

REVISTA DEL COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA DE TERUEL



SALUDO DE LA PRESIDENTA
CONCHA GÓMEZ CADENAS

ESTÍBALIZ TOLOSA TAMAYO
DRA. GRAL. CUIDADOS Y
HUMANIZACIÓN DE ARAGÓN

Revista No.01

Revista Enferteruel

Contenidos

Compartimos información y reflexiones para crear comunidad enfermera más allá del ámbito profesional, porque si ser enfermera es ver y cuidar al otro en todas sus dimensiones, también queremos ver, cuidar y difundir todas las dimensiones de nosotras mismas para reconocernos más humanas.

4

SALUDO DE LA PRESIDENTA

Por la Dra. Concepción Gómez Cadenas, Presidenta del Colegio Oficial de Enfermería de Teruel

6

INSPIRACIÓN ENFERMERA

10 minutos con la Directora General de Cuidados y Humanización, Dña. Estíbaliz Tolosa Tamayo

14

COMISIONES DE TRABAJO

Descubre nuestras comisiones y anímate a colaborar, te estamos esperando.

16

+ QUE ENFERMERAS

Belén Izquierdo enfermera y actriz que comparte la emoción de representar a Isabel Segura en 2024

18

RECONOCIMIENTOS Y PREMIOS

Visibilizar a los premiados, visibiliza la profesión y ayuda a posicionar la enfermería como merece

20

TRABAJAMOS PARA TI

Los que trabajamos en el Colegio, comisiones y colaboradores, hemos elaborado un calendario de eventos y formación anual, echa un vistazo.

22

QUEREMOS QUE SEPAS

Servicios y convenios de colaboración promovidos por el Colegio Oficial de Enfermería de Teruel que pueden serte de utilidad en algún momento.





Saluda de la Presidenta

Queridas compañeras,

Es un honor dirigirme a vosotras como Presidenta del Colegio Oficial de Enfermería de Teruel, con el entusiasmo que nos brinda la oportunidad de presentaros nuestra nueva iniciativa: la “Revista Enferteruel”.

Ponemos en marcha esta revista como espacio para estrechar aún más nuestros lazos como comunidad de enfermeras comprometidas con la sociedad y con nuestro territorio. Este proyecto no pretende informar de cambios en la normativa, ni sustituir los medios de comunicación para el ejercicio de la profesión habituales, sino que desea cubrir el espacio de la dimensión social de todas nosotras. Somos enfermeras, y mucho más, personas sensibles, dedicadas a los demás y orgullosas de nuestra profesión, curiosas, creativas, artísticas, solidarias, estudiosas, investigadoras...y de Teruel.

Convencidos de que nuestro compromiso social y territorial es un componente esencial de las enfermeras turolenses, y conocer a nuestros vecinos, mayores, niños, compañeros es importante y diferenciador, queremos reflejarlo en este espacio. Encontraréis historias inspiradoras de colegas que han implementado proyectos de impacto en sus áreas de influencia, así como reflexiones sobre la importancia de nuestra labor en la promoción de la salud. También os propondremos trabajos, oportunidades de interés, y podréis contarnos la labor social y humana que



cada una vosotras realizáis a diario contribuyendo al bienestar de las personas, de esta forma, aquí podremos darle la difusión y concederle la importancia que merece.

La "Revista Enferteruel" pretende ser un espacio inclusivo, donde compartir experiencias, ideas y proyectos. Nos gustaría fomentar el intercambio de conocimientos y buenas prácticas en salud y también sociales, de las que cultivan la autoestima y fortalecen nuestra red de apoyo y colaboración. Esperamos que os guste y os animamos a participar activamente en la revista y en el Colegio, puesto que las Comisiones o los Grupos de Trabajo están abiertos para todos, porque para nosotros, el Colegio es más que una institución; es una comunidad donde apoyamos y donde poder celebrar nuestros éxitos colectivos.

Agradecemos de antemano a todas aquellas que han contribuido con sus historias, ideas y sugerencias para hacer posible este proyecto. Juntas, construiremos "Revista Enferteruel" como reflejo de la dedicación y el espíritu solidario que caracteriza a nuestra profesión.

Os invito a echar un vistazo a esta breve revista, a compartir vuestros pensamientos y a continuar siendo agentes de cambio en la comunidad.

