

GRAN ÉXITO DE "LA RUTA ENFERMERA" EN ALBACETE

95 NÚMERO
MARZO
2024



El COE homenaja a las enfermeras jubiladas en el año 2023



COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA
de Albacete



Sumario

3 EDITORIAL

4 a 8 NOTICIAS BREVES

9 a 23 ACTUALIDAD ENFERMERA

- Gran éxito de "La Ruta Enfermera" a su paso por Albacete.
- ¿Partimos? ¿Quién quiere el primer turno?
- Isabel Montesinos: Revolucionando la diálisis peritoneal y empoderando pacientes con educación innovadora.

24 a 32 GERENCIAS de ATENCIÓN INTEGRADAS

- Impulso de la Gerencia de Atención Integrada de Albacete a la implantación de la enfermería especialista.
- El equipo de terapia intravenosa de la Gerencia de Atención Integrada de Almansa obtiene la Certificación de Calidad ISO 9001: 2015.
- El Hospital General de Villarrobledo centro de referencia para detectar intolerancias alimentarias.
- Reconocimiento a la Investigación en Atención Primaria y Comunitaria del Centro de Salud de Nerpio.

33 a 35 UNIVERSIDAD

- "El reto de la cronicidad y la Atención Sociosanitaria", Seminario organizado por la Facultad de Enfermería de Albacete.

36 a 45 EL VALOR DE LA EXPERIENCIA

- El Colegio de Enfermería de Albacete homenajea a las Enfermeras Jubiladas en 2023.

46 a 48 ARTE, DEPORTE Y ENFERMERÍA

- Diego Díaz Ortega: Enfermería, fotografía y atletismo, un trío de pasiones.

49 a 50 LECTURAS RECOMENDADAS

51 OPINIÓN

- Queremos saber tu opinión.
- Visita nuestra página web y accede al resumen de prensa diario disponible en la sección de comunicación.



El Ilustre Colegio Oficial de Enfermería no se hace responsable de las opiniones vertidas en esta revista. Se autoriza la reproducción total o parcial de los contenidos citando la fuente.

Edita: COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA DE ALBACETE

Feria, 42 - Entreplanta 2ª
02005 ALBACETE
Telfs. 967 23 40 00 - 967 22 54 75
Apartado de Correos 158
www.enferalba.com

Diseño e impresión:
IGM Artes Gráficas.
Depósito Legal: AB-292-1981

GRUPO COMUNICACIÓN
DIRECCIÓN: M^a Isabel Tébar Yébana
Miguel Ángel Sáez Martínez
Esther Navarro Rodenas
Julián Pérez García
Raquel López Pérez

Junta de Gobierno

Presidenta: Concha Piqueras Ramos

Vicepresidenta: María Dolores Pardo Ibáñez

Secretaria: María Isabel Tébar Yébana

Tesorerera: Llanos Campaña Poveda

Vocal I: Carmina Torrente Moreno

Vocal II: Miguel Contreras Molina

Vocal III: Verónica Ortiz Díaz

Nursing Advocacy

Vivimos partidos por la mitad como esta página.

Si bien, debemos prestar atención a nuestra propia realidad, en esto llamado *mindfulness* -tan valorado ahora- no deberíamos dejar de mirar más fuera, más lejos.

Los niños y las niñas de Gaza son también nuestros.

Injusticia que nadie para, que nadie repara. Personas que nadie ampara.

La compasión es un valor ético que atribuimos a quienes ejercemos la profesión de Enfermería. Es emotiva y activa, pues entiendo lo que pasa, lo siento y me mueve a ayudar a la persona vulnerable, sufriente.

Y no es ñoñería ni *buenismo*. Es considerar la profundidad de la profesión de cuidar y asumir la responsabilidad de la defensa del paciente para su beneficio y bienestar. Este rol se ha incorporado ya como una función propia de los enfermeros: *Patient advocacy: the role of the nurse*¹.

Entonces, se nos plantea una cuestión sobre si las enfermeras pueden ser abogado de los pacientes si las enfermeras no son capaces de abogar por ellas mismas². Tremenda, pero así es para muchos autores. El concepto *Nursing advocacy* tiene dos mitades: la defensa de los pacientes – *patient advocacy*- y la defensa profesional –*professional advocacy*-.

La defensa de nuestros derechos profesionales es también cosa nuestra. Tenemos derecho a progresar y su reconocimiento económico, en jornada y puesto -carrera profesional-, el de-

recho a la estabilidad laboral, el derecho a ejercer la especialidad para la que me he preparado, el derecho a no ser igual en todo, el derecho a envejecer y no huir, el derecho a la adaptación de las condiciones del puesto a la persona...y el derecho a que estos derechos se consoliden sin más dilaciones difíciles de entender.



Concha Piqueras Ramos.
Presidenta del Colegio de Enfermería de Albacete.



Guernica, Pablo Ruíz Picasso, 1937 (fragmento)

¹ Choi PP. Patient advocacy: the role of the nurse. Nurs Stand. 2015

² Gordon S. Advocating nursing. Australian Nursing Journal. 2005

NOTICIAS BREVES



ENFERMERAS YA PUEDEN PRESCRIBIR IBUPROFENO Y PARACETAMOL PARA TRATAR LA FIEBRE

El Colegio de Enfermería de Albacete se complace en anunciar la publicación en el Boletín Oficial del Estado (BOE) el pasado día 3 de enero, de una nueva guía para la indicación de medicamentos por parte de las enfermeras, centrada específicamente en el manejo de la fiebre. Esta guía se suma a la de diabetes, hipertensión, heridas, quemaduras, ostomías y anticoagulación, reforzando la importancia y la competencia de las enfermeras en la gestión de cuidados.

Con la validación oficial de la 'Guía para la indicación, uso y autorización de dispensación de medicamentos sujetos a prescripción médica por parte de las/los enfermeras/os: fiebre' por la Dirección General de Salud Pública, se marca un hito en el reconocimiento

de la profesión enfermera. Este documento no solo proporciona un marco de referencia de las enfermeras para la realización de actuaciones relacionadas con la medicación durante el seguimiento colaborativo en determinados tratamientos individualizados en personas con fiebre, mediante el uso de protocolos de actuación o guías asistenciales consensuados de manera multidisciplinar.

La guía pretende orientar las actuaciones de las enfermeras y enfermeros (indicación, uso y autorización de dispensación de medicamentos) en el tratamiento farmacológico de personas con fiebre. Con estas actuaciones se colabora en la consecución del objetivo terapéutico de mejorar o resolver este síntoma y a prevenir futuras complicaciones.



M^a PAZ MOMPART DOCTORA HONORIS CAUSA POR LA UNIVERSIDAD DE ALICANTE



M^a Paz Mompert García

El pasado día 25 de enero, Concha Piqueiras, presidenta del COE, Dolo Pardo vicepresidente y Carmina Torrente vocal del mismo, acompañaron a M^a Paz Mompert en su investidura como Doctora Honoris Causa por la Universidad de Alicante.

El acto estuvo enmarcado dentro de la tradicional celebración de Santo Tomás de Aquino, patrón de las universidades, con la entrega de 129 premios extraordinarios de grado y de doctorado y la investidura de la enfermera María Paz Mompert García como Doctora *Honoris Causa*.

El mismo, daba comienzo a las 12 horas en el Paraninfo de la Facultad de Derecho de la Universidad de Alicante con la investidura de la *Honoris Causa*, en el que José Ramón Martínez Riera, padrino de María Paz Mompert García, era el encargado de leer la laudatio antes de que la rectora,

Amparo Navarro, procediera a la investidura.

El Consejo de Gobierno de la Universidad de Alicante aprobó el nombramiento de la enfermera y exdirectora de la Escuela Universitaria de Enfermería de la Universidad de Castilla-La Mancha, María Paz Mompert García, como Doctora *Honoris Causa* el 27 de octubre de 2022 a propuesta de la Facultad de Ciencias de la Salud por su trabajo e implicación como impulsora y artífice indiscutible de la entrada de los estudios de enfermería en la universidad hace poco más de 40 años.

Entre la argumentación favorable a la concesión del título honorífico destaca que “María Paz Mompert García logró conformar un equipo de grandes profesionales que trabajó intensamente hasta lograr el objetivo de que los estudios de Enferme-



ría se incorporaran definitivamente a la Universidad, lo que, sin duda, propició el primer paso para lograr el actual desarrollo disciplinar”.

Mompart, enfermera y exdirectora de la Escuela Universitaria de Enfermería de la Universidad de Castilla-La Mancha, ha jugado un papel crucial en la integración de los estudios de enfermería en el ámbito universitario. Su trabajo no solo ha marcado un hito en la historia de nuestra profesión, sino que también ha abierto puertas para futuras generaciones de enfermeros y enfermeras.

Un merecido reconocimiento por su dedicación y esfuerzo incansable en impulsar la enfermería

como ciencia, disciplina y profesión, siendo un testamento de su visión y liderazgo, ya que María Paz Mompart ha conformado un equipo de profesionales excepcionales, trabajando incansablemente para lograr que la enfermería sea reconocida y valorada en el ámbito académico.

