

ENTREVISTA A CONCHI VÁZQUEZ

“Allí estaré”, el himno de la enfermería



CONCHI VÁZQUEZ, es enfermera de nutrición y socia de ADENYD y ha sido entrevistada por Marilourdes de Torres (Coordinadora del Comité Científico de ADENYD).

ML – Cuéntanos Conchi aspectos tuyos para que te conozcan mejor nuestros colegas... hace cuántos años que eres enfermera, cuál es tu destino actual y cuántos años llevas en él. Qué supone ser enfermera de nutrición.

C- Hace 28 añicos, soy la 10ª promoción de **diplomatura**. Estudié en Valle Hebrón que pertenece a la Universidad Autónoma de BCN. Al terminar la carrera me adjudicaron plaza en el Hospital Germans Trias (Can Ruti) De nuevo me trasladé al Hospital Valle Hebrón donde ejerzo desde hace 25 años, de los cuales 23 en la Unidad de Soporte Nutricional y Dietética de este hospital.

Como siempre me apasionó la Nutrición y dietética, disfruté mucho la asignatura en la carrera y quise profundizar con el post-grado en Alimentación Nutrición y dietética.

Creemos que la enfermera pronto estará también en las escuelas, donde la educación alimenticia es fundamental para el desarrollo físico y cognitivo.

ML -Cuántos años hace que perteneces a ADENYD.

C- Fue en un congreso de SENPE, allí os conocí a varias colegas de hospitales de todas las comunidades y que estabais asociadas en ADENYD, no lo pensé dos veces y me asocié. Pasé a formar parte de la Junta Directiva como vocal en una legislatura, por ver de aunar conocimiento y fuerzas para mejorar el papel en nuestros hospitales de la enfermera de Nutrición y desarrollar así todo su potencial.

ML – Cuéntanos algo de tu afición a la música ¿Desde cuándo perteneces al Coro del Hospital?

C- Siempre me ha gustado cantar, por otra parte mi madre y mi abuela me enseñaban canciones populares y en el cole también hacia mis pinitos. Hace unos 10 años se formó la Coral del HVH, abierta a todos los profesionales y me incorporé, éramos unos 80.

PARA LEER LA ENTREVISTA COMPLETA

[Haz clic aquí](#)

PARA ESCUCHAR EL HIMNO COMPLETO

[Haz clic aquí](#)



EL ETIQUETADO DE LOS AZÚCARES

Coordinadora del Comité Científico de ADENYD

La EFSA (*European Food Safety Authority*) elaboró un documento en el año 2009 donde se refleja que en el etiquetado de los alimentos se debe tener en cuenta el 18% de las calorías provenientes de azúcares totales. Esto corresponde al cálculo que se hace para una dieta de 2000 calorías (cal.) que serían 90 gramos (g). La variación final va en función del total de calorías, ya que el dato final siempre se relaciona en función de ese 18%. Así pues el 18% es el dato que se utiliza para esos 90 g y no serían los 90 g la cantidad establecida como fija, únicamente para la nombrada dieta de 2000 cal. A los profesionales de enfermería nos resulta difícil buscar los documentos originales para poder aclarar estas circunstancias, por tanto, os adjuntamos el documento EFSA de etiquetado de azúcares para que lo podáis consultar.

[Haz clic aquí](#)

REFLEXIONES...



Dr. Sebastián Celaya Pérez. El actual Consejero de Sanidad del Gobierno de Aragón, participó en el congreso de ADENYD 2013 en Zaragoza con la siguiente Ponencia, cuyo resumen transcribimos entero por su interés y actualidad.

OCTUBRE 2013, CONGRESO ADENYD, ZARAGOZA

FORMACIÓN CONTINUADA EN NUTRICIÓN, UN RETO PLURIPROFESIONAL:
SEMINARIOS, TALLERES. CURSOS, SESIONES.

Dr. Sebastián Celaya Pérez. Jefe de Sección UCI-Q. HCU Lozano Blesa. Profesor Facultad de Medicina. Universidad de Zaragoza. Ex Presidente de SENPE.