Con gratitud y compromiso,



Concha Gómez Cadenas



CONCHA GÓMEZ CADENAS

Diplomada en Enfermería por la Universidad de Valencia y especializada en 2022 por la vía excepcional en Enfermería de Atención Primaria y Comunitaria. Máster en Bioética Clínica por la UCM en 2010 y Doctora en Ciencias Socio-Sanitarias y Humanidades médicas en la UCM con la tesis: "Ética anarquismo y sexualidad en Amparo Poch y Gascón" con calificación "Cum Laude".

Enfermera con actividad asistencial durante más de 30 años ha trabajado en hospital, en centros residenciales y desde hace 20 años en Atención Primaria en centros rurales.

Presidenta del Comité de Ética Asistencial del sector de Teruel (CEA) desde 2020 y desde 2021 Presidenta del Colegio Oficial de Enfermería de Teruel.

Profesora colaboradora de "Ética y legislación en enfermería" en la Escuela de Enfermería de Teruel y docente de cursos de formación continuada.

Inspiración Enfermera

“Inspiración Enfermera” es una sección imprescindible para esta Junta en el Colegio Oficial de Enfermería de Teruel. Un viaje por la trayectoria profesional y por qué no, también emocional y personal, de compañeras de nuestra provincia cuya historia puede ser inspiradora.

Mujeres y hombres valientes que han abrazado oportunidades de crecimiento, han contribuido significativamente a la mejora de la atención sanitaria en nuestra región con su pasión y compromiso, y han dejado una huella imborrable en la profesión. Todas las enfermeras tienen cabida, aquellas que han liderado proyectos innovadores y las que han brindado cuidados extraordinarios en situaciones desafiantes, cada historia es una fuente de motivación y orgullo para nuestra comunidad. Queremos celebrar los triunfos cotidianos, desde pequeños gestos de bondad, hasta grandes proyectos que transforman vidas.

A través de entrevistas, perfiles y relatos cautivadores, “Inspiración Enfermera” busca resaltar la diversidad de roles y contribuciones que nuestras enfermeras desempeñan en la salud comunitaria. Esperamos que cada enfermera encuentre en ellos un reflejo de su propio potencial y una fuente de inspiración para enfrentar los desafíos que puedan surgir en su camino.

“Inspiración Enfermera” es un recordatorio constante de que nuestras acciones cotidianas tienen un impacto profundo y duradero en la vida de quienes servimos. Celebremos juntos los éxitos, aprendamos de las lecciones y sigamos construyendo un futuro brillante para la enfermería en nuestra querida provincia.



ESTÍBALIZ TOLOSA TAMAYO, DIRECTORA GENERAL DE CUIDADOS Y HUMANIZACIÓN DEL GOBIERNO DE ARAGÓN. ENFERMERA TUROLENSE

Diplomada en Enfermería en la Escuela Universitaria de Teruel 2006. Especialista en Enfermería Comunitarias 2022. Educadora de Discapacitados Psíquicos. Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería. Experiencia en hospitales en diferentes Servicios: UCI, Urgencias, Medicina Interna, Cirugía, Trauma, Maternidad, etc.. Residencias Geriátricas.

En el 2001 se incorpora en el SALUD como TCAE y posteriormente en el 2006 como enfermera. Desde 2015 enfermera en Atención Primaria en Atención Continuada Sector de Teruel.

Estíbaliz Tolosa Tamayo

ESTÍBALIZ TOLOSA TAMAYO, DURANTE LA ENTREVISTA REALIZADA EL DÍA 25 DE ENERO DE 2024 EN SU DESPACHO DE ZARAGOZA



Aprovechamos la oportunidad de empezar esta sección con una enfermera inspiradora de actualidad e importancia institucional en la región, la recientemente nombrada Directora General de Cuidados y Humanización del Gobierno de Aragón, la turolense Estíbaliz Tolosa.

El gran reto de conseguir el reconocimiento de la enfermería como pilar fundamental de la salud y conquistar un puesto relevante en la elaboración de planes y políticas de salud, pasa inevitablemente por trabajar en la gestión y en los órganos de gobierno en puestos relevantes para la profesión.