Desde el Colegio de Enfermería de Albacete, extendemos de nuevo nuestra más sincera felicitación por su esfuerzo y dedicación, ya que son una inspiración para todos nosotros.

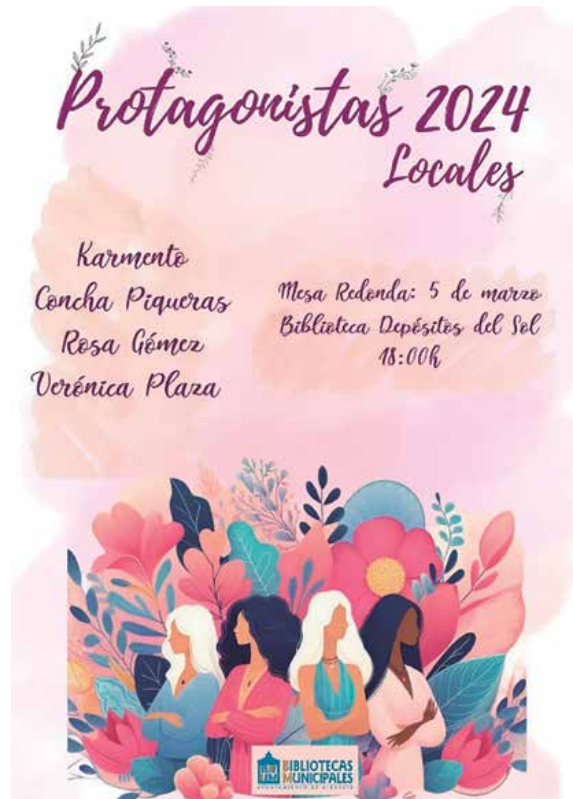
¡Enhorabuena!



MUJERES CON MUCHO QUE OFRECER

Con motivo del Día Internacional de la Mujer, las Bibliotecas Municipales de Albacete se unían a la conmemoración con una programación especial que buscaba visibilizar el papel de la mujer en la sociedad y fomentar la igualdad de género con exposiciones, talleres y charlas.

Dentro de las actividades destacadas, el 5 de marzo, a las 18:00 horas, tenía lugar en la Biblioteca de los Depósitos del Sol una mesa redonda en reconocimiento a nuestras 'Protagonistas Locales' de este año, donde Concha Piqueras, presidenta del Colegio de Enfermería de Albacete y del Consejo de Colegios de Enfermería de Castilla-La Mancha compartía mesa con Karmento, Rosa Gómez y Verónica Plaza, en la que se abordaron entre otros temas: La representación de la mujer en cada uno de los ámbitos profesionales de las Protagonistas, el techo de cristal y brecha de género, evolución de cada una de las profesiones en cuanto a igualdad y consejos para las generaciones futuras que se están formando en diversas profesiones.



ACTUALIDAD ENFERMERA



Gran éxito de “La Ruta Enfermera” a su paso por Albacete



El Colegio de Enfermería de Albacete presentaba en una rueda de prensa ofrecida el pasado día 16 de enero en su sede, “La Ruta Enfermera”, una iniciativa impulsada por el Consejo General de Enfermería junto con todos los colegios provinciales del país, con el objetivo de dar a conocer la labor esencial de las enfermeras como educadoras en salud en todas las edades y la importancia de conocer cómo podemos mejorar nuestra salud y evitar riesgos de enfermar.

Bajo el lema “Te cuidamos toda la vida”, esta “Ruta Enfermera” comenzaba su andadura en junio del pasado año, recorriendo los diferentes puntos de la geografía española durante un año y llegando a nuestra ciudad el 31 de enero, siendo Albacete la primera ciudad castellano-manchega que visitaba.

En dicha rueda de prensa Concha Piqueras acompañada por miembros de la Junta Directiva informaba que «todas las actividades que se han diseñado dentro de esta campaña nacional, dirigidas a diferentes grupos de población, tienen como objetivo mejorar la

capacidad y el conocimiento que tenemos las personas para cuidarnos, para ser capaces de tener conductas positivas para la salud y saber qué cosas pueden suponer un riesgo que es evitable, y de qué manera yo en mi día a día puedo rodearme de herramientas para mejorar mi salud y tener una vida lo más saludable posible».

Concha ensalzaba también la figura de las enfermeras, «que son el perfil sanitario muy cercano y accesible a la población y que por tanto son estas profesionales las que pueden facilitar



ese adiestramiento y responder a las consultas y dudas en el primer nivel, tanto en Atención Primaria como en la Especializada».

Así, el gran trailer de La "Ruta Enfermera" llegaba a Albacete el pasado día 31 de enero para continuar con su trayecto por todas las provincias de España, buscando dar promoción de la salud a toda la población y visibilizar el trabajo de las enfermeras.

Este gran proyecto por y para la salud de los ciudadanos materializado en un enorme tráiler permaneció en el Paseo de la Feria, los días 31 de enero, 1 y 2 de febrero (de 10.00 a 14.00 y de 16.00 a 20.00) ofreciendo pruebas diagnósticas, talleres, cursos, charlas y juegos sobre salud, contenidos didácticos e interactivos muy divertidos para niños y mayores con los que aprenderán a cuidarse.

El acto de presentación oficial de esta campaña en Albacete contó con la presencia de Manuel Serrano López, alcalde de la ciudad, acompañado por la concejala de Asuntos Sociales y Calidad de Vida, Llanos Navarro y otros miembros de la Corporación Municipal, Monserrat Hernández Luengo, Directora General de Cuidados y Calidad del SESCAM, Juana García Victoria, delegada de Sanidad en Albacete, Francisco García Alcaraz, diputado provincial de Sanidad, Juan David Fernández, director de Enfermería



de la Gerencia de Atención Integrada de Albacete, Alino José Martínez Marcos, Vicerrector de Ciencias de la Salud, Paco Núñez presidente del Partido Popular de Castilla-La Mancha junto a otros miembros de su grupo parlamentario en las Cortes Regionales, así como diversas autoridades municipales, sanitarias, académicas y de los Colegios profesionales sanitarios de la Región.

Asistían también Carmen Sánchez Soro, Tesorera de la Federación de vecinos, Verónica García Gómez, Vicepresidenta del Consejo Social de la ciudad y distintos representantes y miembros de las Asociaciones de pacientes, familiares y personas del tejido social de Albacete.

En esta inauguración, la presidenta del Colegio de Enfermería de Albacete, Concha Piqueras





señalaba la unidad de los objetivos de esta iniciativa: “No podemos concebir una sociedad sana sin enfermeras, pues saber cuidarnos es clave para una vida más sana y las enfermeras tienen la relevante tarea de enseñar, ayudar y acompañarnos en el cuidado a todos, siempre. Ahora, es ya tiempo de reconocerlo”.

Durante su intervención, el alcalde de Albacete, Manuel Serrano, elogiaba la labor de los enfermeros y enfermeras que se encuentran en la primera línea de atención y desempeñan un papel crucial en la promoción de hábitos de vida saludables. De la misma manera invitaba a los albaceteños “a aprender como sociedad a cuidar la salud porque es lo primero que nos debe ocupar a la ciudadanía y a los responsables públicos” y felicitaba al Consejo General de Enfermería, así como a los colegios provinciales de Enfermería, en especial al de Albacete, con su presidenta Concha Piqueras al frente y a su junta directiva, por la puesta en marcha de esta magnífica iniciativa y por hacerla realidad en Albacete, sobre todo teniendo en cuenta que es la primera ciudad castellano-manchega que visita.

Por su parte, la Directora General de Cuidados y Calidad del SESCAM, Montserrat Hernández, destacaba la labor “fundamental” de los enfermeros y enfermeras “que acompañan a las per-

sonas a lo largo de toda su vida”. También enfatizaba su papel esencial en las investigaciones y subrayaba el aumento de profesionales de enfermería en Castilla-La Mancha, “manteniendo las cifras desde la pandemia y ampliando el número de plazas en especialidades”.

Montserrat recordaba también que los profesionales de Enfermería de Castilla-La Mancha “están desarrollando una tarea imprescindible en la promoción y prevención de la salud entre los ciudadanos; en su día a día, las enfermeras dan consejos a los pacientes, orientan sobre los tratamientos y, además, lo hacen basándose en la evidencia científica”.

Una de las características más destacadas del tráiler son dos consultas con privacidad, donde enfermeras y enfermeros realizarán a los visitantes pruebas diagnósticas y mediciones mediante autotest de salud.

En colaboración con Pulso Vital,





el tráiler alberga también un espacio dedicado a la prevención de ictus, mediante una prueba rápida para la detección de fibrilación auricular, proporcionando una oportunidad crucial para intervenciones tempranas.

En sus diversos espacios, el público aprendía con materiales educativos interactivos, vídeos con consejos para una vida sana, pantallas con infografías detalladas sobre varias patologías y encuestas para entender mejor la percepción pública de las enfermeras.

