



© **Contenido:** Comité Científico de ADENYD © (Marilourdes de Torres, Cristina Sarasa, Victoria Fernández, Cristina Miguel, Carmen Moreno y Neri Fernández); **Redes Sociales:** Zaira Villa; **Diseño y Maquetación:** Neri Fernández



REFLEXIONES...

Introducción de la Coordinadora: Dado el orgullo que supone para ADENYD que dos socias de dos provincias andaluzas hayan recibido el reconocimiento de su Ciudad, en el día de la Autonomía (28-II- 2018) les hemos solicitado que reflexionaran sobre el Premio por lo que significa su intervención enfermera en la población y sobre todo lo que supone para cada una de ellas, la satisfacción del trabajo bien hecho y el deber cumplido cada día.

Los componentes de este Comité Científico, en nombre propio y en el de la Junta Directiva, les damos la enhorabuena y nuestro profundo agradecimiento por engrandecer a la enfermera de nutrición.

GRACIAS Y FELICITACIONES

Reconocimiento a la labor de las Enfermeras y Enfermeros Gestores de Casos de Córdoba.

Febrero 2018



Soy **Lourdes Cabrera Palomo** Enfermera Gestora de Casos Hospitalaria de Pediatría Hospital Universitario Reina Sofía de Córdoba, o “Enfermera de Enlace” como me conocen las familias de los niños que por su enfermedad y su elevada complejidad clínica, necesitan cuidados de alta intensidad y que visitan con frecuencia el hospital, incluso pasando temporadas en él.

Mi objetivo es asegurar que los niños reciban los servicios adecuados a su situación y de manera integrada a través de un plan de gestión del caso personalizado, acordado con los padres y los niños, si se puede, y con las personas de su red de apoyo, en el que colaboran el conjunto de profesionales implicados en la atención sanitaria, social, escolar, etc...

Me ven como una aliada, facilitando la comunicación entre el equipo multidisciplinar y los padres, mejorando la atención de los niños dependientes, y de las personas que los cuidan, siendo el nexo de unión entre la atención hospitalaria y primaria, asegurando la continuidad de cuidados y trabajando directamente con enfermeras y supervisoras de las unidades de

hospitalización, trabajadoras sociales, fisioterapeutas, servicios de atención al ciudadano y médicos especialistas, asociaciones de pacientes, colegios, centros de acogida, entre otros.

Tengo que puntualizar que dentro del Hospital Infantil, el trabajo multidisciplinar lo tengo garantizado, gracias a la acreditación que me otorgan todos los profesionales con los que trabajo, me facilitan todas las gestiones posibles en beneficio del niño y su familia. La relación con todos los compañeros es de ayuda, colaboración y apoyo, desde la dirección del hospital, unidad de gestión, así como con los profesionales de los Centros de Salud de cada niño.

Reconocimiento M^a Carmen Vázquez. Enfermera de la consulta de Enfermedad Celíaca.

Hospital de Osuna (Sevilla)

Soy **Maricarmen Vázquez Alférez** y hay ocasiones especiales que te hacen recapacitar sobre las consecuencias de tus decisiones y tus actos en la vida de otras personas; sin lugar a dudas, el galardón que he recibido en la IX edición de los premios 28f del Ayuntamiento de Osuna por mi periplo en el contexto de la Enfermedad Celíaca, ha sido una de ellas.

Es difícil expresar mis pensamientos y sentimientos de estos últimos días, sobre todo porque ha sido una gran sorpresa que este reconocimiento venga de personas que aún sin pertenecer al ámbito sanitario, han dado credibilidad a la iniciativa de una enfermera que hoy se ha convertido en una andadura de más de dos décadas, haciendo visible con ello, que somos capaces de trabajar “A pies juntillas y sin esperar nada a cambio”. En definitiva, que cuando nos los proponemos, hacemos lo imposible para mejorar y desarrollar nuestras competencias como lo que realmente somos, profesionales de la salud.

Es por ello que no se me ocurre otro espacio más idóneo, “Reflexiones”, para compartir este galardón con los que me han apoyado, y hacer llegar un mensaje a todos esos compañeros y compañeras que al igual que yo, trabajan día a día afrontando las dificultades, intentando compatibilizar el esfuerzo con nuestra vida personal, sin perder la convicción de que merece la pena el empeño de optimizar la calidad de vida de las personas que confían en nuestros cuidados de enfermería.



