial correspondiente las primeras guías de actuación.
- **Especialidades.** Las siete especialidades civiles de Enfermería no están contempladas en el ámbito militar. Actualmente solo hay una, la Médico-Quirúrgica; pero se está preparando la segunda, de Urgencias y Emergencias.

LA ENFERMERÍA DEL GÓMEZ ULLA



De izquierda a derecha y de arriba a abajo: La Capitán Pilar Cadenas, responsable de Enfermería de la exclusiva planta 22 (alto aislamiento para infecciones) junto al Teniente Mario Patudo en la sala de control. // La Capitán Elena Garrido, experta en accidentes de buceo y responsable en la cámara hiperbárica. // Teniente Coronel Andrés Ortiz, Jefe de la Unidad de Enfermería de la Inspección General de Sanidad (izquierda) y Teniente Coronel Javier de Haedo, director de Enfermería del Hospital Gómez Ulla, a cuyo mando se encuentran 1.400 personas. // La Capitán Nuria Fraile, junto a la enfermera civil Lourdes Núñez, en el centro de transfusiones.

>> cripción enfermera en el ámbito militar) repercute en todos los enfermeros del Ejército. Se encarga también de buscarles destino en las misiones internacionales. Está orgulloso de ello, pues explica que no tiene que buscar a nadie, sino que directamente se ofrecen, lo que da cuenta del grado de compromiso de nuestros profesionales.

Ambos han estado en Bosnia y Afganistán (entre otros). Explican que muchas veces los únicos sanitarios en

estas misiones son enfermeros, y por ello tienen que estar extremadamente preparados.

La UMAAD y la UMAER

En la Base Aérea de Torrejón encontramos dos unidades con enfermeros.

La UMAAD (Unidad Médica de Área de Apoyo al Despliegue), desde donde se encargan de la primera atención al paciente y dejarlo preparado a la siguiente unidad (evacuación, por

ejemplo); de las infraestructuras que componen los hospitales de campaña y de la formación del personal en materia de asistencia sanitaria y también para militares no sanitarios (se les adiestra como primeros intervinientes).

La otra es la UMAER (Unidad Médica de Aeroevacuación), que se encarga de las evacuaciones. Es decir, son "ambulancias del aire" siempre de guardia. Viajan a todo el mundo para evacuar a militares españoles en aviones medicalizados, pero a veces también a civiles. "Trabajamos para el Gobierno, no solo para Defensa", indica el Teniente enfermero Gabriel Sánchez. El último viaje, hace poco, a Tailandia a evacuar a un militar español. ●

¿Cómo convertirse en enfermero militar?

La Teniente Enfermera Tania Criado nos cuenta cómo es el proceso, que califica de "agotador"

CUANDO LA TENIENTE Enfermera Tania Criado aprobó las pruebas de acceso al Ejército, echó en falta una academia en la zona centro de la Península (ella es de Albacete) que le pudiera ayudar con ellas. Por eso, fundó hace cuatro años *Baguira*, una academia que es en la actualidad referente en este ámbito, con un 24 por ciento de tasa de aprobados y cuyo objetivo es en poco tiempo crear un manual para estas oposiciones que todavía no tienen temario (como sí tienen el EIR o las OPE). "Me resultó muy difícil preparármela", asegura. ●



Tania Criado, Teniente Enfermera

Así es el proceso

Convocatoria en el Boletín Oficial del Estado (mes de mayo). Unas 30 plazas. Las pruebas se realizan durante el mes de julio y de aprobar, se accede en agosto:

- **Examen de 250 preguntas.** Hay que acertar 125 para seguir en el proceso.
- **Doble examen de inglés.** Uno de comprensión de textos y otro de gramática con 50 preguntas. Eliminatorio.
- **Psicotécnico.**
- **Pruebas físicas:** 1 km; 'dominadas'; salto vertical; nadar 50 metros; circuito de agilidad; y velocidad (50 metros). Eliminatorio.
- **Reconocimiento médico.** Estricto. En la convocatoria del BOE indican qué patologías son excluyentes. Análisis de sangre y orina.
- **Resolución de caso práctico en dos fases:**
 - Desarrollo escrito del caso práctico.
 - Lectura ante el tribunal, responder sus preguntas (sobre el caso, sobre el material que hay en la sala y personales).
- A los pocos días se publica el resultado: apto / no apto.
- **Instrucción:** Dos meses en la Academia de Zaragoza; un mes en la Academia General del Aire en Murcia; un mes en la Academia de la Armada en Galicia; y seis meses en la Escuela Militar de Sanidad.
- **Destino:** se elige en función de la nota obtenida en el proceso de oposición. Un año.

El Capitán enfermero Tomás Herrera vehiculiza más de mil consultas al año en el servicio de Telemedicina del Gómez Ulla

El cuidado de los deportistas, en las mejores manos

Visitamos el laboratorio de esfuerzo de la UCM, por donde pasan decenas de deportistas al año que ponen su confianza en manos de sus enfermeros

PEDRO, BOMBERO DE profesión, pedalea y pedalea sobre una bici estática envuelto entre tubos y cables. A su lado está Gracia Toledo, enfermera, cuidándole y monitorizándole. Se está sometiendo a una prueba de esfuerzo directa. Una vez acabada, y recuperado ya del sofoco y los sudores de este exigente examen, Pedro explica que ha sido cuatro veces campeón en los Juegos de Policías y Bomberos y que hoy ha venido hasta aquí porque necesita acreditar con esta prueba que es apto para continuar ejerciendo su profesión en la calle. "A cierta edad nos obligan", cuenta. A pesar de la lista de espera que hay ha decidido acudir al laboratorio de esfuerzo de la Escuela de Medicina del Deporte de la Universidad Complutense, que está abierto a cualquier ciudadano.

Allí le esperan sus enfermeros: la ya mencionada Gracia Toledo y Alejandro Blanco. Por sus manos han pasado todo tipo de deportistas.

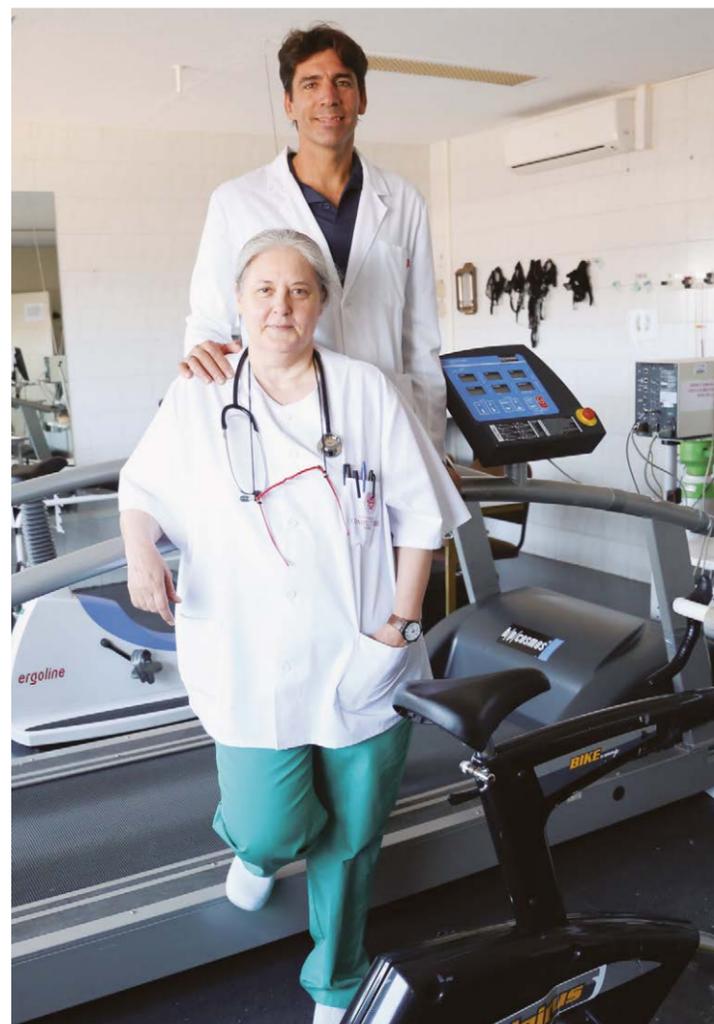
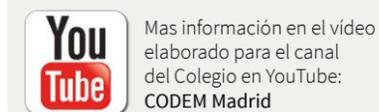
Gracia es la responsable de Enfermería del laboratorio. Es toda una institución aquí ya que es la principal impulsora del Experto en Enfermería de la Actividad Física y el Deporte que va por su 28 edición.

Alejandro lleva ya 15 años aquí. Además, desarrolla su trabajo en el resto de instalaciones deportivas de la Complutense.

Ambos reivindican el papel de las enfermeras en el ámbito del deporte. "Utilizamos mucho el deporte como terapia", explica, "pero tenemos que conocer en qué medida hacerlo". De ahí la importancia de las enfermeras expertas en esta materia: adaptar la recomendación de hacer deporte a las condiciones y estado de salud del paciente. No solo eso, sino en entender el deporte como prevención y educación para la salud.

