

Fem camí...

El Col·legi al teu costat



Retallades, un dia menys...

Cada cop que penso amb el que se'm ve al damunt, les llàgrimes afloren als meus ulls. És una situació que no vull viure i que no hagués triat mai.

L'opció d'anar a l'atur no m'atreu gens i cada dia que passa, em dona la sensació que és un dia menys que em queda per treballar en una feina que m'agrada, a la qual he dedicat tota la meua il·lusió i força, he regalat moltíssimes hores, estones de berenar, d'esmorzar, rodes de cotxe, gasolina, sacrifici de no estar amb la meua família, robant-me molt temps del meu, per a dedicar-lo al meu treball.

Aquest sentiment d'incertesa, d'inseguretat, de pèrdua, de pena..., ben segur, que moltes de vosaltres, que llegiu aquestes ratlles també ho heu viscut i us podeu sentir identificades amb mi o potser, també ho esteu experimentant en aquests moments, o penseu que en un futur us pot passar.

Sóc infermera fa 18 anys i no he parat mai de treballar. Fa 8 anys que vaig apostar per la primària i després de quasi tres anys de compaginar du-

es feines, entre hospital i ambulatori, vaig decidir-me per la primària perquè me'n vaig adonar que el que m'agradava era establir una relació personalitzada i de confiança amb el pacient i de manera indirecta, passar a ser part de la família, perquè eres la infermera del pare, o de la mare o la meua infermera, un tracte que m'encanta escoltar, no hi puc fer més!!!.



Gemma Muñoz Álvarez

Durant tots aquest anys he treballat sempre de manera incansable, lluitadora, intentant ajudar a tot aquell que ho necessités i contribuint a que la meua àrea bàsica funcionés i aconseguís els millors resultats amb EQA, qualitat,... amb tot!!!

Les meves dues baixes, han estat les maternals i al començament dels meus contractes vaig perdre els meus dies per assumptes personals, la situació a la que m'enfronto és nova per a mi i m'aterra...encara falten 15 dies perquè acabi el meu contracte d'interina, i m'aferro a la il·lusió de que encara hi hagi un lloc dins l'ICS on poder treballar.

...continuació Retallades, un dia menys...

Amb aquestes ratlles expresso la meva realitat, però som moltes les infermeres interines que ens veiem afectades amb la presa de possessió del concurs d'oposició que hi va haver l'any 2010. Si les retallades no fossin una realitat, possiblement trobaríem feina amb més facilitat i no ens hauria de preocupar tant, el fet de què finalitzi el nostre contracte, però actualment s'està ofegant la sanitat i cada cop ens estan retallant més i demanant més a canvi, de moment aguantem, som un

col·lectiu que ens movem per vocació, però tots tenim un límit... De moment seguim i seguirem amb il·lusió, però no sé quan temps més, podrem seguir amb aquesta càrrega. De moment la nostra missió és entregar-nos, la nostra recompensa són les retallades...ja veurem com acabarem.

Gemma Muñoz Álvarez

Nota aclaratòria: finalitzava el seu contracte el 31 de gener i l'hi han allargat fins al 28 de febrer

CAP Torreforta - La Granja, reorganitza la seva estructura d'atenció domiciliària



Per millorar la continuïtat assistencial, l'equip d'atenció domiciliària (ATDOM) estableix noves estratègies d'actuació facilitant l'atenció pro activa, adaptant-se a les noves demandes de salut.

A l'any 2005 es va passar d'un model organitzatiu, basat en la unitat integral, on un metge i una infermera, donen atenció directa als pacients assignats, a un model funcional, amb un grup d'infermeres amb dedicació exclusiva a l'ATDOM.

L'actual equip, a l'any 2010 va realitzar una anàlisi de la situació

(DAFO) detectant amenaces, fortaleses i oportunitats de millora i la va presentar a la direcció del centre..

La nova proposta de model està dirigida a assolir els objectius següents:

- Ser una nova Unitat Funcional d'ATDOM multidisciplinari, on les infermeres especialitzades, són el pilar del programa, treballant conjuntament amb un metge referent i la treballadora social del centre.

- Garantir la continuïtat assistencial, l'accessibilitat i l'equitat en l'atenció integral dels pacients, que no poden desplaçar-se al centre i que compleixin els criteris de complexitat i/o fragilitat.

- Conèixer el grau de satisfacció de les necessitats bàsiques i la morbiditat de la població atesa al domicili.

- Mantenir el màxim nivell de qualitat

...continuació CAP Torreforta - La Granja, reorganitza la seva estructura d'atenció domiciliària

de vida, prevenint o retardant les complicacions de les principals malalties cròniques.