RINCONES BREVES... de conocimiento

COACHING NUTRICIONAL



Marilourdes de Torres
Coordinadora del
Comité Científico de
ADENYD

DUALISMO ANTROPOLÓGICO EN EL ADIESTRAMIENTO NUTRICIONAL (1)

Sabemos que la alimentación/nutrición es uno de los aspectos de la evidencia científica donde con más frecuencia se somatizan las sensaciones o las realidades. Esto puede entenderse mejor al estudiar el dualismo antropológico. Este concepto parte de la filosofía de Platón, cuya premisa es la de que el ser humano está compuesto de cuerpo y alma (o psyche) que existe en un más allá. Descartes en el s. XVII le dio una interpretación complementaria que se ha dado en llamar mecanicismo cartesiano que explica que cuerpo y alma tienen dos realidades distintas pero que interactúan de un modo constante: el bien y el mal; el instinto y la razón; el pensamiento y la acción; sensaciones internas y externas. El adiestramiento parte de la negociación con esa dualidad, donde se va encauzando al paciente sin sometimiento alguno, sino con indicaciones que él mismo pone en práctica y asume como parte de la adherencia. Ante actitudes en las que el paciente quiere limitarse a “cumplir lo que le marquen” pero sin adherirse al tratamiento, hay que darle vías alternativas y alguna salida airosa para reordenar la toma de decisiones. Si no se hace así, se enfrentarán contra el profesional, contra el tratamiento, y contra los hábitos que ya tenga adquiridos.... [continuará](#)

VOLUNTADAS ANTICIPADAS/ INSTRUCCIONES PREVIAS

1--¿Cómo se realizan las instrucciones previas (o voluntades anticipadas)?

- Con testigos: en este caso, según marca la Ley, es necesaria la presencia de dos testigos mayores de edad, de los cuales uno de ellos no debe tener relación de parentesco hasta el segundo grado ni estar vinculado por relación patrimonial con la persona que vaya a hacer el documento de voluntades. Es recomendable nombrar un representante.
- Ante Notario: mediante acta notarial. En este supuesto no son necesarios los testigos.

2-- ¿Cómo dejar constancia?

- Se debe inscribir el Documento de voluntades anticipadas (o copia autorizada en el caso de que haya ido a un notario) en el Registro de Voluntades Anticipadas.

3--¿Qué es el Registro de Voluntades Anticipadas?

- Es un registro donde los documentos de voluntades anticipadas quedan registrados y disponibles para ser consultados por los profesionales sanitarios que le atiendan en el final de su vida y puedan conocer así su voluntad.

ENFERMERIA, BIOÉTICA Y DERECHO



Cristina Sarasa
Miembro del Comité
Científico de ADENYD

En el próximo boletín: **quién, cómo y cuándo se accede a las Instrucciones previas y que ocurre cuando no existen.**

TIPOS DE DISEÑO

INVESTIGACIÓN



Cristina Miguel
Miembro del Comité
Científico de ADENYD

La pregunta de investigación es el punto de partida que determina cuál es el tipo de estudio más adecuado para contestarla.

Al plantear el tipo de diseño debemos de tener en cuenta la naturaleza de la investigación, el estado actual de conocimientos, las características de la exposición y a enfermedad, así como las consideraciones logísticas y éticas.

Tipos de estudios epidemiológicos

Experimentales

- Ensayo Clínico Aleatorio
- Cuasi-experimentales

Observacionales

- Analíticos
- Descriptivos

¿CÓMO ES LA DIETA DE PERSONAS QUE SUFREN PATOLOGÍAS QUE AFECTAN AL METABOLISMO PROTEICO?

Estas personas necesitan una dieta baja en proteínas que excluye o limita alimentos como la carne, pescado, huevos, queso, legumbres, modera la ingesta de cereales, patatas y leche y permite el consumo de frutas, verduras, aceites y grasas.

Por tanto, estas dietas se basan en alimentos con bajo o nulo contenido proteico, alimentos procesados bajos en proteínas y fórmulas exentas del aminoácido limitante.