Gracia, una pionera

Mientras Gracia mide los pliegues a Pedro, nuestro paciente de hoy, nos cuenta orgullosa que fue la primera enfermera española en ser agente de control de dopaje, una figura que anteriormente solo podía ser ejercida por profesionales de otras disciplinas. "De vez en cuando hago misiones", dice. Y nos explica que las misiones son acudir a alguna competición a tomar muestras a deportistas que serán sometidos a pruebas antidopaje. Una labor muy importante y sujeta a estrictos protocolos y por supuesto muy discretos. Gracia es una prueba más del nivel de la Enfermería madrileña. ●



De izquierda a derecha y de arriba a abajo:

- ▶ Alejandro Blanco y Gracia Toledo posan en el laboratorio de esfuerzo. Cintas para correr, bicicletas estáticas, todo tipo de máscaras con diferentes medidas, calzado, material de primeros auxilios, fármacos, productos sanitarios, ordenadores o maquinaria forman parte del entorno de este lugar desconocido por el gran público pero accesible a cualquier ciudadano.

- ▶ Alejandro prepara a Pedro para hacerle un electrocardiograma previo a la prueba de esfuerzo.

- ▶ Gracia está preparando a Pedro para que en breve pueda subirse a la bicicleta estática. Le está probando la mascarilla y Pedro será quién elija con cuál estará más cómodo.

- ▶ Pedro está ya en plena prueba de esfuerzo. Tendrá que pedalear a un ritmo constante durante algunos minutos e ir parando y reanudando la marcha para que Gracia, que está a su lado constantemente, pueda ir tomando datos sobre su tensión y otras variables relacionadas con la respiración. No es una prueba fácil pues la carga se va incrementando y el ritmo de pedaleo hay que mantenerlo. Es decir, cada vez cuesta más seguir manteniendo la cadencia indicada.

- ▶ Una vez finalizada la prueba de esfuerzo, Gracia se encarga de "medir pliegues", una cuestión que se encuentra dentro del estudio antropométrico que también se incluye dentro de la prueba de esfuerzo que ha solicitado Pedro.

VICENTE DAVID COCA, ENFERMERO Y PSICÓLOGO

“No existe una cultura de la salud mental y del autocuidado en el sistema sanitario”

Acaba de publicar un artículo en la revista *Cuadernos de crisis y emergencias* en el que plantea la incorporación de la Psicología a la Emergencia Extrahospitalaria, un nivel asistencial en el que el trabajo de las enfermeras puede afectar a su vida personal

VICENTE DAVID COCA es enfermero desde 1997 y actualmente trabaja en un Centro Municipal de Salud Comunitaria del Ayuntamiento de Madrid. Además es psicólogo desde hace cuatro años. Ambas disciplinas le han servido para elaborar un artículo en el que alerta sobre el cuidado de la salud mental en los profesionales de la Emergencia.

Hace poco has presentado un estudio cuyo título ya es revelador: *¿Por qué se necesita incorporar la Psicología a la Emergencia Extrahospitalaria?*

¿Qué te lleva a hacerte esta pregunta? ¿De dónde nace esa inquietud si realmente no trabajas en la urgencia extrahospitalaria?

En efecto, actualmente no trabajo en emergencias y el artículo es el resultado de una inquietud e investigación personal y de ninguna manera representa una postura de la institución para la cual trabajo.

A los pocos días de empezar en emergencias observé situaciones totalmente normalizadas por parte de mis compañeros y a plantearme quién

cuida al cuidador. De ahí nace un “boceto” de lo que querría hacer. Tener la suerte (o la desgracia) de como tantos enfermeros haber trabajado en ámbitos diferentes me permitió detectar y contrastar problemas (que es lo que planteo en el artículo) y desarrollar posibles soluciones a esos problemas.

El estudio tiene como objetivo los profesionales que trabajan en la urgencia extrahospitalaria. ¿En qué mejoraría su vida (familiar y laboral) si se incorporara un psicólogo en este ámbito?

En todo, somos seres sociales y nuestras vidas no son estancas. Por ejemplo, nuestro trabajo puede afectarnos personalmente (fatiga por compasión, burnout, ansiedad...) o dar una respuesta insatisfactoria (fármacos no prescritos, alcohol, soledad o aislamiento...). Esto afectará a familia/compañeros (incomprensión, mal clima laboral...) y a pacientes (cosificación, frialdad...). Causa y efecto se retroalimentan. Somos un todo.

El 27,36% de los participantes en tu estudio fueron enfermeras. ¿Qué conclusión sacas de sus respuestas?

La necesidad de crear gabinetes psicológicos e incorporar psicólogos a la emergencia extrahospitalaria en quienes apoyarse. El cuidado lo brindan todos los profesionales pero la Enfermería tiene un plus propio y ello implica una afectación mayor. Implementarlos beneficiaría a todos: pacientes, equipos y sistema sanitario.

¿Son conscientes las enfermeras de algunos problemas que describes en tu estudio (burnout, soledad, falta de conciliación familiar, etc.) o lo consideran ya como algo normal en su trabajo (y que no debería serlo)?

La Enfermería normaliza todo, asume y suple las carencias y se ha hecho responsable incluso de aquello que no le compete asumiéndolo como si fuera propio.

¿Se puede decir por tanto que se infravalora la salud mental de nuestras enfermeras y nuestros sanitarios en general?

Sí, no hay cultura de salud mental y autocuidado en el sistema sanitario. A mi juicio esto es inaceptable, aunque varía en función de la cultura sanitaria y servicios de cada organización. P. ej.

en servicios como paliativos es normal desahogarse con compañeros, pero en otros servicios esto lo pueden llegar a entender como un signo de debilidad y esto para mí ya es sintomático y debería alarmarnos.

¿Quién o quiénes serían los responsables de ello?

Todos, personal e instituciones. Es un problema sistémico. Es necesario periódicamente: parar, evaluar, reflexionar de forma sincera cómo estamos y a dónde queremos llegar; simplemente sobrevivimos en pasar cada día de trabajo como podemos. Cada vez estoy más convencido que el conocimiento está distribuido entre todos. Si damos cabida a todos para enfocarnos en las soluciones, estas aparecerán. Debemos crear una cultura sanitaria de diálogo.

Por su actividad, ¿crees que son los profesionales de la urgencia extrahospitalaria los que más comprometida ven su salud mental?

Sí, pero no son los únicos. Su trabajo les diferencia en algunas cosas: no controlan cuando van a intervenir ni en dónde, ni si el escenario va a cambiar de forma súbita, el tiempo corre en contra, actúan bajo presión y con estímulos sonoros, visuales y sociales. Y por ellos se tendrían que empezar a implementar los gabinetes psicológicos, pero deberán estar en todo el sistema sanitario. ●



Enfermería y Psicología, unidas

“Cuando leí que la palabra cura es terapéutica, empecé a planteármelo”. Así explica Vicente David Coca su interés por la Psicología, después de haber terminado primero Enfermería. “Ambas tratan de mejorar la vida de las personas, aliviar el dolor y el sufrimiento. La Psicología me permite comprender los comportamientos y las situaciones. Si trabajara como psicólogo, la Enfermería me aportaría la visión del cuidado”, explica.



Enfermeras contra las bajas laborales

La AMET alerta del número de bajas laborales y recuerda que muchas de ellas podrían evitarse con medidas preventivas en los centros de trabajo

EL AÑO PASADO, nuestra región registró un total de 1.530 partes de Enfermedad Profesional, de los que un 67,5% fueron acompañados de baja laboral.

La Asociación Madrileña de Enfermería del Trabajo (AMET) ha alertado de que estos datos muestran la necesidad de continuar incrementando las medidas preventivas en los centros de trabajo y revelan la importancia de una adecuada vigilancia de la salud de los trabajadores con el fin de detectar precozmente estas enfermedades, notificarlas y llevar a cabo las medidas de prevención adecuadas a cada caso.

Desde la asociación se recuerda que los especialistas en Enfermería del Trabajo son los profesionales sanitarios cualificados tanto legal como técnicamente para realizar estas labores preventivas y de asesoramiento en colaboración con el médico del trabajo y el resto de profesionales implicados en prevención.

Por último, también aluden a la importancia de protegerse adecuadamente frente a los riesgos de nuestro trabajo y usar siempre de forma correcta los equipos de protección, además de mantener al día el calendario vacunal. ●

Datos 2018

- 1.530 partes de Enfermedad profesional.
- 863 de mujeres (56,4%).
- 667 de hombres (43,6%).
- De los 1.530 partes, el 67,5% fue con baja laboral.
- De los 1.530 partes, 113 fueron de profesionales de Enfermería.
- De esos 113, el 90% fue en Atención Hospitalaria.
- La mayoría por enfermedades infecciosas, tendinitis, tenosinovitis, dermatitis, epicondilitis y síndrome del túnel carpiano.

Simulacros con matronas expertas del Reino Unido para formarse en emergencias obstétricas

La AMM organiza un novedoso curso teórico-práctico los días 8 y 9 de noviembre

“¿TE SIENTES CON confianza para atender una emergencia obstétrica?” Con esta pregunta, la Asociación de Matronas de Madrid (AMM) anima a todas las matronas a participar en un novedoso curso teórico-práctico que se llevará a cabo los próximos días 8 y 9 de noviembre en Madrid. Desde la asociación destacan que esta formación incluye prácticas de casos reales y permitirá vivir simulacros con expertas profesoras del Reino Unido.