Dentro de las **Actividades programadas** por El Colegio de Enfermería de Albacete, en este vehículo singular que no es solo un medio de transporte, sino un centro sanitario y formativo móvil, destacaban las charlas impartidas por enfermeras en pequeños grupos sobre prevención, promoción y actuación en diversos temas de salud como caídas, suicidio, diabetes, sexualidad en la menopausia, signos de alarma en ictus, sepsis, fiebre en niños, lactancia materna, la dieta cardiosaludable y trastornos de la conducta alimentaria.

Ruta enfermera

MAÑANA TARDE

Horario de apertura: 10:00-14:00 h. - 16:00-20:00 h.

Miércoles
31 de enero

10:30h. | Inauguración oficial y visita guiada

11:30h. | RCP niños - Salvando a Llanetes (Ana García, Ángel López y Joseba Rabanales)

12:30h. | Prevención del ICTUS. Signos y síntomas de alarma. (Mayte Villaplana)

13:00h. | Salud sexual tras la menopausia (Vanessa Lorca, María Girona y Alicia Moreno)

17:00h. | Fiebre en niños (Luz María Moya)

18:00h. | Prevención caídas (Marta Polo)

19:00h. | Dieta cardiosaludable (Carlos Cobos)

Ruta enfermera

MAÑANA

TARDE

Horario de apertura: 10:00-14:00 h. - 16:00-20:00 h.

Jueves
1 de febrero

- 11:30h.** | Diabetes en mi cole (Alba Albitre)
- 12:00h.** | Suicidio (M^a Dolores González)
- 13:00h.** | Dieta cardiosaludable (María Rosa Moreno)
- 17:00h.** | RCP adultos (Ángel López y Joseba Rabanales)
- 18:00h.** | Trastornos conducta alimentaria (M^a Dolores Martínez)
- 19:00h.** | Si te dijera que tienes una Sepsis ¿Te preocuparía? (Ana Antonia Serrano y Manoli Olmo)



Ruta enfermera

MAÑANA

TARDE

Horario de apertura: 10:00-14:00 h. - 16:00-20:00 h.

Viernes
2 de febrero

- 11:30h.** | Lactancia materna (Raquel Díaz, Reyes Fernández y Lucía Quirós)
- 12:00h.** | Diabetes en mi cole (Pilar García)
- 13:00h.** | Prevención caídas (Marta Polo)
- 17:00h.** | RCP adultos (Ángel López y Joseba Rabanales)
- 18:00h.** | Prevención del ICTUS. Signos y síntomas de alarma (Josefina Ortega)
- 19:00h.** | La dieta saludable sabe bien (Julia Pérez)
- 20:00h.** | Clausura





También se impartieron talleres de reanimación cardio-pulmonar - RCP - para mayores y para niños, en los que estuvieron destacados deportistas de la ciudad de los equipos de voleibol, gimnasia rítmica, fútbol, fútbol sala y de baloncesto.





Los niños y niñas de 3º de infantil del Colegio Santo Ángel aprendían en la mañana del día 31 de enero a salvar vidas con las maniobras de RCP de la reconocida y divertida actividad “Salvando a Llanetes” impartida por Ana Belén García, Joseba Rabanales y Ángel López.



Alumnos de los colegios José Prat e Isabel Bonal asistían y participarán en las charlas de Diabetes en mi cole.

La “Ruta Enfermera” ofrecía también un enfoque divertido y educativo, a través de un juego de Trivial de salud y otro juego de la Oca temático, ubicado en el exterior del tráiler, con cincuenta casillas que desvelaban preguntas y ofrecían pautas saludables combinando diversión con educación en salud y en el que se aprendía sobre el papel esencial de las enfermeras en el sistema de salud, todo mientras se divierten y aprenden.



Desde el Colegio de Enfermería damos las gracias a todas las enfermeras y enfermeros de Albacete por compartir conocimientos vitales para nuestra sociedad, así como a los colaboradores María García Morata, Jorge Martínez Bastida, María Arenas, Alejandra Pérez, Lucía Marco y María Gómez que estuvieron informando a pie de calle difundiendo charlas y talleres.

Y por supuesto, un gracias enorme a las enfermeras y técnico de la "Ruta Enfermera" que desarrollaron durante los tres días un trabajo formidable atendiendo a cuantas personas se acercaron al tráiler: María Escobar, Víctor Román y Lola Vera.

Gracias también a todos los participantes por haber hecho de esta Ruta un gran éxito. Sin todos y cada uno/a de vosotros/as esto no habría sido posible.

¡Juntos por una sociedad más fuerte y saludable!



¿Partimos? ¿Quién quiere el primer turno?

Durante los turnos nocturnos que hacemos las enfermeras, como otros profesionales sanitarios, en un momento de la noche y cuando la situación asistencial lo permite, se oye ¿Cuándo partimos? A esta pregunta le sigue una serie de acontecimientos que difieren muy poco de unos servicios a otros. Los “estar de personal”, almacenes, salas de reuniones etc. se transforman durante unas horas en refugios inesperados, o no, para el descanso del personal. Este acto secreto, ocultado, no bien visto, incluso casi denostado, es en sí mismo, una recomendación más dentro de la guía para un sueño saludable de la sociedad española del sueño (Merino Andréu et al., 2016). También podemos encontrar evidencia científica (Li et al., 2019), una revisión sistemática de métodos mixtos, sobre los efectos positivos de las siestas nocturnas para la salud de las enfermeras.

La gran mayoría de las enfermeras realizamos turnos rotatorios, lo que requiere trabajar en turnos nocturnos, ya sea en hospitales, residencias de mayores, en la atención de las urgencias extrahospitalarias, en centros de salud o en dispositivos de emergencias. Tener que realizar nuestra actividad laboral fuera de un horario diurno constante y rutinario se opone al ritmo circadiano del ciclo sueño-vigilia, lo que altera los patrones de sueño de las enfermeras. Las enfermeras que trabajan en turnos nocturnos o rotatorios presentan peor calidad del sueño que las enfermeras que trabajan con turnos diurnos (Gómez-García et al., 2016). Diferentes estudios internacionales indican que entre el 57% y el 83,2% de las enfermeras que realizan turnos rotatorios en todo el mundo presentan problemas de sueño, incluidas alteraciones del sueño, privación del sueño y mala calidad del sueño. Estas alteraciones del sueño



se asocian con fatiga, enfermedades crónicas y una reducción en la calidad de vida relacionada con la salud. Las mismas también afectan en la calidad de la atención y en la seguridad de los pacientes (Sun, Ji, Zhou, & Liu, 2019).

Existen diferentes guías, como la de la sociedad española de sueño (Merino Andréu et al., 2016) que da recomendaciones para la mejora la calidad de sueño de los trabajadores a turnos. También podemos encontrar artículos con recomendaciones específicas para enfermeras que trabajan a turnos rotatorios (Sun et al., 2019).

Tener una buena higiene de sueño es fundamental para mejorar nuestro bienestar, y las actuaciones en este campo no deberían ser solamente a nivel individual, sino también a nivel institucional.

Aquí os dejo las recomendaciones de la sociedad española de sueño, que da para los trabajadores que realizan turnos nocturnos, en el documento "sueño saludable: evidencias y guías de actuación" (Merino Andréu et al., 2016), Espero que nos sean de utilidad para poder llevar mejor ese fatídico día después de realizar un turno nocturno.

Recomendaciones*:

- Exponerse a unos 45 minutos de luz blanca entre 1.000 y 10.000 lux antes de ir a trabajar.
- Utilizar las siestas como medida para evitar la fatiga y mejorar el rendimiento y seguridad en el trabajo durante los periodos de trabajo nocturno. Hacer una siesta antes del horario de trabajo y, si en el trabajo está permitido, otra siesta corta hacia las cuatro de la mañana.
- Mantener un horario regular de comidas y evitar comidas copiosas durante el turno de noche.
- Tomar una bebida estimulante (como un café) al principio de la noche, pero sin abusar del café a lo largo del turno.
- Evitar la exposición a la luz intensa de la mañana (usar gafas de sol) al volver del trabajo antes de acostarse.
- Evitar ingerir líquidos antes de ir a dormir durante el día. La vejiga se llena de orina cuatro veces más rápido de día que de noche.

Indalecio Miguel Sánchez Onrubia.

Enfermero Urgencias Hospital Universitario de Albacete.
Grupo GICES.