METABOLOPATIAS



Carmen Moreno
Miembro del Comité
Científico de ADENYD

ALIMENTACIÓN EN EL CICLO VITAL



Neri Fernández
Miembro del Comité Científico de ADENYD

MONITORIZACIÓN DE LA INGESTA EN EL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO (PRIMERA PARTE)

El proceso de envejecimiento, desde el punto de vista nutricional, se caracteriza por una modificación en los requerimientos de macro y micronutrientes para garantizar la adaptación del organismo a sus nuevas necesidades fisiológicas. Los individuos que están dentro de este proceso necesitan un menor requerimiento energético, un mayor requerimiento proteico, de fibra, de agua y de micronutrientes. Pudiendo variar los requerimientos dependiendo de la situación basal y del ejercicio físico que realicen los individuos. Para impedir el aumento de comorbilidades y la aparición de nuevas patologías es fundamental monitorizar la ingesta de este perfil de individuos.

En los centros sanitarios y sociosanitarios, el personal de enfermería es responsable de monitorizar esta ingesta y detectar si existe algún problema, como por ejemplo, una alteración en el sentido del olfato y del gusto, problemas en la dentición y en la salivación u otras circunstancias que impidan que los pacientes ingieran o deglutan alimentos.

LAS ENFERMERAS PISAN FUERTE

Estamos de enhorabuena, M^a Carmen Vázquez Alférez compañera de Adenyd ha sido galardonada este pasado mes, con el premio 28 de Febrero a la investigación sanitaria, por su trayectoria profesional como experta de la enfermedad celiaca en la bella ciudad de Osuna (Sevilla).

Desde hace 15 años nuestra compañera M^a. Carmen Alférez desarrolla su labor en el hospital de la Merced de Osuna (Sevilla). Con una consulta que creó específica para ésta enfermedad, convirtiéndose Carmen en pionera en la creación de este tipo consultas para los enfermos celíacos.

Felicidades Carmen

[Más información sobre el artículo](#)



NUTRICIÓN Y REDES SOCIALES



Zaira Villa
Miembro del Comité Científico de ADENYD

COCINA SALUDABLE Y SOSTENIBLE



Victoria Fernández
Miembro del Comité Científico de ADENYD

ARROZ CALDOSO CON ACELGAS

Ingredientes: 400gr. de acelgas, 150gr. de arroz, 700ml de caldo de verduras, 100gr de alubias previamente cocidas, 100gr. De tomate triturado, 3 dientes de ajo, 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra, pimienta, un poco de sal, unas hebras de azafrán 1 cda de pimentón dulce.

1º Lavar las acelgas con abundante agua. Escurrirlas bien, cortarlas muy finas y cocerlas en una olla en agua hirviendo con sal durante 10 minutos. Escurrir y reservar.

2º Pelar los ajos y filetearlos reservar, verter en una olla 4 cucharadas soperas de aceite y calentar, una vez caliente rehogar los ajos sin que se lleguen a dorar, añadir el tomate y cocer aproximadamente durante unos 10 minutos. Añadir las acelgas previamente escurridas, añadir el pimentón y dejar cocer unos minutos cuidando de que el pimentón no se queme.

3º Incorporar el arroz y salpimentar. Rehogar durante unos minutos. Añadir las alubias y espolvorear el azafrán en hebra. Seguidamente incorporar el caldo de las verduras previamente calentado. Cocer durante unos 15 a 20 minutos.

Reseña nutricional: Esta receta al llevar cereales como el arroz y legumbres como las habichuelas es muy nutritiva y aunque contiene un bajo valor proteico, sólo precisa del acompañamiento de un alimento proteico y probiótico, como es el yogur que se puede tomar de postre. También es baja en grasas y baja en sal pues al estar condimentada con pimienta y azafrán, estas especias le refuerzan el sabor.

NUESTRA FRASE DEL MES

La evidencia científica es la suma de opiniones y pensamientos de Expertos, sometidos siempre al juicio de la razón y a la parte incontestable que presentan los datos analizados en la investigación.

DÍA NACIONAL DE LA NUTRICIÓN



XVIIª EDICIÓN | 28 de Mayo de 2018

Boletín De Participación:

<http://www.mastercongresos.com/dnn2018>

19º CONGRESO Para-Adenyd

CONSOLIDANDO LOS PILARES DEL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE DESDE LA INFANCIA

Santiago de Compostela

8 - 9 - 10

NOVIEMBRE

2018