Además, la AMM informa que será un curso con un máximo de 15 asistentes, lo que garantiza un excelente feedback entre los participantes.

Toda la información se encuentra en la web de la AMM (www.matronas-madrid.com). ●



Las mejores prácticas en estilo de vida saludable

SEMAP organiza la IV Jornada de Promoción de Salud

LA SOCIEDAD MADRILEÑA de Enfermería Familiar y Comunitaria (SEMAP) celebra el 16 de octubre en la sede colegial su IV Jornada de Promoción de Salud, cuyo lema es ‘De la teoría a las prácticas’ y cuyo objetivo es compartir y poner en valor las experiencias de los profesionales e identificar las mejores prácticas en materia de Estilo de Vida Saludable (EVS).

Está dirigida a profesionales de Enfermería de Primaria y a los que desarrollen su actividad profesional en otros ámbitos de promoción de la salud. El programa prevé distintas mesas siguiendo el esquema de los componentes del estilo de vida propuesto por el Ministerio, ya sea mediante intervenciones individuales, grupales o comunitarias.

Más info: www.semap.org. ●



Dimitri Beeckman, ponente en el simposio de AMEG

SIMPOSIO

Identificar el mejor material para pacientes y profesionales

LA ASOCIACIÓN MADRILEÑA de Enfermería Gerontológica celebra su V simposio AMEG – CINS Repose con el lema ‘Cuidemos a la persona: la prevención, el mejor de los tratamientos’. Será el próximo 7 de noviembre en el Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas (Ceapat), que está en la calle Los Extremeños número 1. La jornada contará con la ponencia del profesor Dimitri Beeckman, presidente del Panel Europeo de Asesoramiento sobre Úlceras por Presión. El objetivo es resaltar la importancia de la investigación para identificar el material de alta calidad que genere confort para pacientes, familiares y profesionales. Por eso destacan también la necesidad de tener protocolos sencillos, fáciles de aplicar, y contar con material de alta calidad y aprender a usarlo con el paciente. Las plazas son limitadas y las inscripciones pueden realizarse a través de la web de AMEG (www.ameg-madrid.org). ●

Las jornadas del SUMMA 112 se internacionalizan

Se celebrarán los días 7 y 8 de noviembre en el Hospital General Universitario Gregorio Marañón

‘SUMMAndo CUIDADOS: una mirada al futuro’ es el lema de la Jornada Internacional de Enfermería SUMMA 112 que se celebra en el Hospital Gregorio Marañón los días 7 y 8 de noviembre. La cita, de carácter bianual, tiene como novedad su internacionalización, pues contará con la presencia de profesionales de Italia, Reino Unido y Portugal con el objetivo de analizar y realizar una puesta en común de los diferentes modelos de cuidados del ámbito de Urgencias y Emergencias, y compartir proyectos y nuevas acciones para la mejora asistencial.

Más retos

Servirán también para dar a conocer la actividad de los profesionales del SUMMA 112 a otros de Atención Primaria o Especializada; y para plantear cuáles son los retos a los que se en-



frentan socialmente y desde el punto de vista gestor para poner una mirada al futuro (de ahí el lema).

La cita está abierta a todos los profesionales, sean del ámbito que sean. ●

II Beca de Investigación CODEM

El plazo para la admisión de proyectos se cierra el próximo 24 de octubre y la financiación para el ganador ascenderá a 8.000 euros

EL COLEGIO DE Enfermería de Madrid ha vuelto a convocar su Beca de Investigación. Se trata de la segunda edición de esta iniciativa cuyo propósito, según se puede leer en las bases, es "favorecer la incorporación de los profesionales de Enfermería a equipos de investigación creados para la realización de estudios en el ámbito de los cuidados profesionales de salud de la población".

Una vez cerrado el proceso de admisión de proyectos, el jurado seleccionará a los finalistas. Sus investigadores serán convocados en la sede del Colegio para que defiendan sus proyectos. Una vez hecha la exposición, y una vez que el jurado delibere, se anunciará el proyecto ganador, que será financiado con 8.000 euros. El plazo de admisión de proyectos finaliza el 24 de octubre. ●

A tener en cuenta:

- Los proyectos presentados deben ser originales e inéditos, no deben haber sido publicados, premiados o financiados con anterioridad.
- Los proyectos deben estar diseñados para su ejecución completa en el plazo de un año.
- El ámbito de estudio del trabajo debe estar definido en la Comunidad de Madrid.
- El investigador principal es el responsable de la ejecución científico-técnica del proyecto.
- El registro de la documentación se podrá realizar de manera personal, en la sede del CODEM, o remitiéndolos a través de correo postal.

Las bases completas, en la web del CODEM: <https://www.codem.es/beca-investigacion>

El proyecto CODEM Educa tiene nueva campaña

Abordará cuestiones sobre la gripe, vacunación o alimentación durante el periodo otoño/invierno

EN EL PASADO número de *Enfermeras de Madrid* os presentábamos la nueva iniciativa del Colegio dirigida al fomento de la educación y la promoción de la salud en la población: CODEM Educa. Tras la primera campaña, enfocada a los meses de verano, iniciamos ahora la segunda, orientada al refuerzo de los cuidados en **otoño e invierno**.

Cuestiones sobre gripe y vacunación, alimentación, higiene o climatización serán las protagonistas del nue-

vo tríptico (en paginas siguientes y en nuestra web) y del plan de difusión en redes sociales. Además, en nuestro canal de YouTube recopilaremos esas recomendaciones a través de vídeos protagonizados por enfermeras expertas.

Marta Fernández Batalla, responsable del proyecto, recuerda que CODEM Educa es un espacio de participación y como tal ha sido concebido para que las enfermeras y enfermeros de nuestra región puedan aportar su conocimiento y sus ideas. ●



CONSEJOS PARA EL OTOÑO-INVIerno

- Revisa periódicamente el funcionamiento de la calefacción y ajusta su temperatura.
- Recuerda mantener tu hidratación y la de los tuyos; comparte una bebida caliente.
- Consume verduras, hortalizas y frutas de temporada.
- Que el frío no te congele: muévete, practica ejercicio todos los días.
- Desde el otoño adapta capa a capa tu vestimenta al frío.
- Agárrate al suelo: cálzate con unos buenos zapatos antideslizantes.
- Cuida de los más vulnerables. Es tiempo de dar cuidado.
- Ante mocos y estornudos: sonar, limpiar y tirar.
- Vacúnate contra la gripe: Yo por Ti, Tú por Mí.
- Al mal tiempo buena cara: sonríele con tu cuidado al invierno.

Cuidemos a los más vulnerables: Recién nacidos, lactantes, personas de edad avanzada, enfermos crónicos y personas sin hogar

Ante cualquier duda, consulta a tu enfermer@

El Colegio Oficial de Enfermería de Madrid (CODEM) ha impulsado la creación de un espacio de participación entre las enfermeras y la sociedad. Este espacio se denomina CODEM Educa y fomenta procesos de desarrollo en las personas capacitándolas para la gestión de sus cuidados bajo la idea de 'aprender a aprender'.

CODEM Educa tiene como fin promover la mejor salud posible de la población mediante la educación en la misma. Una educación en salud que requiere de la participación y de la relación entre enfermeras y la comunidad, propiciando un intercambio de recursos reales y pertinentes que orienten a la promoción de la salud y la prevención de sus problemas.

Este sistema integrado de CODEM Educa permite incrementar las competencias de las personas en sus propios cuidados, en la de los suyos y su entorno. Este incremento competencial en cuidados se orienta hacia la disminución de la vulnerabilidad individual y, con ello, hacia la disminución de la fragilidad comunitaria.

El objetivo de CODEM Educa es posible gracias al aporte de conocimiento enfermero en este espacio y al reconocimiento del rol y de la figura enfermera entre los diferentes actores de la sociedad. Esta acción es esencial, alineándose con las propuestas de Nursing Now.

El Colegio Oficial de Enfermería de Madrid, a través de CODEM Educa, reclama la necesidad de configurar proyectos que garanticen el tercero de los Objetivos de Desarrollo del Milenio.

Participa en CODEM Educa

Av. Menéndez Pelayo, 93. 28007 Madrid
www.codem.es
oficina@codem.es



@MadridCODEM



colegioenfermeriamadrid



@madridcodem



CODEM Madrid

El frío se acerca... Cuidate, cuida de los tuyos y asegúrate un invierno con salud



Colegio Oficial de Enfermería de Madrid



Contenido

- Más de 1.400 revistas científicas a texto completo indexadas.
- Más de 5.500 revistas científicas indexadas.
- Referencias citadas de búsqueda para más de 1.500 títulos.
- Textos completos de publicaciones desde 1937.
- Más de 5,8 millones de registros.
- Afiliaciones de autor.

Temas tratados

- Más de 50 especialidades en Enfermería.
- Enfermería alternativa o complementaria.
- Salud general y enfermería.
- Nutrición.
- Patología del habla y lenguaje.