Si hay un lugar donde nuestras voces como enfermeras resuenan más fuerte que en las habitaciones de los pacientes y en los pasillos de los centros de salud, es en las salas de reuniones donde se toman decisiones críticas de gestión y políticas de cuidado y humanización. Este espacio es genuinamente enfermero y hoy, en Aragón, nuestra vecina, compañera y amiga Estíbaliz Tolosa es quien lo ocupa.

Os compartimos una breve entrevista que, entusiasmada, ha concedido al Colegio agraciéndonos visibilizar su labor y pensar en ella para este espacio en la revista.

Estíbaliz Tolosa, Directora General de Cuidados y Humanización del Gobierno de Aragón. Enfermera Turolense.

10 minutos con la Directora General de Cuidados y Humanización

POR JUAN SAURA PERIODISTA
Y RESPONSABLE DE COMUNICACIÓN DEL
COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA DE TERUEL

P.- En primer lugar, enhorabuena por el nombramiento. Cuéntanos, ¿cómo llegaste a la enfermería? ¿Cómo ha sido, a grandes rasgos, esta andadura hasta el cargo desde los comienzos o la vocación de estudiar enfermería?

R.- Muchas gracias. En primer lugar quiero agradecer al Colegio Oficial de Enfermería de Teruel que me den la oportunidad de realizar esta entrevista.

La verdad es que desde que era una niña ya jugaba a que curaba a las muñecas, y yo creo que ahí nació mi vocación. Es cierto que yo no empecé siendo enfermera, di muchos pasos hasta llegar a la enfermería. Hice TCAE, también Educador de Discapacitados Psíquicos, me especialicé en una rama de geriatría...y ya por último estudié Enfermería. He tenido la oportunidad de trabajar en varios sectores, como Zaragoza, Calatayud o Alcañiz. Y en Teruel he trabajado tanto en Atención Primaria como Especializada, con lo que tengo una visión de las necesidades que hay en cada sector sanitario.

P.- ¿Cuál es la rama de la enfermería que más te llama? ¿Asistencial, investigación, el trabajo en el medio rural?

R.- *En mi caso, la enfermería familiar y comunitaria, porque se centra tanto en la atención del paciente como en la de la familia y la comunidad; y no aborda*

solo las necesidades físicas de la salud, sino también las emocionales, sociales y ambientales. Aunque he de decir que me siento bastante atraída por la enfermería del área de la urgencia, ya que te brinda la oportunidad de enfrentarte a una amplia gama de situaciones clínicas, difíciles e inmediatas que requieren un alto grado de colaboración y trabajo en equipo.

P.- En tu caso, además de la enfermería, vienes del mundo del asociacionismo vecinal, como presidenta de la asociación de vecinos del Barrio del Arrabal enTeruel. ¿Cómo ha sido compaginar ambas cuestiones?

R.- *Compaginar ambas responsabilidades fue un desafío, ya que demandan tiempo, energía y compromiso, pero a la vez ha sido muy gratificante. Con una planificación cuidadosa y un apoyo de la red de contactos es posible encontrar un equilibrio que permita atender ambas áreas de manera efectiva.*

P.- Y ahora te enfrentas al reto de la Dirección General de Cuidados y Humanización, ¿cómo afrontas esta responsabilidad?

R.- *Es un desafío emocionante a la vez que personal. Mi objetivo durante el tiempo que sea Directora General es garantizar que se brinde una atención*

sanitaria de calidad que responda a las necesidades y expectativas de los pacientes y la comunidad en general, contando para ello con la opinión y el apoyo de los profesionales, por supuesto.

P.- ¿Cómo descubriste tu vocación política, tu vocación de gestor? O quizás fue un reto, o una oportunidad y después descubriste que había potencial...

R.- Mi experiencia como presidenta de una asociación vecinal me ha dado una perspectiva única sobre las necesidades y preocupaciones de la comunidad a nivel local. Como presidenta he tenido la oportunidad de trabajar directamente con los vecinos, escuchar sus inquietudes y trabajar en soluciones para mejorar su calidad de vida. He sido testigo de primera mano de los desafíos que enfrentan las comunidades en términos de vivienda, seguridad, infraestructuras, o servicios públicos, así que mi deseo es cambiar la vida de los ciudadanos aragoneses basándome en esta experiencia y en mi compromiso con el bienestar de las personas. Las decisiones políticas tienen un impacto directo en la vida de las personas y estoy decidida a utilizar mi experiencia, habilidades y pasión para abordar los problemas y aportar soluciones efectivas. Mi compromiso con el cambio se basa en valores de justicia, equidad, inclusión y solidaridad para todos los aragoneses.