Bibliografía

- Gómez-García, T., Ruzafa-Martínez, M., Fuentelsaz-Gallego, C., Madrid, J. A., Rol, M. A., Martínez-Madrid, M. J., & Moreno-Casbas, T. (2016). Nurses' sleep quality, work environment and quality of care in the Spanish National Health System: observational study among different shifts. *BMJ Open*, 6(8), e012073. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-012073>
- Li, H., Shao, Y., Xing, Z., Li, Y., Wang, S., Zhang, M., ... Sun, J. (2019). Napping on night-shifts among nursing staff: A mixed-methods systematic review. *Journal of advanced nursing*, 75(2), 291-312. <https://doi.org/10.1111/jan.13859>
- Merino Andréu, M., Álvarez Ruiz de Larrinaga, A., Madrid Pérez, J. A., Martínez Martínez, M. Á., Puertas Cuesta, F. J., Asencio Guerra, A. J., ... Barriuso Esteban, B. (2016). Sueño saludable: evidencias y guías de actuación. Documento oficial de la Sociedad Española de Sueño. *Revista de Neurología*, 63(S02), 1. <https://doi.org/10.33588/rn.63S02.2016397>
- Sun, Q., Ji, X., Zhou, W., & Liu, J. (2019). Sleep problems in shift nurses: A brief review and recommendations at both individual and institutional levels. *Journal of Nursing Management*, 27(1), 10-18. <https://doi.org/10.1111/jonm.12656>

Isabel Montesinos: Revolucionando la diálisis peritoneal y empoderando pacientes con educación innovadora

Isabel Montesinos Navarro, junto a un equipo compuesto por cuatro enfermeras más y dos doctores, ha sido clave en la transformación de la atención a pacientes con enfermedad renal en Albacete a través de la Diálisis Peritoneal. Su enfoque en promover la autonomía del paciente y ofrecer formación especializada ha redefinido los estándares en el cuidado renal. Este reportaje destaca el impacto colectivo de su trabajo, evidenciando cómo la dedicación y la visión compartida por Isabel y su equipo han mejorado significativamente la calidad de vida de sus pacientes.



En el corazón del Colegio de Enfermería de Albacete brilla el compromiso y la dedicación de Isabel Montesinos Navarro, cuya vida laboral se ha entrelazado profundamente con la especialidad de Nefrología, focalizando su pasión en la Diálisis Peritoneal y la formación integral de pacientes para el manejo domiciliario de esta técnica. A sus 63 años, relata su viaje profesional con la misma pasión con la que comenzó su carrera, definiéndose como una persona entusiasta, luchadora, y profundamente dedicada tanto a su profesión como a sus pacientes.

Originaria de Cartagena (Murcia), Isabel ha recorrido un camino profesional lleno de aprendizajes y desafíos desde que se graduó

en 1982. Tras un contrato de sustitución en verano, su carrera comenzó en el servicio de urgencias, pero fue la Nefrología la que capturó su interés y devoción, llevándola a especializarse en Diálisis Peritoneal. Esta elección estuvo motivada por su convicción de que la atención médica debe adaptarse a las necesidades del paciente, promoviendo tratamientos que mejoren significativamente su calidad de vida.

La Diálisis Peritoneal, un método que permite a los pacientes recibir tratamiento en su propio hogar, ha sido el foco de la labor de todo el equipo del que forma parte Isabel. Se han dedicado a instruir exhaustivamente a los pacientes y a sus familias en todos

los aspectos de la técnica, desde el manejo del catéter hasta la autogestión de la terapia. Su enfoque no solo busca facilitar la autonomía del paciente, sino también fortalecer el vínculo de confianza y adherencia al tratamiento, aspectos que Isabel considera cruciales para el éxito de la diálisis domiciliaria.

A lo largo de los años, han enfrentado el reto de adaptar la enseñanza a las capacidades individuales de cada paciente, empleando métodos innovadores y personalizados para superar barreras de comunicación, comprensión y memoria. Este compromiso con la educación personalizada ha hecho de Isabel una figura emblemática en la transformación del cuidado renal en Albacete.

Además, han sido la fuerza motriz detrás del proyecto “escuela de pacientes” o “paciente 3.0”, una iniciativa revolucionaria que busca educar y empoderar a los pacientes renales a través del intercambio de experiencias y conocimientos. Aunque la pandemia pausó temporalmente este proyecto, el espíritu y la visión de Isabel, junto a todos los miembros de su unidad, continúan inspirando hacia la reanudación y expansión de esta formación.

Con orgullo destaca la celebración de la “XII Reunión Nacional de Diálisis Peritoneal y Hemodiálisis Domiciliaria” en marzo de 2022, donde Albacete se posicionó como una ciu-



dad líder en el ámbito de la nefrología, marcando un antes y un después en la trayectoria profesional de Isabel Montesinos y su equipo.

Mirando hacia el futuro, Isabel, junto a su equipo, se mantiene optimista sobre las innovaciones que prometen seguir mejorando la Diálisis Peritoneal y la calidad de vida de los pacientes. Su labor no solo está dejando una marca indeleble en este campo, sino que también ha redefinido el rol de la enfermería en el siglo XXI, enfatizando la importancia de la educación, el cuidado personalizado y la innovación constante.

La historia de Isabel Montesinos es un testimonio de pasión por su profesión y compromiso con la humanidad, ejemplificando cómo un equipo dedicado puede liderar el cambio y marcar una diferencia real en el cuidado de la salud.



GAIs

GERENCIAS DE ATENCIÓN INTEGRADA



Impulso de la Gerencia de Atención Integrada de Albacete a la implantación de la enfermería especialista

En el año 2005 el Real Decreto 450/2005, sobre especialidades de Enfermería sustituyó al antiguo Real Decreto 992/1987 para adecuarlo a la ley 44/2003 de ordenación de las profesiones sanitarias, fijando un sistema de especialización que parte del modelo contenido en la Declaración de Bolonia, con diversas especialidades de enfermería para dar una mejor atención sanitaria a los ciudadanos junto a la enfermería de cuidados generales, y al ser especialidades homogéneas permitan la libre movilidad en el Sistema Nacional de Salud y ser gestionados por los Servicios de Salud según su organización propia.

Estas especialidades de enfermería son por todos conocidas:

- Enfermería Obstétrico-Ginecológica
- Enfermería de Salud Mental.
- Enfermería Geriátrica.
- Enfermería del Trabajo.
- Enfermería de Cuidados Médico-Quirúrgicos.
- Enfermería Familiar y Comunitaria.
- Enfermería Pediátrica.

Han pasado demasiados años con una regulación no aplicada en general en el Servicio de Salud de Castilla-La Mancha como muestra a título de ejemplo, que salvo la más tradicional enfermera especialista en obstétrico-ginecológica, todavía no se ha dotado a las plantillas orgánicas de las Gerencias asistenciales de plazas de enfermeras especialistas cuando han transcurrido

casi 20 años desde la vigencia de la norma citada.

No obstante, ello no ha sido impedimento para que la Dirección de Enfermería de la Gerencia de Atención Integrada de Albacete haya conseguido, aunque sea al margen de la plantilla orgánica, una presencia importante de enfermeras especialistas con vinculación de larga duración en la Gerencia, en concreto:

17 enfermeras especialistas en familiar y comunitaria

4 enfermeras especialistas en pediatría

1 enfermera especialista en trabajo, creada en plantilla orgánica el 7 de diciembre de 2022.

10 enfermeras especialistas en salud mental, con otras 5 plazas en plantilla orgánica creadas el 28 de marzo de 2023 y otras 3 plazas creadas en plantilla orgánica de 30 de septiembre de 2022.

6 enfermeras especialistas en obstétrico ginecología, que se suman a las 36 de la plantilla orgánica.

El impulso al que se refiere el título de este artículo se ha verificado recientemente con la publicación de una convocatoria (1 de marzo de 2024) en la Gerencia de Atención Integrada de Albacete para generar un listado de aspirantes de personal estatutario fijo en otras categorías profesionales, a obtener nombramientos a través de una promoción



Foto: SESCAM

interna temporal para funciones de enfermera especialista en pediatría. La designación de los y las profesionales aspirantes a realizar funciones de enfermera especialista en pediatría, se llevará a cabo mediante la confección de un listado ordenado de mayor a menor puntuación obtenida al aplicar el baremo de méritos contenido en el pacto sindical de promoción interna temporal del personal del Sescam, es decir, experiencia profesional en la misma categoría a la que se aspira promocionar y en otras categorías profesionales, así como formación continuada.

En la misma convocatoria, el Gerente de la Gerencia de Atención Integrada de Albacete afirma ser *"previsible que exista una importante demanda de promoción interna temporal a esta nueva categoría entre el personal estatutario fijo de esta Gerencia"*.