Recursos adicionales

- Módulos de educación continua.
- Instrumentos de investigación.
- Prácticas estándar.
- Cuidados basados en evidencias.
- Lecciones rápidas que proporcionan una visión general de enfermedades y condiciones.

Cómo acceder

Empezar a usar CINAHL Complete es muy sencillo. Basta con acceder a la web de la biblioteca del CODEM: <https://www.codem.es/biblioteca>.

En dicha página encontrarás el logo de CINAHL. Al hacer clic sobre él te redirigirá a tu área privada. Introduce tu usuario y contraseña (los que usas siempre para acceder a dicha área privada) y al aceptar ya podrás usar la base de datos.

CINAHL ya está disponible para todos los colegiados

Se trata de una de las más eficaces herramientas para la investigación enfermera con acceso a más de 1.400 revistas científicas a texto completo

Se trata de un recurso de gran valor para los investigadores de Enfermería y del área de la salud que ofrece más de 1.400 revistas científicas a texto completo y acceso a importantes publicaciones.

Y lo más relevante: es un servicio gratuito para todos los colegiados. ●



El CODEM organiza una formación en CINAHL el 21 de octubre

PARA AQUELLOS INTERESADOS en profundizar en el uso de esta base de datos, el Colegio de Enfermería de Madrid organiza en su sede el día 21 de octubre a las 11:30 horas una formación no acreditada en la que se pre-

sentará la herramienta y habrá tiempo para resolver dudas.

Su duración será de entre 75 y 90 minutos. Para inscribirse, basta con enviar un correo a oficina@codem.es solicitándolo. Las plazas son limitadas y por riguroso orden de inscripción. ●

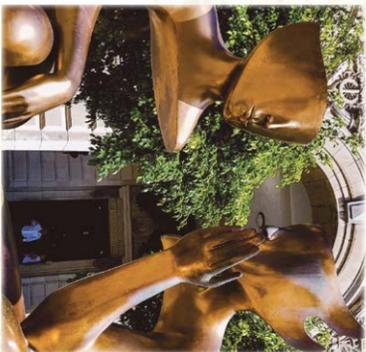
CALOR Y SEGURIDAD

- Un calor saludable es un calor moderado: ajusta la temperatura de la calefacción (19º-22º) y recuerda que no estamos en verano.
- La seguridad ante todo: verifica que los sistemas de calefacción funcionan correctamente.
- Ahorrar es ecológico y saludable: en invierno adapta la temperatura nocturna.
- A pesar del frío, aire nuevo cada mañana. Ventila diariamente como en cualquier época del año.
- En invierno viste con varias capas de ropa para adecuar la temperatura según tu entorno.



HÁBITOS DE HIGIENE

- Refuerza los hábitos de tu higiene y los de tu entorno: un espacio limpio es un espacio de buena salud.
- Ante la infección, tu mejor aliado es el jabón: Lávate las manos de forma rutinaria.
- Los estornudos en el antebrazo. Protege a los que te rodean cuando estornudes.
- Ahorrar en pañuelos encarece tu salud. Renuévales una vez usados.
- Asegura tu secado. No salgas con humedad al frío invierno.



LA VIDA ES UN CICLO SIN FIN, PROTÉGETE

- La mejor defensa es una buena protección: las vacunas nos ayudan a ello.
- Vigila tu inmunidad sea cual sea tu etapa vital.
- Si eres mayor de 65 años, si tienes un problema de salud crónico o si estás embarazada plantéate... "¿me 'toca' la vacunación antigripal?"
- Si convives o trabajas con personas vulnerables, vacúnate por ti, por ellos: debes hacerlo.
- En esta época, aprovecha para revisar tu calendario vacunal. Quizás puedas mejorar tu protección.



ADAPTA TU DIETA AL FRÍO

- ¡Es época de guisosi! Recuerda cocinar las legumbres de manera sencilla.
- Este invierno cubre los platos de verduras de hoja ancha y hortaliza.
- VitaminaE: los cítricos son una buena elección en la prevención en tu cuidado.



NO DEJES DE HACER EJERCICIO

- Recuerda que mantener una actividad física equilibra tu cuerpo y libera tu mente.
- En invierno, el deporte al aire libre, que sea seguro: que la caída no sea el final del ejercicio.
- Con cada paso ten cuidado. En invierno los resbalones nos persiguen.
- Si vas en coche, las ruedas son tu calzado: revisalas antes de salir.
- Las alfombras aportan belleza y calidez, pero recuerda adaptarlas a tu movilidad y la de los tuyos.



- Los frutos secos son una buena fuente de energía. Consumelos en pequeñas dosis.
- Con el frío disminuye la hidratación aun sin estar sediento. Las bebidas templadas son la mejor opción.

- El frío nos mantiene en casa. Contacta con tus familiares y amistades de forma regular. Quedate pendiente de tus allegados más vulnerables.
- Que la casa no te atrape. Sal en las horas centrales del día, que el sol te esté esperando.
- Sea donde sea, que el estrés de la rutina no se haga contigo: dedica tiempo a relajarte.
- Ante días de frío, días de juego: juega en familia, contagia lectura y charla con los tuyos.
- Disfrutemos de cada estación: es tiempo de sonreír al viento, a las lluvias, a las heladas del otoño y del invierno.

Comunicación y seguridad del paciente en las V Jornadas Deontológicas

Se celebrarán el 14 de noviembre y contarán con enfermeros expertos en ambas materias desde un aspecto ético, jurídico y desde la práctica asistencial



LA COMISIÓN DEONTOLÓGICA del CODEM organiza una nueva edición de sus Jornadas Deontológicas, la quinta, que esta vez tendrá lugar el 14 de noviembre en la sede colegial. En esta ocasión, la cita girará en torno a la comunicación como pieza clave para establecer una correcta relación terapéutica, para la cual, debemos tener los conocimientos y herramientas necesarias estableciendo con satisfacción una alianza terapéutica y asegurando una atención integral.

Por otro lado, se abordará también la seguridad del paciente, elemento

clave en la atención sociosanitaria para dar unos cuidados de enfermería de calidad.

Todo ello con la presencia de enfermeros con amplia trayectoria en las diferentes materias planteadas, tratándolas desde un punto de vista ético, jurídico y desde la práctica asistencial.

Cómo inscribirse

Las inscripciones para asistir a las V Jornadas de la Comisión Deontológica podrán llevarse a cabo a través de la web del Colegio (www.codem.es) hasta el 11 de noviembre. ●

TRABAJOS FIN DE MÁSTER

Nueva sección en el Depósito Andrés Fernández

EL PASADO 17 de abril comenzaba la andadura del Depósito Documental Andrés Fernández, accesible desde la página web de nuestro Colegio.

Su objetivo es el de servir a la gestión y difusión de las Obras de Saber Enfermero (tesis doctorales, memorias de maestrías oficiales o memorias de especialidad) generadas por los miembros de la comunidad enfermera madrileña.

Cumplimiento del cronograma

Desde esa fecha se ha depositado ya la primera decena de Tesis Doctorales, así como los primeros Trabajos Fin de Residencia que algunos de nuestros colegiados han querido compartir para ayudar a otros en el camino del crecimiento disciplinar y profesional.

De esta forma, y siguiendo con el cronograma, se ha puesto en marcha la sección dedicada a los Trabajos Fin de Máster para aquellas enfermeras colegiadas que hayan cursado un Máster Universitario Oficial y que deseen colaborar compartiendo su conocimiento con la Enfermería madrileña.

Hay que recordar que los Trabajos Fin de Máster (TFM) son el resultado de una formación universitaria posgradual (de 2º ciclo) cuyo título es expedido por el Ministerio de Educación y que da acceso a la formación doctoral.

El siguiente paso, una vez abiertas todas las secciones, es la puesta en marcha del Consejo de Doctores de Enfermería de la Comunidad de Madrid así como los Foros de Especialistas y Maestros. ●

SONDAJE GÁSTRICO

@Creative_Nurse

Indicaciones

- Drenaje del contenido gástrico por una obstrucción intestinal
- Intervención quirúrgica del aparato digestivo
- Análisis del jugo gástrico
- Intoxicación oral de sustancias tóxicas o de fármacos
- Administración de nutrición enteral y medicación
- Sospecha de hemorragia digestiva alta

Contraindicaciones

- Fracturas de cráneo
- Problemas de coagulación
- Fracturas de nariz
- Varices esofágicas

Tipos de sondas

Existen muchos tipos de sondas gástricas, Anderson, Sengstaken-Blakemore, Miller-Abbot... En función de la indicación del sondaje se ha de utilizar el tipo de sonda adecuada. Por ejemplo, si la indicación del sondaje es la descompresión gástrica se utilizan las sondas tipo Levin o Salem. Para nutrición enteral, sondas de larga duración (poliuretano o silicona) y para varices esofágicas la Sengstaken-Blakemore.