- Potenciar la formació continuada del personal implicat en el programa.
- Recerca activa de la població diana, model predictiu.
- Crear i fer difusió del protocol d'ús del programa ATDOM.
- Treballar de forma coordinada amb l'equip PADES de referència, així com amb altres dispositius assistencials del territori.



-Assolir una prescripció saludable i adequada. Disminuir la polimedicació evitant la prescripció de risc, d'acord amb les recomanacions en pacient de més de 65 anys.

-Desenvolupar una línia estratègica del Pla de Salut respecte a l'atenció a la cronicitat. Aplicar la ruta assistencial definida al nostre territori respecte al malalt crònic complex.

La cartera bàsica de serveis:

- Visita d'acollida i inclusió al programa ATDOM incloent valoració biopsicosocial de l'usuari, i entrevista familiar sistèmica.
- Atenció domiciliària pro activa.



- Atenció a la patologia crònica estable i reaguditzada.
- Atenció inicial a la patologia urgent.
- Atenció al final de la vida.
- Coordinació amb altres dispositius assistencials del territori.

En l'actualitat l'equip format per: Josep Blanch, Carmen Giménez, Amaya Morón, Eulàlia Oriol i Carmen Pérez, infermers; Eduard Borreguero, Ana Martín, metges; i Cristina Gil, treballadora social; segueix treballant en les línies abans esmentades, per donar continuïtat a aquest projecte.

Equip d'Atenció domiciliària, CAP Torreforta - La Granja



Entrevista con Ana Rita da Silva Meireles



En esta nueva entrega hemos querido entrevistar a una compañera que vino desde Peso da Régua a Tarragona.

Esta Portuguesa está colegiada desde Octubre del pasado año 2012.

Colegio: Ana, cuéntanos algo de ti. Alguna actividad, deporte o hobby que te guste realizar. ¿Dónde naciste?, ¿soltera, casada, hijos?, ¿Cuándo llegaste a Catalunya? Lo que quieras contarnos a cerca de tu vida personal.

Ana Meireles: Me llamo Ana Rita da Silva Meireles, natural de Peso da Régua, una pequeña ciudad del norte de Portugal. En esta ciudad es donde se produce el vino de Oporto.

Llegué a Tarragona en agosto del 2012 para trabajar de enfermera en la Clínica Monegal. Vine acompañada por mi novio, también enfermero. Vine a Tarragona aconsejada por amigos que también, años atrás, viajaron. Así que aquí me encuentro rodeada de antiguos amigos y nuevas personas que me ayudan a integrarme.

C: ¿Qué te llevó a estudiar enfermería? ¿Desde cuándo te interesó?

A.M: Siempre supe que la sanidad sería mi destino profesional, la duda era que área escoger. De las diversas posibilidades, enfermería fue poco a poco ganando fuerza, por diversas razones, entre las cuáles era la proximidad de la universidad y mi residencia, situada a 20 minutos. La salida profesional, en aquella época, era más grande que hoy en día, y también por el papel que desempeña el enfermero en un centro de salud. La relación con el paciente, la posibilidad de crear líneas de contacto entre los diferentes miembros del equipo de salud, etc. En suma, después de entender el significado del papel de la enfermería supe que era mi destino.

C: ¿Dónde estudiaste?

A.M: Estudie en la Escuela de Enfermería de Vila Real, que me propor-

cionó un local con buenas condiciones para el estudio de la profesión, y la diversión que todo estudiante universitario quiere.

C: ¿Qué crees que le sobra o le falta a nuestra profesión?

A.M: En nuestra profesión seguimos luchando por un reconocimiento social, que a veces siento que tarda en llegar, pero en los últimos años se nota también alguna evolución.

C: ¿Qué opinas de la formación? ¿Es necesaria? ¿Has hecho algún curso últimamente?

A.M: Mi formación fue toda hecha en Portugal, donde la carrera es de 4 años, lo mismo antes del proceso de Boloña, e hice prácticas en hospitales y CAP desde el primer año de carrera, promoviendo la integración en la profesión.

La formación continua es primordial en la práctica de la enfermería, por los constantes cambios en las técnicas y materiales. Es una profesión en constante cambio y evolución. Cada vez es más necesaria la investigación para proporcionar los mejores cuidados.

C: ¿Hay alguna experiencia que te haya marcado o impresionado?

A.M: De todas las experiencias profesionales, la que más me llevo a entender la importancia y dificultad de esta profesión, fue cuando hice prácticas en oncología. Tuve, por primera vez, contacto con la muerte de pacientes y la frustración de no poder hacer más. Impotencia, fue el sentimiento que por primera vez en mi vida tuve que superar, y poder entender que muchas veces un pequeño gesto o una palabra es todo lo necesario para ayudar un paciente.