Es deseable que los órganos centrales del Servicio de Salud de Castilla La Mancha apuesten por cumplir los objetivos que establece el Real Decreto 450/2005, en particular dar una mejor atención sanitaria a los ciudadanos a cargo de enfermería especializada en las áreas diseñadas para dichas especialidades y se creen en todas las plantillas orgánicas de las diferentes Geren-

cias, mayor número de plazas específicas que puedan ser adjudicadas en procesos selectivos a personal estatutario fijo o en concursos de traslados. De las 7 especialidades de enfermería en estos momentos solo se han creado plazas en 3 de ellas lo que se demuestra insuficiente, aunque en

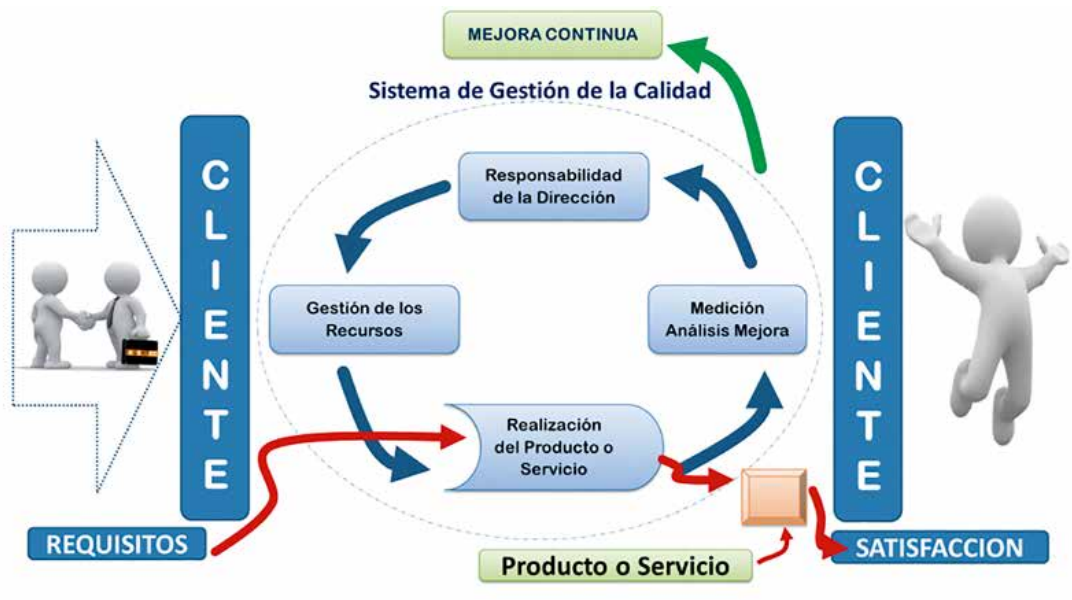
las Gerencias a nivel individual, entre ellas la de Albacete se adopten medidas interesantes dentro de sus competencias como la expresada.

La categoría profesional de "enfermera especialista" ya es contemplada en la Orden de 14 de noviembre de 2013, de la Consejería de Sanidad y Asuntos Sociales, del régimen de funcionamiento y estructura de las plantillas orgánicas del Servicio de Salud de Castilla-La Mancha, pero ahora falta una decisión clara por creación de plazas en plantilla orgánica como ocurre en otros Servicios de Salud, para que puedan ser ocupadas por especialistas.



Foto: SESCAM

El equipo de terapia intravenosa de la Gerencia de Atención Integrada de Almansa obtiene la Certificación de Calidad ISO 9001: 2015



La Norma ISO 9001:2015 elaborada por la Organización Internacional para la Estandarización (ISO por sus siglas en inglés) está enfocada en la consecución de la calidad de una organización mediante la implementación de un método o Sistema de Gestión de la calidad (SGC), que establece los requisitos necesarios para demostrar su capacidad de satisfacer las necesidades del cliente.

Hablar de la norma ISO, es hablar de la gestión por procesos. Se trata de una forma de enfocar el trabajo que persigue la mejora continua de la actividad que realiza la institución, generando valor tanto para la institución como para el cliente

El Equipo de Terapia Intravenosa (ETI) de la GAI Almansa se creó en el año 2018, de la mano de una enfermera y la superviso-

ra de Hospital de Día, que comenzaron su actividad abordando el manejo de catéteres centrales de inserción periférica (PICC) a los pacientes de oncología con el doble objetivo de mejorar la calidad de la asistencia que les prestaban y evitando su desplazamiento al Hospital General Universitario de Albacete. Poco a poco, el equipo fue creciendo con dos enfermeras más del servicio y pudo ampliar su oferta, además de la canalización catéteres PICC, se empezó a trabajar con catéteres de línea media a pacientes hospitalizados de cualquier especialidad.

El papel de la enfermera del ETI es muy relevante porque se enfoca en la tarea de minimizar los riesgos potenciales de desarrollar eventos adversos asociados a los dispositivos implantados. Es por ello que, necesari-



ETI Almansa al completo, junto con enfermeras en proceso de formación.

riamente, su trabajo se tiene que orientar hacia la implantación de sistemas de calidad, como es la Norma ISO 9001:2015, que mejora la confianza y satisfacción de los paciente mediante la aplicación de una serie de premisas muy concretas, como son:

- La definición de los procesos clave: atención al paciente con necesidad de terapia intravenosa y atención al paciente con complicación del dispositivo de acceso vascular.

- La descripción de los procedimientos y recursos necesarios para su desarrollo

- La elaboración de un diagrama de flujo en el que se establecen los circuitos de desarrollo de los procesos

- La definición de los objetivos que se pretende alcanzar, así como los indicadores que permiten evaluar el trabajo del equipo

- La elaboración de encuestas de satisfacción dirigidas a todos los participantes del proceso: personal de enfermería, facultativos y aquellos pacientes a los que se implanta un dispositivo de acceso venoso.

En el año 2023 la dirección del centro apostó por la acreditación de la unidad, para ello contamos con una enfermera más en el equipo que desempeña funciones relacionadas tanto con la acreditación, como marcan las recomendaciones de las principales Guías de Práctica Clínica, como funciones asistenciales dentro de la unidad.

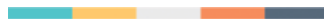
Los datos avalan el trabajo realizado por el ETI, ya que durante este año se han implantado 40 PICC y 43 Líneas medias, lo

que ha supuesto un aumento significativo en comparación con años anteriores, especialmente en el número de Líneas medias implantadas a pacientes hospitalizados con dificultad de acceso venoso.

Los buenos resultados obtenidos, refuerzan los objetivos fijados por el equipo, entre los que se encuentra la estandarización de los cuidados de los accesos vasculares, para evitar la variabilidad individual y fomentar la adhesión de los profesionales a las buenas prácticas basadas en la eviden-

cia, dando especial importancia a las actividades docentes.

Entre las nuevas metas que se ha fijado el ETI, nos ilusiona participar en la convocatoria del Programa BPSO/Centros comprometidos con la Excelencia en los Cuidados que se llevará a cabo durante el año 2024, con el objetivo de potenciar la calidad asistencial y seguridad del paciente en todos los aspectos relacionados con el manejo de los accesos vasculares.



El Hospital General de Villarrobledo centro de referencia para detectar intolerancias alimentarias



IMAGEN: castillalamancha.es

El Hospital General de Villarrobledo, se ha convertido en un centro de referencia para la detección de intolerancias digestivas, experimentado un ascenso significativo en la realización de test de aire espirado para diagnosticar intolerancias alimentarias (lactosa y fructosa) y sobrecrecimiento bacteriano en el intestino delgado (SIBO) alcanzando las 450 pruebas realizadas durante el pasado año.

El Servicio de Enfermería de Endoscopias, con Pilar López y Lucía Acosta, desempeña un papel crucial en la realización de estas pruebas, va que llevan a cabo los test de aire espirado, que consiste en la recopilación de ocho muestras de aliento en intervalos específicos durante aproximadamente cuatro horas.

Para la realización de estas pruebas se precisa de la ingestión de una solución líquida rica en azúcares fermentables y unas recomendaciones previas a la prueba. Posteriormente, se obtendrá una medición de gases exhalados que

dan al facultativo la información necesaria para su diagnóstico.

En la actualidad, se realizan tres tipos de pruebas: intolerancia a la fructosa, intolerancia a la lactosa y el Test SIBO (sobrecrecimiento bacteriano). Este último incorporado recientemente debido a la creciente demanda por parte de alergólogos y especialistas digestivos.

Carlos Catalán, supervisor de Enfermería afirmaba que “Este incremento se atribuye a un mayor conocimiento sobre la microbiota intestinal y en la importancia que tiene para la salud de los pacientes y su calidad de vida la detección de intolerancias digestivas”. Matizaba también que “no es una prueba que diagnostique trastornos vitales, pero que ayuda a solucionar de manera inmediata el trastorno y mejorar así considerablemente la calidad de vida de pacientes que se quejan de tener la barriga muy hinchada cuando comen y de otros síntomas como flatulencias, malestar abdominal, diarrea o estreñimiento”.

Reconocimiento a la Investigación en Atención Primaria y Comunitaria del Centro de Salud de Nerpio

La Atención Primaria y Comunitaria de la Gerencia de Atención Integrada de Hellín está de enhorabuena, y es que la enfermera Sara del Olmo Romero, junto con la coordinadora de Enfermería del Centro de Salud de Nerpio, Cristina Sánchez y profesionales de la Universidad de Granada, han publicado un artículo en la prestigiosa revista norteamericana de alto impacto Clinical Nursing Research.

El artículo además, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37382362/> « Social health and its influence on metabolic health among a rural population: a cross sectional study » fue presentado en Granada durante la IV Jornada Internacional con motivo del Día Internacional de la Enfermera y recibió el primer premio.

Se trata de un estudio transversal de 310 pacientes cuyo objetivo fue estimar la prevalencia del síndrome metabólico en una población rural española y evaluar las diferencias en la prevalencia según el nivel de soledad, aislamiento social y apoyo social percibido”.

El síndrome metabólico es un grupo de afecciones que, en conjunto, pueden aumentar el riesgo de sufrir cardiopatía coronaria, diabetes, accidente cerebrovascular u otros problemas de salud. Esta complicación se ha convertido en uno de los principales problemas de salud pública.

COMBATIR LA SOLEDAD, ¿PASO PREVIO PARA MEJORAR LA SALUD?