Salem



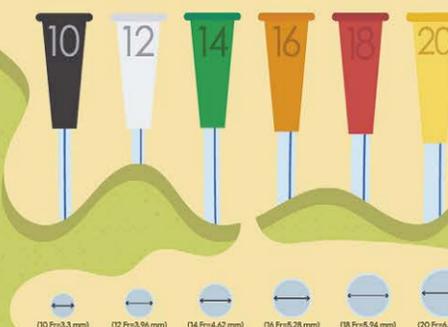
Levin

SNG para nutrición

Materiales

- Cloruro de polivinilo (PVC)
- Poliuretano
- Silicona

El diámetro de la luz de las sondas se mide en French (1 Fr=0,33 mm), a mayor número mayor calibre



LEVIN: calibres de 10 a 20 Fr, **una sola luz** con la parte más distal perforada para la evacuación del contenido gástrico. Se utiliza para descompresión gástrica, obtener muestras de jugo gástrico o realizar lavados gástricos. Posee una línea radiopaca para comprobar la ubicación correcta de la sonda con una prueba de imagen simple.

SALEM: calibres de 12 a 18 Fr, **dos luces**, una para la entrada de aire y la otra se utiliza como cualquier otra sonda, tiene orificios laterales para la evacuación del contenido gástrico y posee una línea radiopaca.

(* Los materiales, formas y colores de las sondas pueden variar dependiendo de la casa comercial)

Videoconsulta con tu enfermera

Tecnología y Enfermería van de la mano en esta consulta del Hospital Sanitas La Zarzuela que garantiza la continuidad en los cuidados en pacientes postquirúrgicos



A la izquierda, M^a Jesús Aspas durante una videoconsulta. En pantalla, la paciente le muestra la cicatriz de su intervención quirúrgica para que valore su estado. A la derecha, Isabel Fernández y M^a Jesús Aspas, enfermeras responsables de la videoconsulta en el Hospital Sanitas La Zarzuela

“TIENES LAS HERIDAS perfectas, es normal que te piquen, forma parte del proceso de cicatrización. Cuando te retiren los puntos sentirás alivio”. M^a Jesús Aspas, enfermera del Hospital Sanitas La Zarzuela, tranquiliza a su paciente en la consulta tras haber sido sometida a una intervención quirúrgica hace apenas 48 horas. Sin embargo no se trata de una consulta convencional. Se trata de una videoconsulta y la paciente se encuentra en su casa.

La iniciativa, que nació desde la Dirección de Enfermería del centro, está desarrollada por dos enfermeras (la propia M^a Jesús e Isabel Fernández) y tiene como objetivo garantizar la continuidad en los cuidados. “Que el paciente, una vez abandone el hospital, no se sienta abandonado”, explican.

Esta videoconsulta (disponible también en el resto de hospitales de Sanitas) atiende a pacientes 48 horas después de haber sido dados de alta tras una intervención quirúrgica.

Pero, ¿por qué enfermeras para

este tipo de consultas? “Las enfermeras tenemos una visión más global del paciente, entonces todas las dudas y preguntas que le van surgiendo, tenemos la capacidad de poder ayudar.

“““““““““
El grado de satisfacción es muy alto. Permite a los pacientes estar más tranquilos en su recuperación y les evita el desplazamiento
 ”””””””””

Además, nos ven más cercanas y se abren más a contarnos las dudas en su día a día”, responde Isabel Fernández.

Ambas destacan que las consultas están protocolizadas, y que antes de ponerlas en marcha se trabajó mu-

cho entre todas las unidades y jefes de servicio para unificar criterios y desarrollar esos protocolos.

Estas enfermeras destacan el alto grado de satisfacción de los pacientes con esta consulta. Les permite estar más tranquilos en su recuperación y les evita el desplazamiento. “Hemos atendido videoconsultas con pacientes que estaban en el trabajo o en la playa”, cuentan, lo cual beneficia mucho al paciente e incluso a su empresa. Atienden a unas 20 personas al día y, según su experiencia, las principales dudas son las relativas al manejo del dolor, a los cuidados de las heridas, al ejercicio físico o a la alimentación.

El sistema es muy sencillo: se le manda un enlace por correo electrónico al paciente y simplemente tiene que hacer clic en él a la hora indicada. Actualmente, detallan, están entrando a población de hasta 75 años con mucho éxito. En caso de no disponer de la tecnología (un smartphone bastaría) y de correo electrónico, la consulta se haría por teléfono. ●

Un ejemplo contra la siniestralidad

El Infanta Elena de Valdemoro, reconocido por proteger la salud de sus trabajadores

EL HOSPITAL UNIVERSITARIO Infanta Elena de Valdemoro ha sido reconocido recientemente por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social por su contribución a la reducción de la siniestralidad laboral, un logro que repercute directamente sobre sus profesionales, entre ellos las enfermeras.

Ámbar Deschamps, responsable del Servicio de Prevención de este hospital, ha explicado que el sistema de gestión y la política integrada del centro “ha permitido cumplir con las directrices que ayudan a proteger la salud de los trabajadores”.

La reducción de la siniestralidad se refleja en una mayor seguridad



Pilar de Gustín, directora de Enfermería

para los trabajadores, como explica Pilar de Gustín, directora de Enfermería. “Cuanto más eficaces son nues-

tros procesos y nuestro entorno en materia de seguridad y salud, las profesionales de enfermería nos transmiten sentirse más seguras y activas en su día a día, ya que pueden desarrollar su profesión con más dedicación sin perder la concentración ante posibles riesgos laborales no controlados o no planificados preventivamente”.

La directora de Enfermería se muestra muy orgullosa del reconocimiento otorgado por el Ministerio. “Nos confirma que seguimos trabajando duro para garantizar las mejores condiciones de seguridad y salud en el trabajo, y nos reafirma en nuestra filosofía de integrar la prevención de riesgos en todos los ámbitos del hospital”. ●

Las enfermeras del CS Numancia revolucionan el barrio con su iniciativa sobre lactancia materna

Han organizado talleres y creado un grupo de apoyo

LAS ENFERMERAS DEL Centro de Salud Numancia, en Puente de Vallecas, se han propuesto fomentar la lactancia materna entre las madres del barrio... y lo han conseguido.

Lo han hecho con la celebración en verano de la Semana Internacional de la Lactancia Materna, y recientemente con la Semana Europea. La idea partió de la matrona del centro, Janeth Acosta, que pronto contó con la participación de más enfermeras como María Díez y María del Valle Alcolea.

Entre las tres han organizado talleres en los que resuelven dudas sobre técnicas adecuadas, alimentación de la madre o sobre los beneficios de la lactancia (para madre y bebé).

Las tres están de acuerdo en que las enfermeras deben liderar este espacio ya que la lactancia es “un cuida-



María, Valle y Janeth (de izda. a dcha, agachadas abajo) junto con algunas madres y padres

do básico” y por eso consideran que las consultas de Enfermería son básicas. El objetivo, explican, es que las madres puedan prolongar la lactancia al máximo y concienciarlas de ello.

Además, han creado un grupo de apoyo y han organizado también una *teta* conjunta. Las madres y padres, por su parte, se mostraron encantados con la iniciativa. ●

Todos contra el intrusismo

La lucha contra el intrusismo es un objetivo prioritario del Colegio. No obstante, para que el CODEM pueda actuar se requiere la colaboración de los colegiados

¿QUÉ HACER ANTE UN CASO DE INTRUSISMO?

El artículo 12.c de los Estatutos del CODEM señala entre los deberes de los colegiados: "Denunciar por escrito al Colegio Oficial de Enfermería de Madrid todo acto de intrusismo que se produzca en la Comunidad de Madrid y llega a su conocimiento, así como los casos de ejercicio ilegal, tanto por no colegiación como por hallarse suspendido o inhabilitado el denunciado".

¿ANTE QUÉ ORGANISMO DEBO DENUNCIAR?

Se debe denunciar ante el Colegio Oficial de Enfermería de Madrid; ante Inspección de Trabajo; ante el Servicio de Inspección de Centros, Servicios y Establecimientos Sanitarios o ante la Inspección de Servicios Sociales, según el ámbito.

¿PUEDO DENUNCIAR A TRAVÉS DE LAS REDES SOCIALES?

No, no es una denuncia formal. La denuncia debe seguir los cauces oficiales para que el Colegio pueda personarse ante Inspección.

¿CÓMO REALIZO LA DENUNCIA?

A través del correo electrónico secretaria@codem.es.

¿QUÉ INFORMACIÓN DEBE CONTENER?

La denuncia debe contener datos concretos del hecho denunciado: centro sanitario o sociosanitario, quién lo ha cometido, en qué servicio, titulación de quien lo ha cometido, nombre y apellidos si fuese posible, etc... para que el Colegio pueda elevar la denuncia a la Inspección que corresponda y disponga así de cuantas más herramientas mejor para que llegue a buen puerto con garantías.

TEMO QUE ME SEÑALEN

La identidad del denunciante será preservada en todo momento por el Colegio, manteniéndose, por tanto, en el anonimato. ●



Una doctora Honoris Causa en Madrid

Denise Gastaldo, profesora en Toronto, repasó para nuestra revista la actualidad de nuestra profesión



Denise Gastaldo

ES TODA UNA eminencia de la Enfermería mundial y desde hace poco también es doctor Honoris Causa por la Universidad de A Coruña. Hablamos de Denise Gastaldo, brasileña de nacimiento y canadiense de adopción, quien ha pasado por las aulas de la Universidad Autónoma de Madrid para ofrecer una conferencia.