(continúa en la página número 6)

Tarragona Radio

Recorda que el proper dijous, 14 de febrer, i amb una periodicitat quinzenal, el Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Tarragona inicia un nou projecte, un espai propi a Tarragona Ràdio, de 11.10 hores a 11.35 hores. Un espai que ens permetrà poder explicar aquells temes que ens interessin a nosaltres i als nostres conciutadans. El nom del programa és "Espai Infermer".

Hem fet un calendari de temes per a tot l'any:

FEBRER

14 Salut sexual/Presentació per la nostra presidenta
28 Malalties rares /Jornades d'emprenedoria

MARÇ

07 Exposició dels uniformes i sobre Sant Joan (patró)/Jornada d'emprenedoria
14 Risc Cardiovascular
28 Envelliment i salut

ABRIL

11 Parkinson/Salut Mental
25 Vacunes Internacionals

MAIG

09 Dia mundial de la infermeria / Salva vidas, lavarse las manos
23 Nutrició i celiàquia / Tabac

JUNY

13 Càncer de pell
27 Drogues/Galatea programa retorn

JULIO

11Infermeria en les preventives (PAAPS)
25 Hepatitis

AGOST

08 Lactància
22 Ajuda humanitària

SETEMBRE

12 Ecologia i salut
26 Cor

OCTUBRE

10 Salut Mental / Cures Pal·liatives
24 Dona (Menopausa, càncer de mama)

NOVEMBRE

14 Diabetis
28 Seguretat de la informació (Protecció dades)

DESEMBRE

05 Nens amb necessitats especials
19 Oncologia pediàtrica

Aquest espai, en el que estem treballant, està obert a la participació dels col·legiats i col·legiades, podeu participar directa i activament en el desenvolupament de l'espai, per això podeu contactar amb el nostre company Álvaro Montecinos, cap del Gabinet de Comunicació, bé per telèfon o bé per correu electrònic: premsa@codita.org.

D'aquesta manera assolim un dels objectius del Col·legi que és, precisament, apropar-nos a la societat, convertint-nos d'aquesta manera en referent en temes de salut.



Denuncia-ho al col·legi!!!

Si creus que algú està ocupant algun lloc de treball d'un infermer o infermera, denuncia-ho al col·legi!!!

...ve de la pàgina número 4



C: ¿Cómo ves la actualidad de nuestra profesión?

A.M: Pertenzo a un grupo profesional que tiene un papel fundamental en la prestación de cuidados, y que no siempre son oídos cuando

los responsables del país toman decisiones sobre la sanidad, que afectan tanto a los profesionales de salud como a los pacientes que confían en nosotros.

C: ¿Cómo te ves tú en el futuro? ¿Qué te gustaría estar haciendo?

A.M: Espero seguir trabajando y evolucionando dentro de mi carrera, para poder cada día ser mejor enfermera, y al mismo tiempo disfrutar de una vida estable, que a los días de hoy es cada vez más un lujo que no todos los enfermeros tienen.

C: Para finalizar, ¿nos quieres regalar alguna frase o pensamiento que quieras compartir?

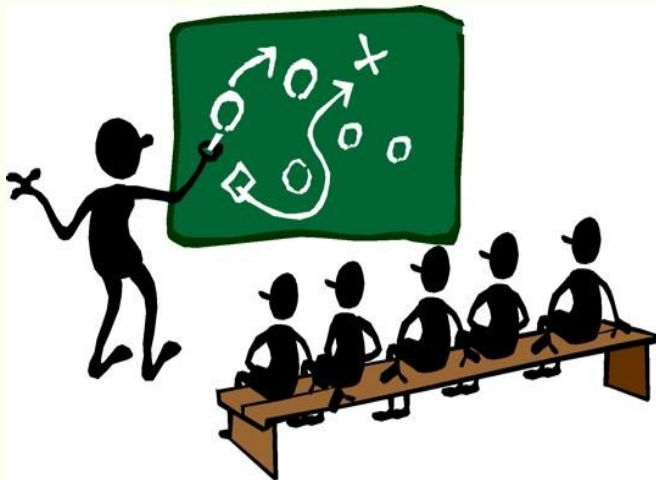
A.M: En estos tiempos de cambios y dificultades, espero que todos los enfermeros sigan dejando orgullosos a los fundadores de tan importante profesión.

Gracias Ana por tu tiempo en esta entrevista.

Xerrades

El proper dilluns, 18 de febrer es durà a terme la xerrada **ESTRÈS I IMMUNITAT**, com l'estrès afecta al sistema immunològic i els mitjans per a viure amb salut, energia i vitalitat.

A càrrec de la Dra. Rosa Figueras (Codirectora d'Holos. Salut Integra)



El dilluns 4 de març, es durà a terme la xerrada **NEUROLOGIA DE LA SERENITAT I EL IOGA**, funcionament del cervell, mecanismes de supervivència, neo còrtex i els nous patrons de vida, els 8 graons del Ioga i la seva relació amb la neurologia. Des de la dimensió somà-

tica a l'atenció plena i l'amor de gratitud.