Las profesiones sanitarias necesitan una actualización continua en sus conocimientos y en éste proceso tiene un papel predominante la formación continuada. La formación continuada se define como aquella actividad formativa para el profesional sanitario que, efectuada después de la titulación básica y de especialidad, persigue el objetivo de mantener y mejorar los conocimientos, habilidades y actitudes, componentes básicos de la competencia, que permitan al profesional sanitario adecuar permanentemente su actuación a los estándares y necesidades que su profesión le exige. Históricamente los estudios sobre Nutrición en nuestro País, han estado abandonados dentro de los Estudios de Medicina y Enfermería (en esta última, subsanados con la implementación de la Diplomatura, en la década de los 80). Los avances desarrollados en las últimas décadas del siglo pasado, en el ámbito de la Cirugía y los Cuidados Intensivos, llevaron a algunos profesionales relacionados con estas áreas de conocimiento a desarrollar un interés creciente por los conocimientos en nutrición, dada la relevancia de las técnicas de soporte nutricional para la supervivencia de los pacientes. Las Sociedades científicas tuvieron que desarrollar una importante labor de difusión del conocimiento entre los profesionales sanitarios, que en aquellos momentos no prestaba la Universidad. La SENPE fue desde sus inicios la pionera de desarrollar una visión multidisciplinar de los conocimientos en Nutrición, puesto que para el correcto desarrollo de estas técnicas se hacía preciso el trabajo conjunto de enfermería, cirujanos, Intensivistas, farmacéuticos, bioquímicos, endocrinos, etc... Desde entonces la formación continuada en el campo de la Nutrición ha experimentado un desarrollo espectacular mediante la utilización de diversas herramientas como Seminarios, Talleres, Cursos y Sesiones. En todo momento ha sido bajo un enfoque pluridisciplinar en el que la enfermería juega un rol central pues es la profesión que atiende directamente los cuidados del paciente. En los equipos pluriprofesionales la enfermería es responsable de proporcionar los cuidados y los conocimientos necesarios para atender y educar a las personas en las diferentes etapas del ciclo vital. Los hábitos alimentarios son un factor determinante del estado de salud de la población, porque se configuran en la infancia y se desarrollan a lo largo de toda la vida. Por ello la formación continuada debe ir encaminada a proporcionar las habilidades y conocimientos precisos que hagan posible:

- ✓ Valorar las necesidades nutricionales en las diferentes etapas de la vida
- ✓ Valorar los requerimientos derivados de la enfermedad.
- ✓ Enseñar a nutrirse de forma equilibrada.
- ✓ Adecuar la alimentación e hidratación a las circunstancias de cada individuo.
- ✓ Preparación y administración del soporte nutricional artificial.
- ✓ Valoración del estado de nutrición y realización de un seguimiento nutricional.
- ✓ Evaluación de los resultados y preparación para el alta hospitalaria.

Mención especial merece el **Cribado Nutricional** que es una intervención enfermera fundamental para detectar pacientes en riesgo de desnutrición, en el ámbito de la Atención Primaria y en el hospital. Hay otro apartado que se imparte como formación complementaria a la nutricional: GESTION de CUIDADOS: Diagnósticos Enfermeros, Estrategias de Gestión, Relaciones Interpersonales, Comunicación, Planteamientos de Investigación.



Marilourdes de Torres
Coordinadora del Comité Científico de ADENYD

Adiestrar es adquirir y reforzar hábitos y crear -como decía Santiago Ramón y Cajal, aragonés y premio Nobel de Medicina en 1906- que "todo ser humano, si se lo propone, puede ser escultor de su propio cerebro". El coaching busca cohesionar la necesidad de resultados sin buscar competir, y busca gestionar los recursos necesarios para obtener dichos resultados. Adiestrar es repetir acciones hasta lograr los hábitos propuestos, porque como escribió el poeta romano Publio Ovidio Nasón, "La gota abre la roca no por su fuerza, sino por su constancia". La enfermera de nutrición aplica técnicas de coaching en el adiestramiento, buscando la adherencia a tratamiento.