Gastaldo conoce perfectamente la situación de la profesión en nuestro país y por eso tiene claro cuál es el reto al que nos enfrentamos: "crear trabajo para las enfermeras, que vayan pagados y recompensados con responsabilidad y derechos proporcionales a lo

que se enseña en la universidad".

En este sentido, explica que Canadá, por ejemplo, produce tantas enfermeras como puestos de trabajo existen, y que allí, una profesional "con un máster clínico llega a hacer un 80 por ciento de lo que hace un médico de familia, lo cual cunde mucho para el sistema de salud".

Cualidades

Para Gastaldo, las enfermeras deben reunir dos cualidades: tener competencia profesional (permanente formación y estar al día) y desarrollar competencia política, ya que en su

opinión "el cuidar es un acto político", y a este respecto añade que "las enfermeras tienen que tener competencia política si quieren tener reconocimiento social, si quieren salir de un puesto de subordinación". "Si no, no veo cómo estar en posiciones de liderazgo", ha apostillado. ●

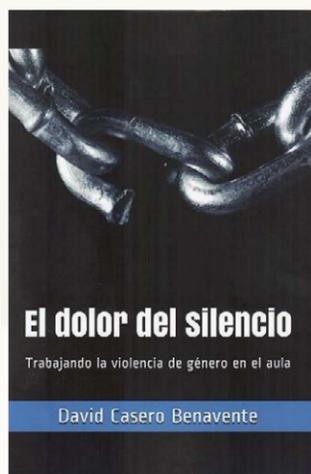
Plenario de Nursing Now Comunidad de Madrid

Retoma la actividad para preparar acciones de cara a 2020

EL GRUPO DE Trabajo de Nursing Now Comunidad de Madrid ha retomado su actividad tras el verano con la convocatoria de su Plenario, que se reunió en sede colegial para seguir trazando los proyectos e iniciativas a poner en marcha a lo largo de 2020, declarado por la OMS como el Año Internacional de la Enfermera y la Matrona. La reunión fue conducida por la coordinadora del Grupo de Trabajo y secretaria del CODEM, Sara Gasco, y en ella, entre otros, se cerraron algunos detalles de la organización de la carrera popular que se celebrará en 2020 y que en principio llevará como lema 'Corre con tu enfermera'. poco a poco se irán conociendo más datos, así como del resto de iniciativas. ●



Reunión del Plenario de Nursing Now Comunidad de Madrid

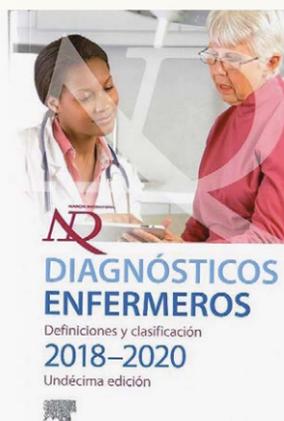


El dolor del silencio: trabajando la violencia de género en el aula. David Casero Benavente. Madrid, 2019.

“No vales para nada, estás loca, qué harías sin mí, vete de casa si quieres, no veras a tus hijos en la vida, etc.” Un dato curioso fue que el fiscal no consideró que hubiera delito, ya que consideró un atenuante el estar bajos los efectos del alcohol y la cocaína. “Muérete o te mato”. “La llegó a encañonar con una escopeta y a agredir en varias ocasiones.” Estas son algunas experiencias reales de diferentes pacientes en una consulta de Enfermería de Madrid en 2017. Se trata de un documento dirigido a todos aquellos docentes, profesionales de diversos campos y sus alumnos para abordar este tema tan cruel. En el libro se pueden ver dos partes diferenciadas: la sexualidad, los tabúes, anatomía básica... y la segunda parte donde se entra en la mente del monstruo, de la víctima y las alternativas que presenta la ley en España. ●

Diagnósticos enfermeros: definiciones y clasificación 2018-2020. NANDA Internacional (11ª ed.). Madrid, Elsevier, 2019.

Exhaustivamente actualizada por sus autoras, T. Heather Herdman, y Shigemi Kamitsuru, y rigurosamente revisada por un equipo de expertos españoles, esta obra sigue siendo la guía definitiva de los diagnósticos enfermeros, revisados y aprobados por NANDA International (NANDA-I). En la nueva edición, que incluye las últimas revisiones de NANDA-I aprobadas después de la publicación de la versión original inglesa impresa, las autoras han escrito todos los capítulos introductorios adaptándolos al nivel de los estudiantes de Enfermería, proporcionando la información esencial que necesitan para comprender la valoración, su relación con el diagnóstico y el razonamiento clínico, y el propósito y a la utilidad de emplear una clasificación taxonómica a la cabecera del paciente. Incluye 17 diagnósticos nuevos y 72 revisados, actualizaciones de 11 etiquetas diagnósticas y modificaciones a la gran mayoría de las definiciones del diagnóstico incluidos los diagnósticos de riesgo. Los diagnósticos dentro de cada Dominio se han clasificado siguiendo un orden alfabético. ●



El paciente siempre llama dos veces. Enfermera saturada. Madrid, Plaza y Janés, 2018.

Bienvenidas una vez más al mundo de la enfermería con humor, a la aventura de vivir en primera persona la profesión más bonita del mundo. «Queridas Nightingales: Nos ha tocado vivir la profesión más bonita del mundo, esa que nos hace dar más vueltas que un vendaje compresivo, esa que una ejerce las 24 horas, sobre todo cuando tus amigas tienen su primer hijo o cuando tu prima quiere saber si puede mezclar antibióticos y alcohol. Os presento mis nuevas aventuras como enfermera eventual en Madrid.» ¿En serio creías que Satu ya lo había contado todo? Las aventuras de nuestra enfermera favorita continúan. Porque los pacientes siempre llaman dos veces, pero la mujer de la bolsa de empleo solo una, y más te vale estar atenta. El suero se ha terminado, las bombas han dejado de pitar y toca despertar del que había sido el mejor contrato de verano, o no. Porque la vida de una enfermera da más vueltas que un vendaje compresivo, y los caminos del cuidado nunca sabes por dónde te van a llevar. Enfermera Saturada se define como una enfermera española que busca hacerse un hueco en la sanidad. Empieza el turno en Planta, baja a la UCI, sube a Prematuros y termina en Urgencias. Esta enfermera se maneja como pocas en las redes sociales... ●



Una novela en homenaje a la Enfermería

Mariela es una historia ficticia con tintes históricos en los que se presentan diferentes escenarios de la Primera Guerra Mundial a través de los ojos de una enfermera



Yolanda Guerrero firmando uno de sus ejemplares

MARIELA cuenta la historia de una enfermera española que, acusada de brujería, debe huir de su tierra, el Moncayo. Empezará entonces una gran aventura en la que atravesará toda Europa, recorriendo los diferentes escenarios de una etapa histórica muy convulsa. Se encontrará con el final de la Primera Guerra Mundial en París, conocerá un campo de prisioneros alemanes vencidos en Bélgica, viajará a la Alemania derrotada y terminará en Moscú, en plena Revolución bolchevique.

Su autora, Yolanda Guerrero, fue periodista de *El País* durante 26 años y hace 5 años cambió su trayectoria profesional para dedicarse a la literatura. *Mariela* es su segunda novela y siempre tuvo claro cuál debía ser el perfil

de su protagonista. “Tenía que crear un personaje femenino que tuviera la profesión más importante de aquellos años: la de enfermera”, asegura.

“Mariela estudió en la primera de escuela de Enfermería laica que hubo en España que fue Santa Isabel de Hungría. Había nacido en el Moncayo y por ello conocía muy bien las hierbas autóctonas de su tierra. Sabía manejarlas y administrarlas y después ad-

quirió los conocimientos científicos que le proporcionaron sus estudios. Esta mujer aunó, por tanto, las dos ciencias: una ciencia adquirida por sabiduría ancestral y atávica, junto con la ciencia moderna que en aquellos días se estaba impartiendo”, explica la autora.

Yolanda Guerrero califica de “ángeles blancos” a las enfermeras de la época y subraya que el libro, “además de contar una historia y de tener un argumento y un desenlace”, es un homenaje a todas las enfermeras. “Está dedicado a todas las personas que cuidan de nosotros y, desde esta novela, quiero darles las gracias”.

Mariela ya está disponible para su lectura o préstamo en la biblioteca del Colegio Oficial de Enfermería de Madrid. ●

Sorteo en redes



Un ejemplar de *Mariela* firmado por su autora puede ser tuyo. Próximamente realizaremos un sorteo en redes sociales. ¡Atentos a nuestros canales de comunicación!

La biblioteca del Colegio está disponible para todos los colegiados y estudiantes de Enfermería que lo acrediten en horario de 9:00 a 14:00 h. y de 15:00 a 18:00 h. de lunes a jueves y los viernes de 9:00 a 14:00 h. Julio de 08:00 a 15:00 h. y agosto cerrado. Disponible para consulta toda la legislación sanitaria 1900-2000. Avda. Menéndez Pelayo 93, 28007 Madrid.