P.- ¿Qué retos supone este cargo y qué se espera de la Dirección de Cuidados y Humanización al nombrarte a ti como directora?

R.- Conlleva una serie de desafíos y expectativas importantes, como promover una cultura de cuidados y humanización, que es uno de los principales desafíos en fomentar una cultura organizacional que priorice el cuidado de los pacientes y el personal. Y esto implica la sensibilización y capacitación del personal en técnicas de comunicación como la empatía, la resolución de conflictos o la atención centrada en el paciente.

Otra de las líneas que vamos a trabajar es la mejora continua de la calidad de los cuidados, implementando iniciativas para mejorar esta situación. Es importante estar al tanto de las últimas investigaciones y avances en el campo de la salud, para implementar nuevas prácticas que mejoren la atención y el bienestar de los pacientes. Esto puede implicar desde la introducción de nuevas tecnologías hasta la adaptación de enfoques alternativos en el tratamiento y el cuidado.

Hay que hacer una colaboración interdisciplinar, en colaboración con otros departamentos y profesionales de la salud para garantizar una atención integral y coordinada con los pacientes. Esto puede



Estíbaliz Tolosa en la Delegación de Gobierno en Zaragoza



Estíbaliz Tolosa con la Presidenta del COE de Teruel, miembros de la Junta y ganadores de las Jornadas de C. Enfermera 2023

P.- Desde tu punto de vista, ¿cómo se puede potenciar la humanización desde la enfermería?

R.- La humanización es fundamental para proporcionar una atención de calidad centrada en el paciente y los enfermeros deben incluirla como pieza fundamental en su práctica diaria, mediante estrategias y herramientas como la escucha activa, la comunicación efectiva, el cuidado integral y personalizar, teniendo como valor principales el respeto y la dignidad de las personas.

P.- Recientemente la prensa ha publicado que se va a impulsar un proyecto piloto de humanización con actuaciones en centros de salud, en el Hospital Obispo Polanco y el Hospital San José.

¿Cuál es el objetivo y con qué herramientas se va a contar?

R.- El objetivo es iniciar un proyecto piloto de humanización en los centros asistenciales de Teruel,

tanto en atención hospitalaria como en atención primaria. Este proyecto necesita de cambios estructurales en la organización, para el que se necesita trabajar en ámbitos como la formación y capacitación de los profesionales en áreas de comunicación, escucha activa o apoyo psicosocial. Y desarrollando y poniendo en práctica protocolos y guías de buenas prácticas que promuevan la humanización en la atención.

Este proyecto pretende ser por y para los usuarios del sistema sanitario de Aragón, que se iniciará en Teruel y posteriormente se extenderá al resto de sectores de la Comunidad.

P.- Uno de los principales puntos de este proyecto es la formación de profesionales en habilidades de comunicación, ¿cómo de importante es este factor?

R.- La formación de los profesionales en habilidades de comunicación es un factor de suma importancia en

cualquier proyecto de humanización en el ámbito de la salud, ya que favorece la relación entre profesional y paciente, ayuda a conocer mejor las necesidades, preocupaciones y expectativas de cada persona.

Es la base en la prevención y el manejo de conflictos, y además genera una relación de confianza que incide directamente en la satisfacción del paciente y de los profesionales. La comunicación efectiva contribuye a mejorar los resultados de salud, con efecto sobre la adherencia al tratamiento, la promoción de estilos de vida saludables y la prevención de las enfermedades.

P.- ¿Qué cualidades deben explotar o cultivar las enfermeras para ser líderes en cuidados y humanización, o para seguir siéndolo si lo son?

R.- *La enfermera tiene el liderazgo en el cuidado del paciente, en la promoción, en la prevención, en la docencia, en la investigación, en la innovación y en la gestión de dicho cuidado. Asimismo, el desarrollo del pensamiento crítico es otra habilidad que permite a la enfermera identificar problemas, desarrollar soluciones innovadoras y adaptarse a cambios en el entorno de la atención sanitaria, con el posterior beneficio, tanto para las personas, como para el sistema.*

Por otra parte, el compromiso de la mejora continua buscando oportunidades de desarrollo y contribuyendo activamente a la innovación y al cambio positivo en la práctica de la enfermería.