Respecto a los resultados obtenidos, Sara Del Olmo nos explicó “casi la mitad de los participantes cumplían criterios de síndrome metabólico; los sujetos con este síndrome mostraron niveles significativamente más altos de soledad, menor apoyo social y mayor aislamiento”.

NUESTRAS CONDICIONES DE VIDA DETERMINAN NUESTRA SALUD

Esta iniciativa de investigación en el medio rural ha demostrado que los factores ambientales pueden desempeñar un papel clave en la prevalencia del síndrome metabólico. Y ha añadido Sara del Olmo, “los programas específicos de detección y prevención po-



drían ayudar a los profesionales sanitarios a prevenir las crecientes tasas de síndrome metabólico en las poblaciones rurales que se encuentran en condiciones sociales de vulnerabilidad específicas”.

LA ENFERMERA DE FAMILIA Y COMUNITARIA, PROFESIONAL CLAVE EN SALUD COMUNITARIA

Sara del Olmo desempeña su labor en Nerpio, “una de las experiencias que más me ha enriquecido tanto personal como profesionalmente”, ha afirmado. Trabajar en una zona como esta de la provincia de Albacete, con una gran dispersión geográfica de la población, diseminada en aldeas lejanas, es un reto para la enfermería familiar y comunitaria. Las profesionales desarrollan un papel fundamental en este ámbito, con una atención y cuidados muy personalizada y de gran de cercanía. Y en este entorno rural, resulta muy positivo la realización de investigaciones científicas. Hasta ahora, los estudios existentes en población rural y más aún los

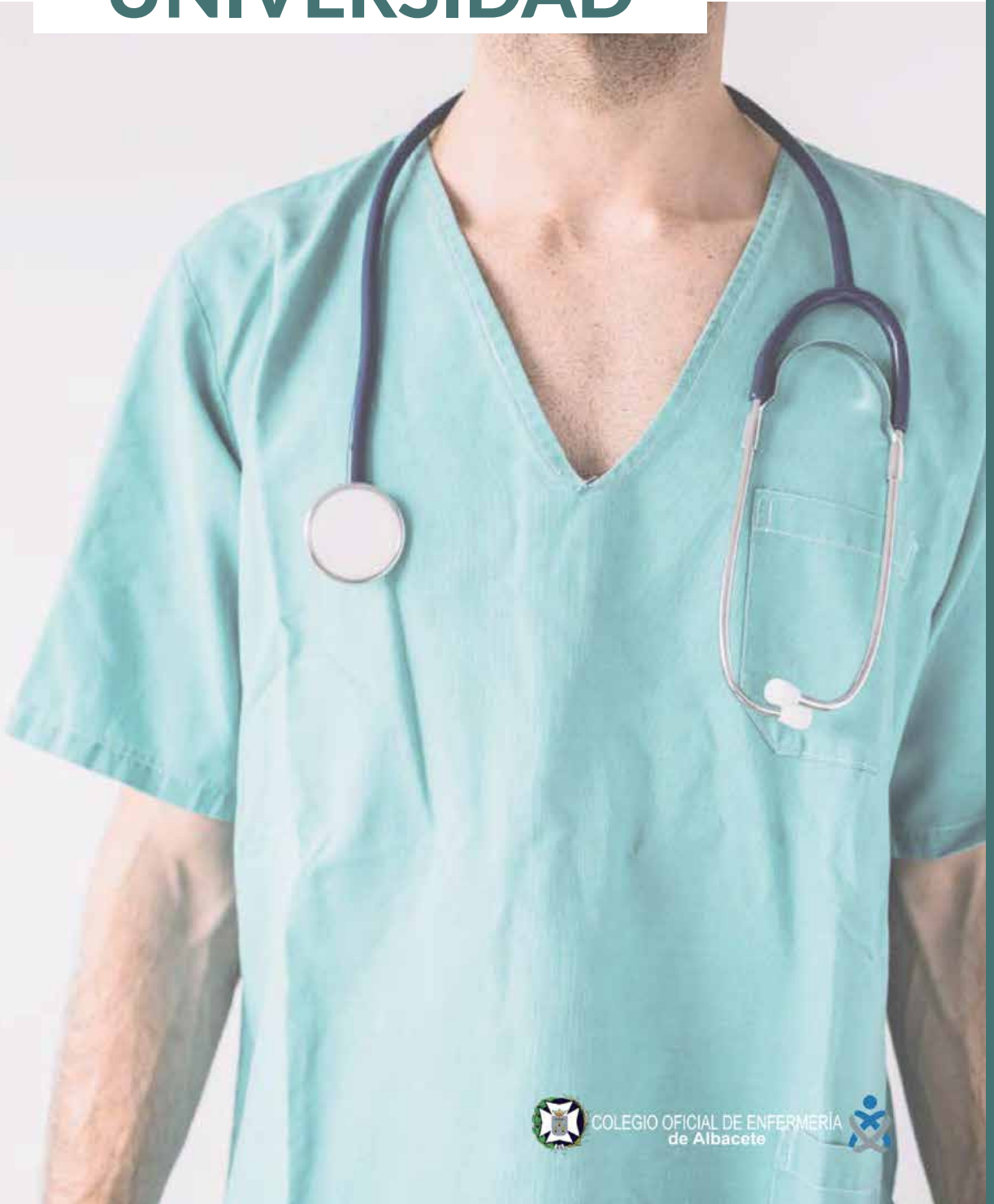
desarrollados por Enfermería son muy escasos. “Por eso estamos tan orgullosos del trabajo que hemos realizado y del apoyo recibido por la población”, ha añadido Sara.

LA INVESTIGACION ENFERMERA EN SALUD COMUNITARIA MEJORA LA CALIDAD DE VIDA Y EL BIENESTAR DE LOS CIUDADANOS

La investigación en Enfermería genera conocimiento de calidad basado en la mejor evidencia disponible. Algo que repercute finalmente en un mejor atención y cuidados que se prestan. Y, como ha insistido Del Olmo, esta investigación desde la Atención Primaria “nos permite acceder a toda la población en un contexto familiar y comunitario, así como realizar un seguimiento no solo de personas enfermas sino también de sanas; lo cual es imprescindible para sostener uno de los pilares que conforman la Atención Primaria, la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad”



UNIVERSIDAD



“El reto de la cronicidad y la Atención Sociosanitaria”, Seminario organizado por la Facultad de Enfermería de Albacete



El pasado día 12 de febrero, el Colegio de Enfermería de Albacete participaba en una jornada organizada por la Facultad de Enfermería de Albacete bajo el nombre ‘El reto de la cronicidad y la atención sociosanitaria’, enmarcada dentro de los Seminarios de Gestión Sanitaria 2024, organizada por los profesores Juan David Fernández y Alonso López, de la asignatura Gestión de Servicios de Salud, por segundo año consecutivo.

La jornada celebrada en el salón de actos del Edificio Polivalente de la UCLM de Albacete, contaba con la presencia de Raquel Bartolomé, Decana de la Facultad de Enfermería, en la inauguración oficial, la cual daba paso a la mesa principal moderada por Concha Piqueras, presidenta del Colegio Oficial de Enfermería de Albacete y del Consejo Autonómico, en la que

intervenían la directora general de Atención Primaria del Servicio de Salud de Castilla-La Mancha (Sescam), María Ángeles Martín Octavio, junto con la directora general de Mayores Alba Rodríguez.

También asistían a la jornada las delegadas provinciales de Sanidad y Bienestar Social, Juana García Vitoria y Antonia Coloma, respectivamente, el diputado provincial de Sanidad, Francisco García, así como miembros de la Junta Directiva del COE y representantes de la Dirección Gerencia de la GAI de Albacete.

La directora general de Atención Primaria afirmaba que “La cronicidad y la atención sociosanitaria suponen uno de los mayores retos del sistema sanitario que nos dirige a pensar en un espacio sociosanitario donde tanto los sistemas de salud como los sistemas sociales deben trabajar conjuntamente”, y añadía también que “este reto solo puede abordarse desde una visión multidimensional y multidisciplinar, con unos marcos comunes de trabajo”.

Mostraba datos de la región, en los que alrededor del 25 por ciento de los pacientes crónicos presentan un perfil multipatológico y el 80 por





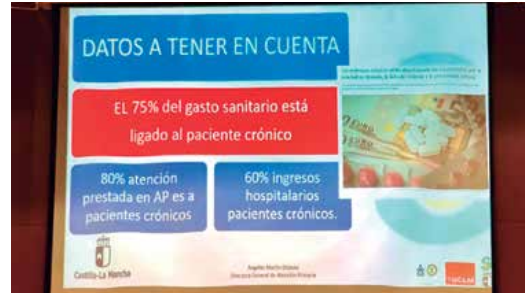
ciento de las personas que se atienden en Atención Primaria son pacientes con enfermedades crónicas, por lo que María Ángeles Martín Octavio señalaba que el cambio de enfoque pasa por “centrarse en las personas”.

En el progreso de este nuevo marco sociosanitario, “el liderazgo de los profesionales sanitarios, el impulso a la salud comunitaria y el aumento de la capacidad resolutoria de la Atención Primaria son más que necesarios para una mejor atención a las enfermedades crónicas”, insistía la directora general.