ADIESTRAMIENTO = Formación + Acción + Mejora personal = COACHING

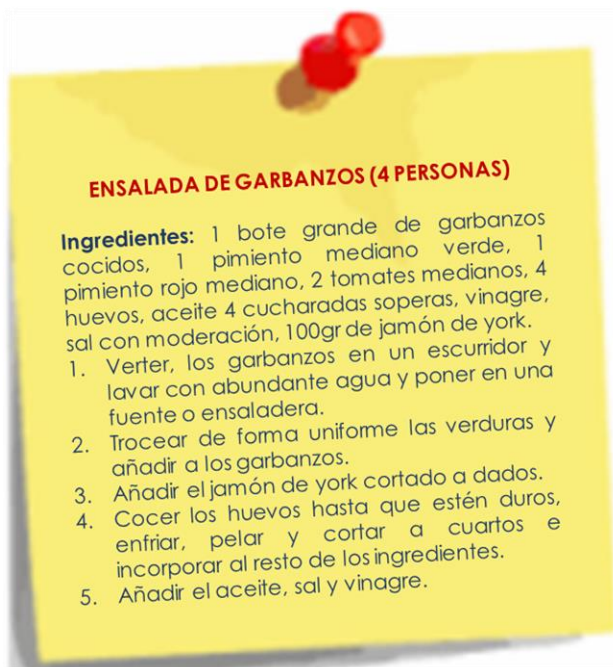
Los principios básicos de la Bioética definidos por **Beauchamp y Childress**, son: Autonomía, Beneficencia, No Maleficencia y Justicia. El Principio de Autonomía tiene en cuenta la libertad y responsabilidad del paciente. Boecio (siglo V) define, por primera vez, a la persona como sujeto independiente del grupo social. En España queda regulado el Principio de Autonomía en la **Ley 41/ 2002 de Autonomía del Paciente**. El Principio de Autonomía exige el respeto a la capacidad de **DECIDIR** de las personas, y el derecho a que se respete su voluntad, en aquellas cuestiones que se refieren a ellas mismas. Y la forma de manifestar dicha DECISIÓN es a través del **CONSENTIMIENTO INFORMADO**, regulado ampliamente en la Ley. Solamente para ir reflexionando en la forma en que ejercemos nuestra profesión: es preciso informar al paciente de todas las actuaciones que se realizan, de todos los actos desde los más simples hasta los más complejos. La norma indica que la información debe ser "adecuada" para que libremente pueda decidir, por tanto, debemos cerciorarnos de que el paciente ha comprendido perfectamente lo que se le ha explicado. Información suficiente y necesaria en términos comprensibles = **CONSENTIMIENTO INFORMADO**.

ENFERMERIA,
BIOÉTICA Y
DERECHO



Cristina Sarasa
Miembro del Comité Científico de ADENYD

COCINA
SALUDABLE Y
SOSTENIBLE



ENSALADA DE GARBANZOS (4 PERSONAS)

- Ingredientes:** 1 bote grande de garbanzos cocidos, 1 pimiento mediano verde, 1 pimiento rojo mediano, 2 tomates medianos, 4 huevos, aceite 4 cucharadas soperas, vinagre, sal con moderación, 100gr de jamón de york.
1. Verter, los garbanzos en un escurridor y lavar con abundante agua y poner en una fuente o ensaladera.
 2. Trocear de forma uniforme las verduras y añadir a los garbanzos.
 3. Añadir el jamón de york cortado a dados.
 4. Cocer los huevos hasta que estén duros, enfriar, pelar y cortar a cuartos e incorporar al resto de los ingredientes.
 5. Añadir el aceite, sal y vinagre.



Victoria Fernández
Miembro del Comité Científico de ADENYD

XVIII CONGRESO-FORO ADENYD

Alcalá de Henares. 2-4 de Noviembre de 2017

«Alimentación y Nutrición en los tres Ámbitos Sanitarios»