P.- ¿Cómo vamos a medir la efectividad de estos planes de humanización, hay herramientas de medición? ¿Qué esperamos implantar y por cuánto tiempo?

R.- *Medir la efectividad de los planes de humanización en el ámbito de la salud es crucial, porque hay que valorar su impacto y realizar ajustes necesarios para mejorar la calidad de la atención. Algunas herramientas de medición que se podrían emplear son las encuestas sobre la experiencia del paciente, los indicadores de calidad dirigidos a los resultados de salud, así como el trabajo con grupos focales, entrevistas con pacientes, familiares y profesionales.*

La implementación de los planes de humanización debe ser sistemática y estar bien planificada, tener unos objetivos claros, unas estrategias definidas y unos recursos asignados adecuados. En estos momentos se está iniciando la planificación de la estrategia de humanización y se están dando los primeros pasos.

P.- ¿En qué se va a notar en el día a día de las enfermeras y la ciudadanía en general la implantación de iniciativas de humanización en Teruel y en Aragón en general? ¿Hay alguna cosa que cambie claramente?

R.- *La implantación de iniciativas de humanización en Teruel y Aragón puede tener varios efectos perceptibles en el día a día, tanto de los profesionales sanitarios como de la ciudadanía en general. Estos cambios pueden contribuir a una atención sanitaria*



Estíbaliz Tolosa en la clausura de la I Jornada de Atención Primaria de Teruel “Unidos somos más” del 2 de marzo de 2024 organizada en colaboración por los Colegios de Médicos y de Enfermería de Teruel.

más centrada en las necesidades y preferencias los pacientes, promoviendo así el bienestar y la salud de la comunidad en su conjunto. Algunas áreas donde podrían notarse cambios serían la mejora en la experiencia de las personas con las instituciones sanitarias, el fortalecimiento de la relación profesional, la reducción del estrés y la fatiga de los profesionales, favoreciendo programas de apoyo, de desarrollo profesional y reconocimiento de su labor. Asimismo, la humanización en la atención puede promover una cultura de seguridad y calidad, mediante la implementación de protocolos, programas de gestión de riesgos e identificación de áreas de mejora.

P.- Esto que es lo práctico, lo que se va a hacer, es muy necesario compartirlo, sabemos que la práctica asistencial es el camino más común para las enfermeras, pero hay otras como la docente, la investigadora y la gestora/política que es la que

ejerces ahora, que no se demandan tanto, o que se intentan potenciar, ¿Qué es lo que podrías destacar de esta rama que pueda motivar o suponer un atractivo para que las enfermeras se animen a seguir este camino?

R.- La enfermería ofrece una amplia gama de oportunidades y especializaciones que pueden resultar muy atractivas para quienes estén interesados en seguir este camino. Sabemos que la práctica asistencial es el camino más común, pero no podemos olvidar la importancia que tiene asumir desde la profesión enfermera el liderazgo de los cuidados, así como basar nuestra práctica en la mejor evidencia para ofrecer el mejor cuidado a la población aragonesa. Desde esta Dirección General impulsaremos las medidas necesarias para apoyar a los profesionales que se decidan a trabajar en todas estas líneas.

P.- Para finalizar, ¿podrías decírnos, o contarnos tu



Estíbaliz Tolosa en el Colegio Oficial de Enfermería de Teruel con M^a José Edo, miembro de la Junta Directiva del COE de Teruel



Estíbaliz Tolosa en la Delegación de Gobierno en Zaragoza, donde tiene su despacho.

visión general sobre el futuro de la enfermería, hacia dónde avanza, a qué retos se enfrenta y cómo pueden encaminarse hacia ese futuro las enfermeras de Teruel?