FORMACIÓN PRESENCIAL ACREDITADA en el CODEM

NOVIEMBRE 2019

Inscripciones 1 al 20 de octubre

- ▶ **Electrocardiografía para Enfermería.** Del 4 al 8 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.
- ▶ **Ventilación mecánica y cuidados de Enfermería.** Del 4 al 8 de noviembre, de 16:00 a 21:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.
- ▶ **Cuidados de Enfermería en gastroenterología.** Del 11 al 15 de noviembre, de 16:00 a 21:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.
- ▶ **Metodología práctica en Educación para la Salud en Enfermería.** Del 11 al 15 de noviembre, de 9:00 a 13:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 20.
- ▶ **Atención de Enfermería en Salud Mental a la persona, a la familia y a los grupos sociales.** 15 de noviembre, de 16:00 a 21:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 5.

- ▶ **9ª Ed. prevención, tratamiento y cuidados de las heridas crónicas. Parte I.** Del 18 al 22 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.
- ▶ **Manejo de las técnicas de sustitución renal para Enfermería.** Del 18 al 22 de noviembre, de 16:00 a 21:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.
- ▶ **Manejo y control de estrés para Enfermería.** Del 18 al 22 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.
- ▶ **Enfermería en los cuidados neonatales y pediátricos.** Del 25 al 29 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.
- ▶ **Habilidades de autocontrol en Enfermería en la relación con el usuario.** Del 25 al 27 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Alumnos: 25. Horas: 15.
- ▶ **Introducción a la actuación enfermera en las ur-**

gencias pediátricas. Del 25 al 29 de noviembre, de 16:00 a 21:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.

DICIEMBRE 2019

Inscripciones 4 al 24 de noviembre

- ▶ **Enfermería y hospitalización a domicilio.** Del 16 al 20 de diciembre, de 16:00 a 21:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.
- ▶ **Introducción a la actuación enfermera en las urgencias pediátricas.** Del 16 al 20 de diciembre, de 9:00 a 14:00 horas. Alumnos: 40. Horas: 25.

Los cursos de enero de 2020 se programarán próximamente. Permanece atenta a nuestra página web y a los boletines digitales, donde lo comunicaremos con antelación suficiente para que puedas inscribirte a primeros del mes de diciembre. ●

Normas de inscripción.

Formación presencial acreditada en la sede del CODEM:

- ▶ Ser colegiado y estar al corriente en el pago de cuotas.
- ▶ Las inscripciones se realizarán durante los días que figuran en la programación de cada mes.
- ▶ Forma de inscripción:
 - En persona en la sede del Colegio, de 9 a 14 horas y de 15 a 18:30 horas de lunes a jueves; viernes de 9 a 15 horas.
 - Por fax: 91 501 40 39
 - Por correo electrónico: oficina@codem.es
 - A través del área privada en la página web del Colegio.
 - En el teléfono: 91 552 66 04.
- ▶ Finalizado el plazo de inscripción, si el número de solicitudes es superior al de plazas ofertadas, se realizará un sorteo público ante notario en la sede colegial. El resultado se comunicará a los seleccionados por correo electrónico. Todos los colegiados interesados en realizar los cursos, podrán optar a las plazas libres que se generen por la posible renuncia de los alumnos, accediendo dentro del apartado de formación a la pestaña de plazas libres, hasta la fecha de inicio del curso
- ▶ Los colegiados admitidos tienen la obligación de informar al Colegio, con un mínimo de 48 horas del comienzo del curso, la renuncia a la plaza; para que ésta pueda ser ocupada por un reserva. En caso de no hacerlo y quedar su plaza vacante, se le sancionará con la no-admisión de más solicitudes durante un curso lectivo.

Enfermeras de Madrid es una revista trimestral y los cursos pueden sufrir alteraciones por lo que instamos a los/ las colegiados/as que los verifiquen en la página web del CODEM.

CONGRESOS y JORNADAS

- ▶ **I Jornada Quirúrgica Enfermera.** Fecha: 24 de octubre de 2019. Lugar: Salón de actos de la sede central de la Cruz Roja; Avenida de la Reina Victoria 26, Madrid. Inscripción gratuita hasta el 15 de octubre en direnf.hc.cruzr@salud.madrid.org
- ▶ **Congreso Nacional 'Los nuevos retos de las enfermeras en el s. XXI'.** Fecha: 6 al 8 de noviembre de 2019. Lugar: Hospital de la Santa Creu i Sant Pau; C/ Sant Quintí 89, Barcelona. Información: www.nuevosretosenfermeras.com. E-mail: sanicongress@nuevosretosenfermeras.com
- ▶ **XII Jornada Nacional de Enfermería del Hospital Ge-**



I Jornada Quirúrgica Enfermera "Ganando el presente"
Hospital Central Cruz Roja San José y Santa Adela



neral de Móstoles. 'Agentes creativos de la Humanización del Cuidado'. Fecha: 25 de octubre de 2019, a las 8:00 horas. Lugar: Salón de Actos del Hospital Universitario de Móstoles. C/ Luis Mon-

tes, s/n. Para formalizar la inscripción se indica la ruta de acceso a la Intranet a profesionales del SERMAS que no son trabajadores del Hospital de Móstoles cuyo enlace es: <https://saluda.salud.madrid.org/areadehospitales/Paginas/Default.aspx>. El resto de interesados deben realizar la inscripción a través de la siguiente dirección de correo electrónico: inscripcioneshtml@salud.madrid.org

▶ **Congreso Nacional de Accesos Vasculares.** Fecha: 13 al 15 de noviembre. Lugar: palacio de Congresos Kursaal de San Sebastián (Guipúzcoa). Web: <https://seinav.org/9congreso/> ●

FORMACIÓN GRATUITA para COLEGIADOS en HOSPITALES y A. PRIMARIA

Dentro de las actividades y servicios a los colegiados, en materia de formación el Colegio organiza y financia una serie de cursos que se realizan en los diferentes hospitales de la Comunidad con el objetivo de facilitar la asistencia a sus profesionales. Para inscribirse en ellos es necesario enviar un e-mail a la dirección indicada en cada uno con los siguientes

datos: nombre y apellidos, DNI o nº de colegiado, centro de trabajo, correo electrónico y número de teléfono. Los cursos se celebran en los centros hospitalarios (los de hospitales) y en la sede del Colegio (los de Atención Primaria). El catálogo completo de los cursos disponibles se encuentra en la web del CODEM: <http://www.codem.es/cursos-hospitales>

OCTUBRE 2019

- ▶ **Hospital de Móstoles. Implicaciones legales en la gestión de Enfermería.** Del 14 al 15 de octubre, de 16:00 a 21:00 horas. Inscripciones: docinv.html@salud.madrid.org.
- ▶ **Hospital MD Anderson Cancer Center Madrid. Enfermería y responsabilidad profesional en los servicios de urgencias.** 22 de octubre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: formacion.enfermeria@mdanderson.es.
- ▶ **Hospital del Sureste. Implicaciones legales en la gestión de Enfermería.** Del 23 al 24 de octubre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: formacion.sureste@salud.madrid.org.
- ▶ **Hospital Central de la Defensa. El secreto profesional en la práctica asistencial.** 28 de octubre, de 9:00 a 14:00 horas. Ins-

cripciones: mloprom@oc.mde.es.

NOVIEMBRE 2019

- ▶ **Hospital de la Princesa. Actuación de Enfermería en el maltrato y responsabilidades jurídicas.** Del 4 al 6 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: mariajose.rubio@salud.madrid.org.
- ▶ **Hospital del Sureste. Enfermería y responsabilidad profesional en salud mental.** 11 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: formacion.sureste@salud.madrid.org.
- ▶ **Hospital Universitario La Moraleja-Sanitas. Enfermería y responsabilidad profesional en los servicios de urgencias.** 12 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: formacionhospitales@sanitas.es.

- ▶ **Hospital La Paz. La Enfermería ante el intrusismo.** 13 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: 91 207 12 90, de 8:15 a 14:45 horas.
- ▶ **Hospital Fundación Alcorcón. Implicaciones legales en la gestión de Enfermería.** Del 14 al 15 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: mmartinez@fhalcorcon.es.
- ▶ **Hospital Severo Ochoa. Implicaciones legales en la gestión de Enfermería.** Del 19 al 20 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: 91 481 80 00, ext. 8215.
- ▶ **Hospital Cruz Roja. Actuación de Enfermería en el maltrato y responsabilidades jurídicas.** Del 25 al 27 de noviembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: bbiblio.hccruzr@salud.madrid.org.
- ▶ **Hospital Central de la Defensa. La ley básica nacional sobre derechos y obligaciones del**

paciente en materia de información. La historia clínica. 28 de noviembre, de 16:00 a 21:00 horas. Inscripciones: mloprom@oc.mde.es.