A càrrec de Jordi Mauri. Psicòleg clínic i Iogui (Codirector de Holos. Salut Integra)

Cadascuna d'aquestes xerrades seran a la seu del Col·legi a partir de les 18:30h. Són gratuïtes i estan di-

rigides a infermeres/s i professionals interessats en el tema.

Les places són limitades per raons d'aforament, es prega confirmació d'assistència a la nostra pàgina web, en l'apartat "Formació - Inscripció" podeu inscriure-us.

Jornada d'emprenedoria Infermera

El proper dijous 7 de març, en la Cambra de Comerç de Tarragona, a partir de les 9 del matí, el nostre col·legi ha organitzat aquesta jornada amb la finalitat de lliurar les eines necessàries a els qui desitgin emprendre i innovar en la nostra professió.

El programa és el següent:

9.00 - 9.15: Lliurament de documentació i control d'assistència.

9.15: Inauguració. Dr. Josep Mercadé i Orriols. Director dels Serveis Territorials de Salut a Tarragona.

9.30: Conferència inaugural **"Reinventar-se o morir"**. Albert Abelló Hierro.

President de la Cambra de Comerç de Tarragona.

10.15: Primera Taula. **El projecte professional i emprenedor en clau de competències.** Marta Zaragoza Domingo. Economista. Sòcia-directora de Cresàlida, Creixement i Consolidació Empresarial. Professora associada a la URV, la UB i Consultora a la UOC i a la UOC Business School.

L' intrusisme professional en la infermeria. Marisol Durán Romasewskys. Advocada. Assessora Jurídica del Col·legi O. d'infermeres i Infermers de Tarragona.

Les infermeres en un àmbit diferent. Imma Ferré Jornet i Carmen Agut Al-

caide. Infermeres. Propietàries de Laser Clínic CIM.

11.45 – 12.15: Cafè.

12.15 - 14.00: Segona Taula. **Aprendre a Emprendre.** Mercè Muñoz Gimeno. Professora Titular EUI Gimbernat. Àrea Emprenedoria i Innovació, Àrea Salut Comunitària. Vocal Junta Infermeria de L'Acadèmia, Àrea Emprendors.

Qui la segueix l'aconsegueix!

Eli Tellez Marín i Jesús Carrascosa Fernández. Infermers. Gerents i docents de l'empresa FORMA-T VIDA.

Docència d'Infermeria a la URV: Nous reptes. Roser Ricomà Muntané

Degana de La Facultat d'Infermeria URV. Mar Lleixà Fortuño

Coordinadora del Màster en Investigació i Ciències d'Infermeria

14.00 - 16 .00: Temps lliure per dinar.

16.15: Tercera Taula. **La importància de L'Assegurança de Responsabilitat Civil.** Neus Tomás de la Peña. Delegada d'AMA a Tarragona.

Atenció al dol. Un nou concepte en serveis funeraris. Josep Paris Giménez.

Infermer. Director de desenvolupament corporatiu de Grupo Mémora.

Feina a l'estranger: per on començo?

Olga Vázquez Martínez. Infermera referent d'estrangeria del Col·legi d'Infermeres i Infermers de Tarragona.

Aquest espai és teu...

El Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Tarragona, és el teu col·legi i per tant aquest butlletí és el teu.

Et convidem a expressar-te, a escriure la teva opinió respecte a temes laborals, activitats, una bona notícia,

una reflexió, el que t'inquieta, el que trobis interessant o el que estimis convenient respecte al nostre entorn.

Pot fer-nos arribar les teves aportacions o suggeriments a:

premsa@codita.org, un correu per a tu.

La teva veu ens interessa!

Les opinions expressades en aquest butlletí són d'exclusiva responsabilitat de qui les emet, i no representen necessàriament el pensament oficial del col·legi.



El Col·legi Oficial d'Infermeres i
Infermers de Tarragona us convida
a participar en les activitats de la

Festa del col·legiat

Dissabte, 9 de març de 2013

Programa d'activitats

11:00h Arribada al Seminari i recepció.

11:30h Missa en honor al Patró
d'Infermeria, Sant Joan de Déu
(activitat opcional).

12:30h - Visita guiada al Seminari
Pontifici, un edifici emblemàtic
construït el 1883 i situat a
l'Acrópoli de Tarragona.
- Inauguració de l'exposició
d'uniformes antics d'infermeria
al Claustre.

13:30h - Dinar.
- Homenatge jubilats.
- Lliurament premi ajuda
humanitària.
- In memoriam als companys
que ens han deixat.

17:00h Fi de festa.



El Seminari
Centre Cultural Tarraconense
C/Sant Pau, 4
TARRAGONA