R.- Mi visión es optimista y centrada en el crecimiento continuo de la profesión para adaptarse a los desafíos y cambios en el sistema de la asistencia sanitaria. La enfermera en áreas rurales como Teruel enfrenta desafíos únicos como la escasez de recursos, la falta de acceso a especialistas o la dispersión geográfica de la población. Sin embargo, también hay oportunidades para innovar en la prestación de servicios de salud, colaborar con la comunidad y abogar por políticas que aborden las necesidades específicas de las áreas rurales, promoviendo la continuidad asistencial mediante herramientas tecnológicas que acerquen la atención a los ciudadanos y fomenten la comunicación entre estos niveles asistenciales.

Asimismo, la profesión enfermera avanza hacia una atención más centrada en el paciente, que reconoce la individualidad, las preferencias y los valores de cada uno. Esto incluye una mayor participación en la toma de decisiones sobre salud, así como en una atención más personalizada que aborde las necesidades físicas, emocionales, sociales y espirituales.

Entrevista realizada el 27 de febrero de 2024 en el COE de Teruel, agradecemos a Estíbaliz Tolosa su deferencia con el Colegio y su generosa disponibilidad con nosotros, además de todo el apoyo que está demostrando a la enfermería en general y a las enfermeras de Teruel en particular.

Comisiones de trabajo

El Colegio Oficial de Enfermería de Teruel es más que una institución, es la casa de todas las enfermeras, en la que todas las colegiadas y los colegiados deberían participar y conocer las gestiones y decisiones que aquí se toman para velar por la profesión.

Nuestra Junta es participativa y quiere mantener permanentemente sus puertas abiertas para que podáis colaborar activamente en la marcha del Colegio, por ello hemos establecido hasta 8 Comisiones de Trabajo destinadas abordar y resolver asuntos que nos afectan a todos relacionadas con la práctica y la educación en enfermería. Las cuestiones en las que se centran nuestras comisiones son: Deontológica, Científica, Matronas, Salud Mental, Hospitalaria, Atención Primaria, Violencia y Sectores Minoritarios.

Todas ellas pretenden mejorar la práctica de enfermería y la calidad de la educación en el ámbito para el que se han creado y sus miembros son enfermeros de Teruel, compañeros de profesión con experiencia y conocimientos especializados en áreas particulares, como ética en enfermería, educación continua, políticas de salud, etc. que hacen posible crear un equipo solvente en esa materia y atractivo para el trabajo de enfermeros noveles, o que quieren aportar su visión como esperamos que seas tú.

Estas comisiones fomentan el intercambio de ideas entre nosotros y están abiertas a la colaboración con otras instituciones, organizaciones de salud o entidades educativas para abordar problemas específicos, o identificar y analizar necesidades nuevas en las que trabajar y proponer como área a investigar y en la que formar a los profesionales o proponer tanto el desarrollo de acciones, como

políticas concretas de actuación para su implantación.

Esta es una de las actividades más claras de las comisiones, establecer programas de educación continua para mantenernos actualizados en temas concretos, además de desempeñar un papel en la defensa de los intereses y derechos de la profesión de enfermería, abogando por mejores condiciones laborales, reconocimiento profesional y otros aspectos relevantes.

¿Quieres saber en qué trabajamos? Desde aquí puedes ver las descripciones de nuestras comisiones, te estamos esperando.

Si quieres participar y unirte a nosotros, facilita tus datos y contacta con David Navarrete en secretario@enferteruel.com



PINCHANDO EN LOS LINKS PODRÁS SABER MÁS DE CADA COMISIÓN DE TRABAJO



01 [Comisión Deontológica](#)

02 [Comisión Científica](#)

03 [Comisión de Matronas](#)

04 [Comisión de Salud Mental](#)

05 [Comisión Hospitalaria](#)

06 [Comisión de Atención Primaria](#)

07 [Comisión de Violencia](#)

08 [Comisión de Enfermeras en Sectores Minoritarios](#)

+ Que Enfermeras

Las enfermeras somos enfermeras siempre, al menos eso parece, y más allá de la bata o del pijama, somos más que la profesión que desempeñamos. Somos multidimensionales, con pasiones y talentos que enriquecen nuestras vidas y que fortalecen nuestra contribución a la comunidad, la profesión y a nuestros pacientes.