DICIEMBRE 2019

- ▶ **Hospital Gregorio Marañón. El secreto profesional en la práctica asistencial.** 10 de diciembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: formacionenfermeria.hgu@salud.madrid.org.
- ▶ **Hospital La Paz. El secreto asistencial en la práctica asistencial.** 11 de diciembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: 91 207 12 90, de 8:15 a 14:45 horas.
- ▶ **Hospital de la Princesa. Enfermería y responsabilidad profesional en salud mental.** 16 de diciembre, de 9:00 a 14:00 horas. Inscripciones: mariajose.rubio@salud.madrid.org. ●

PRIMEROS MICROCONCIERTOS de CODEM y MÚSICOS por la SALUD



El pasado mes de julio, CODEM y la fundación Músicos por la Salud firmaron un acuerdo por el que se facilita la realización de seis microconciertos en centros sanitarios y sociosanitarios. En la imagen tenemos el primero de ellos, protagonizado por el cantante Jota en el Centro de Referencia Estatal de Atención al Daño Cerebral (Ceada) del Imsero en Madrid. Este acuerdo nace del compromiso de la institución con proyectos que mejoren la humanización en la asistencia sanitaria, como en este caso es la música, favoreciendo así a los pacientes pero también a familiares y profesionales sanitarios, entre los que se encuentran las enfermeras. ●

ASOCIACIONES de ENFERMERÍA en el CODEM

- ▶ **Asociación Madrileña de Enfermería Preventiva (AMEP)**
www.amepreventiva.es
amep@ampreventiva.es
- ▶ **Asociación de Enfermería Madrileña de Pediatría (AEMPED)**
www.aemped.org
secretaria@aemped.org
- ▶ **Sociedad Madrileña de Ética Enfermera (SMETICAE)**
http://smeticaeblog.wordpress.com
smeticaenfermera@gmail.com
- ▶ **Asociación de Matronas de Madrid (AMM)**
www.matronasmadrid.com
info@matronasmadrid.com
- ▶ **Asociación Madrileña de Enfermería en Centros Educativos (AMECE)**
www.amece.es
amece08@gmail.com
- ▶ **Sociedad Madrileña de Enfermería Familiar y Comunitaria (SEMAP)**
www.semap.org
semap@semap.org
- ▶ **Asociación Madrileña de Enfermería del Trabajo (AMET)**
www.amet.org.es
- ▶ **Asociación Madrileña de Enfermería Gerontológica (AMEG)**
www.amegmadrid.org
- ▶ **Asociación Madrileña de Investigación en Enfermería (ASOMIEN)**
www.asomien.com

AGRUPACIÓN de JUBILADOS

http://www.codem.es/servicios-para-jubilados / jubilados@codem.es

- ACTIVIDADES:** noviembre, a las 10:00 horas. Inscripciones: 4 al 18 de noviembre.
- Taichi y Chikung**
Profesora: Carmen Vilaplana Vilaplana, enfermera y educadora para la salud.
 ■ Octubre: clases los días 7, 14, 21 y 28 de 11:00 a 12:00 horas.
 ■ Noviembre: clases los días 4, 11, 18 y 25 de 11:00 a 12:00 horas.
- Taller de memoria**
Profesora: María Josefa Giménez Sáiz, enfermera y educadora para la salud.
 ■ Octubre: sesiones los días 2, 9, 16 y 23 de 11:00 a 12:00 horas.
 ■ Noviembre: sesiones los días 6, 13, 20 y 27 de 11:00 a 12:00 horas.
- Escuela de bienestar**
 ■ **Terapia ocupacional.** Profesora: Alicia Chapinal. 2º ciclo el día 23 de octubre de 17:00 a 18:00 horas.
- Grupo de teatro**
Seguirá en octubre, todos los lunes, empezando el día 7 de 10:30 a 13:00 horas.
- Visitas y museos**
 ■ Teatro Real (visita artística). 29 de octubre, a las 9:30 horas. Precio: 10 euros. Inscripciones: 14 al 28 de octubre.
 ■ Consejo de Seguridad Nuclear. 20 de
- Viajes y excursiones**
 ■ Burgos y Logroño. Santo Domingo de la Calzada y Lerma. Del 18 al 20 de octubre. Inscripciones del 16 de septiembre al 9 de octubre.
 ■ Plasencia, Coria, Hervás y Ciudad Rodrigo. Del 25 al 27 de octubre. Inscripciones del 1 al 18 de octubre.
- Taller**
Sácale partido al teléfono móvil. Pendiente de confirmar programación. Si estás interesada en inscribirte ponte en contacto con esta agrupación.
- La agrupación te quiere ayudar.** Si te encuentras sola/o y crees que podemos ayudarte, contacta con nosotros en el teléfono 91 513 00 04.
- Comida de hermandad.** Este se celebra el 13 de diciembre. Si estás interesado en acudir ponte en contacto con nosotros. Inscripciones: 4 de noviembre al 11 de diciembre.
- Esta agrupación de jubilados cerrará del 13 de diciembre de 2019 al 15 de enero de 2020, ambos inclusive. ●*

LOTERIA de NAVIDAD del CODEM



Al igual que el año pasado, el Colegio Oficial de Enfermería de Madrid pone a disposición de los colegiados su número de Lotería de Navidad. Se trata del 55.360 y se podrán adquirir décimos enteros en la sede colegial dentro de su horario de atención habitual, a su precio de 20 euros. ●

SERVICIOS CODEM

- Seguro de responsabilidad civil profesional.
- Formación continuada.
- Formación postgrado.
- Declaración de la Renta gratuita para colegiados.
- Plan de pensiones asociado CODEM.
- Trámites administrativos.
- Programa de Atención Integral al Profesional Sanitario Enfermo (PAIPSE). Tfno.: 91 330 39 26.
- Biblioteca.
- Ayudas para asistencia a congresos, jornadas, etc.
- Ayudas por nupcialidad y natalidad.
- Fiesta infantil en Navidad (hijos de colegiados).
- Ayuda para colegiados jubilados.

TRÁMITES ADMINISTRATIVOS (web ventanilla única / presencial)

- Certificados de colegiación y de pagos de cuotas colegiales.
- Cambios de datos (domicilio, teléfono, cuenta de cargo, etc.)
- Tramitación de solicitudes de ingreso, baja, traslado, etc.
- Certificados de coberturas póliza de responsabilidad civil.
- Duplicado de diplomas.
- Duplicado de carnés de colegiado.

OTROS TRÁMITES

- **DENUNCIAS POR PRESUNTO INTRUSISMO:**
a través de secretaria@codem.es
- **CONSULTAS PROFESIONALES:**
a través de atencioncolegiado@codem.es

ASESORÍAS

Es necesario solicitar cita previa en el teléfono 91 552 66 04. Las consultas son presenciales.

- **ASESORÍA LABORAL:**
Lunes y jueves, de 10:00 a 13:30 y de 15:30 a 17:30 h. Martes, de 9:30 a 13:30 y de 15:30 a 18:00 h. Miércoles de 10:00 a 13:30 h.
- **ASESORÍA CIVIL Y RESPONSABILIDAD CIVIL:**
Lunes, de 9:30 a 13:30 y de 15:30 a 17:30 h. Jueves, de 15:30 a 17:30 h.
- **ASESORÍA INMOBILIARIA:**
Primer miércoles de mes, de 11:00 a 14:00 horas; resto miércoles, de 15:00 a 17:30 horas. Septiembre, de 11:00 a 14:00 h.
- **ASESORÍA FISCAL:**
Primer martes de mes, de 9:00 a 11:30 h.; resto martes, de 15:00 a 17:30 h. Septiembre de 11:00 a 14:00 h.

NOTA: En julio y agosto todas las asesorías funcionan por la mañana.

SERVICIOS VARIOS

- **CLUB CODEM:** www.clubcodem.es
 - **ONE SEGUROS:** www.onesoluciones.com/codem/
- Acuerdos con empresas colaboradoras en www.codem.es

HORARIO DE ATENCIÓN AL COLEGIADO

Lunes a jueves, de 9:00 a 14:00 horas y de 15:00 a 18:30 horas; viernes, de 9:00 a 15:00 horas.
Julio y agosto: de 8:00 a 15:00.



CODEM
Colegio Oficial de
Enfermería de Madrid

Avda. Menéndez Pelayo 93, 28007 Madrid
Teléfono de atención al colegiado: 91 552 66 04 Fax: 91 501 40 39
E-mail: oficina@codem.es Web: http://www.codem.es

Fiesta de Navidad para hijos de colegiados

CIRCO 2 HIELO

En un planeta congelado entre glaciares, con un paisaje con iglúes y auroras boreales, nos encontramos en un recóndito lugar donde un pueblo esquimal, los inuits, son sorprendidos por la llegada de un mágico ser. Dundu, creado en la explosión de una estrella supernova,



IFEMA
Feria de Madrid

sorprenderá a los inuits rompiendo el hielo en su aterrizaje. Él hará que dos especies, la de los humanos que habitan sobre la gélida superficie y el universo marino que hay bajo la gran capa de hielo, se encuentren por primera vez y ambos descubran un nuevo mundo.



Próximamente toda la información sobre plazos e inscripciones



colegioenfermeriamadrid



@madridcodem



@MadridCODEM



CODEM
Colegio Oficial de
Enfermería de Madrid