Igualmente, mostraba datos para recordar que Castilla-La Mancha, tiene una gran dispersión geográfica, disponiendo de una amplia red de recursos como son 203 centros de salud y 1.109 consultorios locales. Una extensa estructura de centros sanitarios que son atendidos por más de 7.500 profesionales, los que con su trabajo diario están contribuyendo a cambiar el concepto, a que hablemos más de Salud y menos de Sanidad”.

Por último, aseveraba que “es importante tener en cuenta que la cronicidad se convierte en un espacio más del campo sociosanitario y se relaciona con realidades como la soledad no deseada o la dependencia; una circunstancia que también supondrá un desafío a la hora de desarrollar la atención continuada, el seguimiento y el abordaje multidisciplinar de estos pacientes y teniendo en cuenta que esta estrategia será vital para contribuir a la sostenibilidad del sistema sanitario”.

Para terminar Concha Piqueras exponía las conclusiones de la



mesa e invitaba a comenzar una ronda de preguntas y a iniciar un debate a los más de 130 estudiantes y a todos los asistentes que participaban sacando a la luz temas tan candentes como el papel y las necesidades de la Enfermería en el espacio sociosanitario o las ventajas e inconvenientes de un modelo sociosanitario frente a dos modelos.

Como el año pasado, en esta nueva edición, la jornada tenía una gran acogida y éxito de participación, convirtiéndose en una herramienta docente y de conocimiento.



El Colegio de Enfermería de Albacete homenajea a las Enfermeras Jubiladas en 2023

El pasado día 15 de marzo, el COE, rendía un merecido homenaje a los enfermeras y enfermeros que se han jubilado durante el año 2023.



Como en años anteriores fue un acto muy emotivo, marcado por sentimientos de orgullo, cariño y de reconocimiento a la labor que durante años han ejercido dejando una huella imborrable en la sociedad y a todos los pacientes a quienes atendieron.





El acto daba comienzo con un discurso de Bienvenida de Concha Piqueras, presidenta del Colegio de Enfermería de Albacete y del Consejo Autonómico de Castilla-La Mancha, que agradecía en nombre de la Junta de Gobierno el compromiso y la dedicación, así como la capacidad de empatía y sensibilidad con todos los pacientes que han atendido a lo largo de sus etapas profesionales. Añadiendo que este legado, sin duda, será una fuente de inspiración para las futuras generaciones interesadas en seguir la vocación de la Enfermería, al mismo tiempo que les animaba a "ser jubilados activos y a disfrutar del tiempo con la familia y amigos

A continuación tenía lugar la comida, amenizada por un trío de cuerda formadas en el Conservatorio Superior de música de la ciudad.











Y a su término, se les hacía entrega de sus nombramientos como Colegiados y Colegiadas de Honor del COE de Albacete junto a una placa conmemorativa y un obsequio.





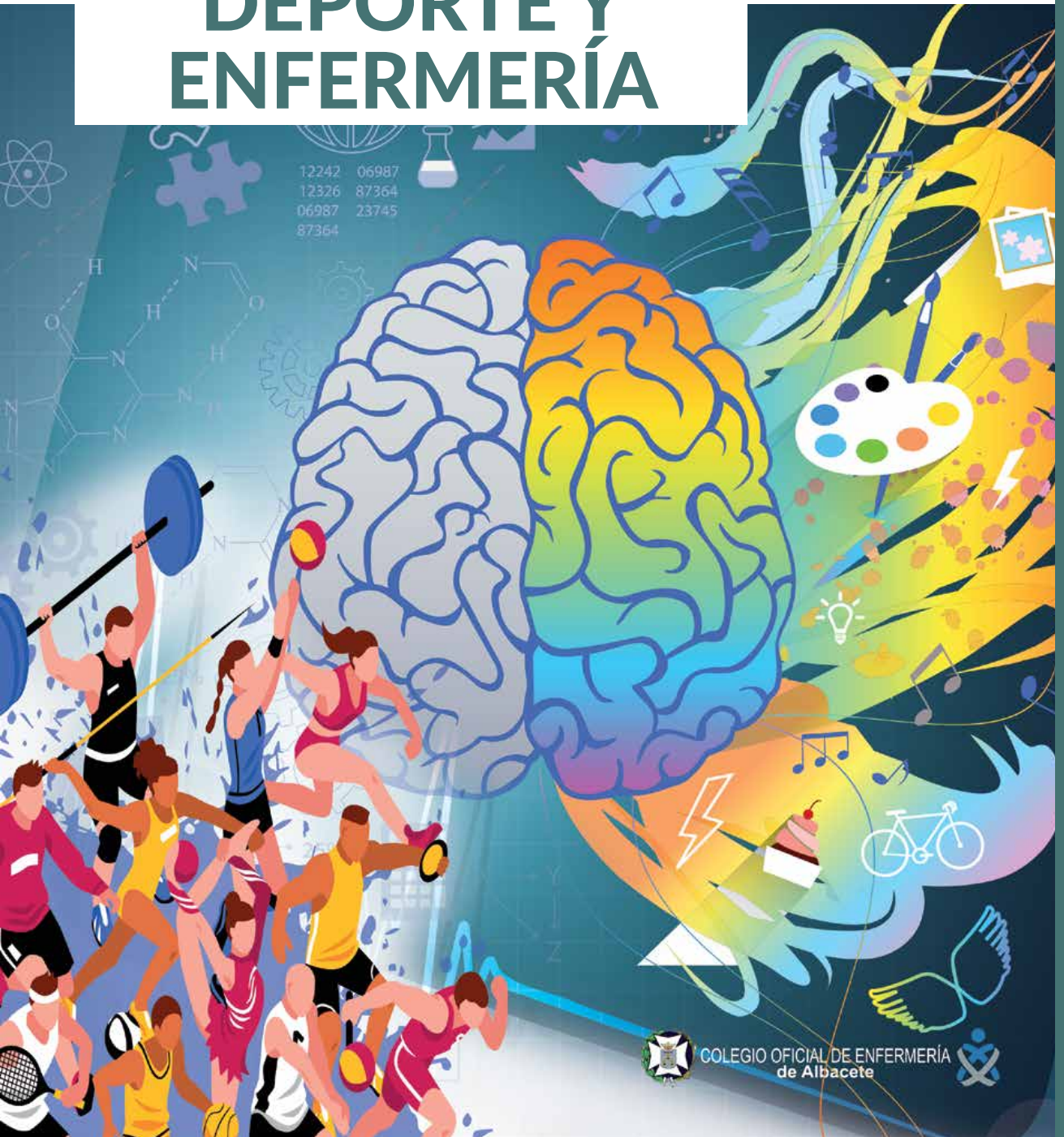


El homenaje, que se celebró en un conocido restaurante de la ciudad, fue testigo de múltiples encuentros, anécdotas y muestras de cariño y afecto de los profesionales que ahora gozan de una jubilación activa donde podrán disfrutar del tiempo con la familia y amigos.



ARTE DEPORTE Y ENFERMERÍA

12242 06987
12326 87364
06987 23745
87364



Diego Díaz Ortega: Enfermería, fotografía y atletismo, un trío de pasiones

A través de esta entrevista, nos adentramos en el mundo de Diego Díaz Ortega, un albaceteño que sabe unir a la perfección arte, deporte y enfermería en una sinfonía de esfuerzo y dedicación constante.

En el corazón de Albacete, donde la pasión y la perseverancia dibujan el horizonte de sus gentes, encontramos a Diego Díaz Ortega, un profesional cuya vida es un mosaico de dedicaciones. Enfermero de vocación, fotógrafo nupcial por amor al arte y atleta por convicción, Diego es la personificación del equilibrio entre la carrera profesional y las pasiones personales.

Desde su infancia, Diego se sintió atraído por el trato cercano y la ayuda al prójimo, lo que naturalmente lo condujo hacia la enfermería. Su carrera como enfermero comenzó en Zaragoza, para luego llevarlo a distintos destinos, cada uno marcando un hito en su crecimiento profesional. Sin embargo, fue durante la pandemia cuando Diego redefinió su compromiso con la enfermería, trabajando en condiciones extremas y formando lazos inquebrantables con sus compañeros. Ahora, organiza su año en torno a los meses de verano, cuando se dedica plenamente a la enfermería y la fotografía de bodas, demostrando su habilidad para adaptarse y sobresalir en ambas áreas.

La fotografía y el atletismo surgieron en su vida como ex-





tensiones naturales de su personalidad observadora y su resistencia física. La cámara se convirtió en su compañera de viaje desde muy joven, capturando momentos de felicidad y celebración en bodas. Paralelamente, el atletismo le ofreció un campo para poner a prueba su fortaleza y determinación, destacando recientemente con su victoria en la "Snow Running Sierra Nevada 2024" y que le ha valido para participar en el Mundial de Snow Running representando a España en esta disciplina deportiva que consiste en correr por la nieve. Todos sus logros deportivos no solo simbolizan su dedicación y preparación física, sino también su habilidad para compaginar el alto rendimiento deportivo con sus responsabilidades profesionales.

Diego enfrenta el desafío de balancear su trabajo en enfermería con su pasión por la fotografía y el atletismo mediante una planificación meticulosa y un compromiso

inquebrantable con cada una de sus pasiones. Su semana típica durante los meses de verano es un testimonio de su capacidad para mantener un ritmo de vida exigente, alternando entre el hospital y la edición de





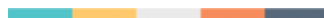
fotografías, todo ello sin sacrificar la calidad y la dedicación en cada área.

En su trabajo como enfermero, Diego encuentra la gratificación en los pequeños gestos, como la implantación de un PICC, que significan un gran alivio para sus pacientes. Esta sensibilidad y atención al detalle se traslada a su enfoque en la fotografía, donde busca capturar los momentos fugaces e irrepetibles que definen el espíritu de una boda. Su habilidad para manejar situaciones de presión y mantener la calma se refleja tanto en su práctica enfermera como en su trabajo detrás de la cámara, demostrando cómo sus diferentes pasiones se complementan y enriquecen mutuamente.



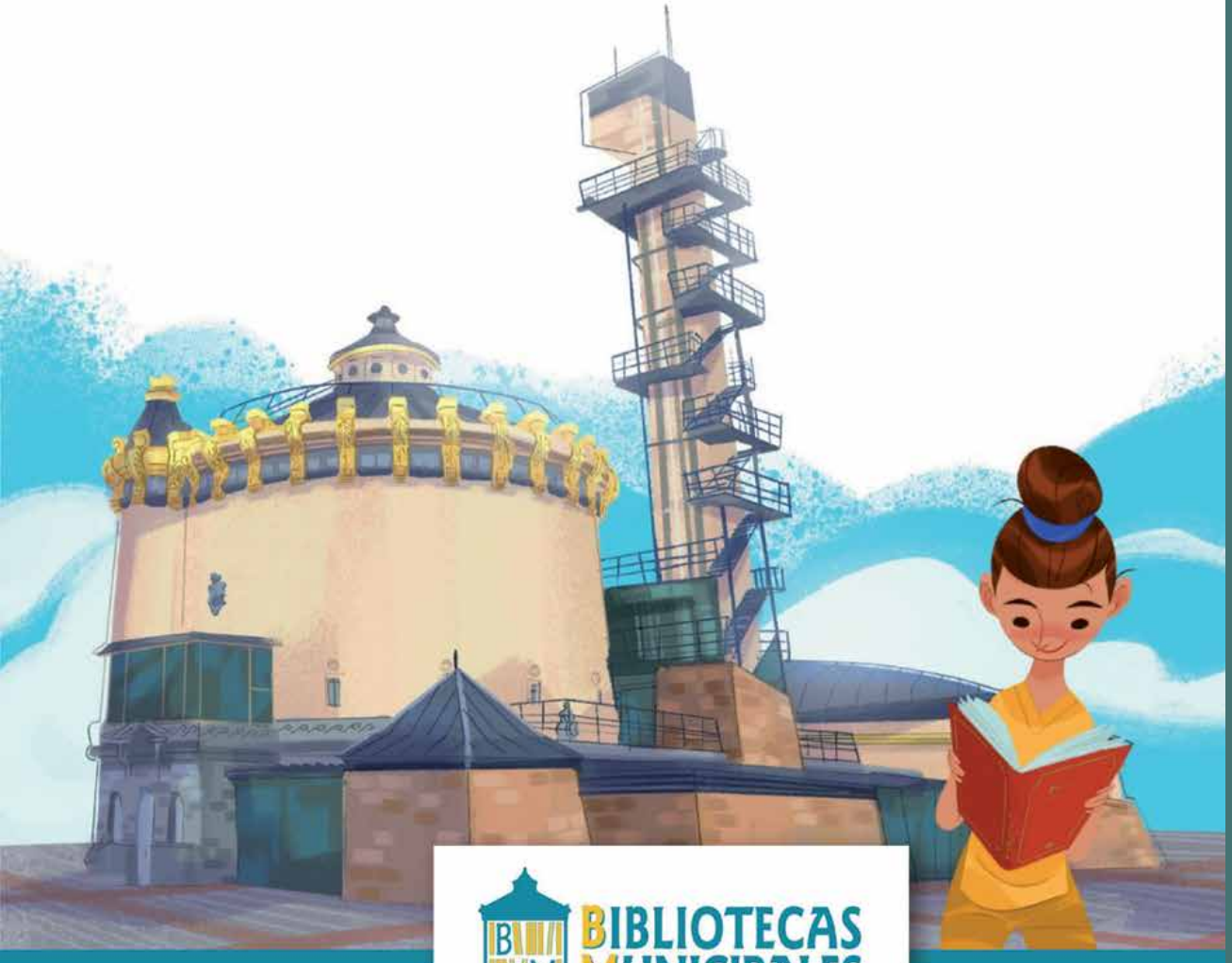
Con la mirada puesta en futuros desafíos, tanto en el deporte como en la enfermería, Diego continúa buscando el equilibrio y la excelencia. Su consejo para aquellos que buscan seguir un camino similar es claro: el descanso, la gestión del tiempo y el mantenimiento de las relaciones personales son clave para lograr un equilibrio saludable entre la carrera profesional y las pasiones personales.

Diego Díaz Ortega es un ejemplo inspirador de cómo la dedicación, la pasión y el equilibrio pueden llevar a una vida plena y satisfactoria, donde el arte, el deporte y la enfermería se entrelazan en una danza de constante aprendizaje y crecimiento.



LECTURAS RECOMENDADAS

EN COLABORACIÓN CON EL SERVICIO
DE BIBLIOTECAS PÚBLICAS MUNICIPALES
DEL AYUNTAMIENTO DE ALBACETE.

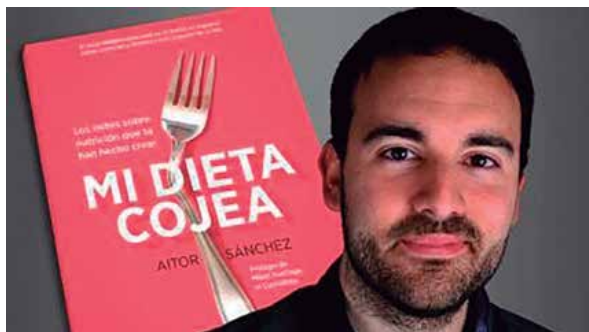


 **BIBLIOTECAS
MUNICIPALES**
AYUNTAMIENTO DE ALBACETE
CONCEJALÍA DE EDUCACIÓN



COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA
de Albacete





LECTURAS SALUDABLES QUE CUIDAN

Los libros de Aitor Sánchez García en las bibliotecas.

De un tiempo a esta parte, nos preocupa, cada vez más, lo que comemos porque somos más conscientes de que la alimentación repercute directamente en nuestra salud y también en la del planeta.

No es nada nuevo, ya lo decía Hipócrates allá por el 460 a.C. “Que tu medicina sea tu alimento, y el alimento tu medicina.”

Tal vez la novedad resida en que hay personas que, siendo conscientes de la importancia de la alimentación para la humanidad, deciden divulgar y hacer accesibles sus conocimientos para que lleguen a la mayor parte de la población.

Es el caso de Aitor Sánchez, uno de nuestros albaceteños más conocidos, dietista-nutricionista y tecnólogo alimentario. Se dedica a la divulgación

sobre alimentación y salud. Tiene una página web que es una referencia sobre nutrición y dietética, participa en diferentes medios de comunicación e imparte charlas y seminarios.

Aquí tienes:

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

Además en la Red de Bibliotecas de Castilla-La Mancha podemos disfrutar de sus libros, incluido un audio libro en Ebiblio.

En cada uno de sus libros aborda temas relacionados con la nutrición y con la alimentación de forma rigurosa y científica, intentando no generar más confusión y ruido sobre un tema del que todo el mundo parece que es experto.

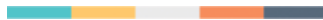
Con un lenguaje sencillo y ameno deja al descubierto qué hay de verdad en los mitos sobre la nutrición, o cómo afecta lo que comemos al cambio climático, o qué tipo de dieta es la más adecuada, al mismo tiempo nos da consejos y recetas para acercarnos a un tipo de alimentación más sana y respetuosa para las personas y para el planeta.

Desde laRed de bibliotecas Municipales de Albacete queremos agradecer al autor la donación de 30 ejemplares de su libro “Tu dieta puede salvar el planeta”, que estarán disponibles para los sectores y los clubes de lectura que deseen profundizar en este tema.



Queremos saber tu opinión

Si queréis que publiquemos vuestras opiniones, inquietudes, propuestas, ...etc. o queréis salir en una fotografía en próximos números de la Revista en vuestro ámbito de trabajo, podéis escribirnos al siguiente correo electrónico: secretariajunta@enferalba.com



Visita nuestra página web y accede al resumen de prensa diario disponible en la sección de comunicación.
www.enferalba.com



Nos puedes encontrar también en redes sociales: Twitter @COEAlbacete



En nuestro canal en YouTube



@coealbacete