Es cierto que al hablar de arte nos centramos en el arte como terapia, porque está más que demostrado en numerosos estudios que puede brindar beneficios tanto para los pacientes, como para los profesionales de enfermería. El arte nos ofrece una forma adicional de expresar emociones y pensamientos, estimula la creatividad que puede ayudar a encontrar soluciones innovadoras ante los desafíos de cuidado, mejora la calidad de vida de los pacientes, reduce el estrés y la ansiedad. Estamos acostumbrados a colaborar con arteterapeutas para incluirlo en el plan de cuidados en casos concretos con eficacia demostrada, ayuda a mantener y mejorar las habilidades cognitivas, y por supuesto, coincidimos en su contribución al humanizar los espacios donde interactuamos con los pacientes a diario.

POR DAVID NAVARRETE
SECRETARIO DEL COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA DE TERUEL



Comparte con nosotros tu pasión, difunde tu creación y emociónanos con tu talento en esta sección + que Enfermeras enviándonos tus relatos, fotografías, cuadros...contándonos tu talento en un e-mail a Juan Saura en comunicacion@enferteruel.com

Eres enfermera y eres artista, ¿por qué no reconocer, abrazar y nutrir estas facetas personales?

Cuéntanoslo. Al compartir y revelar estos pequeños secretos a las compañeras de profesión, amigas, a los pacientes, hacemos una enfermería más rica, humana y conectada con el otro, y con nosotros mismos, dándonos la oportunidad de explorar nuestro interior, nuestros sentimientos y creando mensajes con una forma única que habla directamente a la emoción.

Más allá de la bata, viste con orgullo tu traje de actor, escritor, amante de la música, apasionado de la literatura, la pintura, la artesanía, la jardinería, y otras disciplinas que alimentan tu creatividad, que enriquecen y revitalizan tu espíritu...porque una persona que cultiva sus hobbies irradia una energía positiva que se refleja en la interacción con los demás, y queremos celebrarlo.

Durante 2023 en el Colegio hemos tenido la oportunidad de conocer a Belén enfermera y actriz

que ha compartido con nosotros la emoción de representar a Isabel de Segura en los actos tradicionales, culturales y turísticos más importantes de Teruel en 2024.

La vocación de ser enfermera puede parecerse a la magia del teatro, cada actuación que requiere autenticidad, empatía y un profundo entendimiento del papel asignado, conexión con las emociones y capacidad para interpretar nuestros papeles con gracia y compasión. Como actriz interpretando a Isabel y como enfermera, Belén trabaja en comprender la historia en la que participa, en reconocer matices emocionales y ajustarse a sus necesidades. Como auténtica actriz y enfermera, Belén es una persona comprometida y responsable, y tendréis pronto la oportunidad de comprobarlo. En octubre aprovechamos su cercanía para solicitarle que nos hablase de su pasión por la interpretación y aquí la tenéis, compartiendo con humildad la responsabilidad de su papel protagonista.

Vídeo-Entrevista de Belén Izquierdo



Nuestra compañera Belén Izquierdo interpretando a Isabel de Segura en febrero de 2024.
Fotografía: Javier Escriche. cedidas por la [Fundación Bodas de Isabel](#)

Queremos despedir este espacio con el poema “Esencia de una profesión” con el que felicitamos a las enfermeras el día 12 de mayo este año, escrito por una compañera a la que damos las gracias por dedicárnoslo a todas nosotras.

**“De la reflexión y la expresión
de sentimiento y emoción.
Del cuidado a la armonía
de la sencillez a la calidez.
Dedication absoluta y entrega,
impulsan nuestra labor día a día.
Cualidades que dictan
nuestra actitud,
el quehacer de la enfermería“**



Reconocimientos y premios 2023

En el mundo de la enfermería, ganar un premio no solo es un reconocimiento, es un tributo a la dedicación, la empatía y el compromiso incansable con el bienestar de los demás.

Además del diploma, una aportación económica y el aplauso resonante, el recibir un premio en cualquier área de nuestra profesión es un testimonio de la contribución excepcional que cada enfermero o enfermera realiza en su labor diaria. No sólo es una celebración individual o de amigos cercanos; el premiado, aunque tímido o prudente, se convierte en inspiración y motivación para toda la comunidad de enfermería. Ganar un premio refleja el compromiso continuo con la excelencia en la práctica diaria, la innovación en la atención al paciente y el liderazgo en el avance de la profesión.

Visibilizar a los compañeros premiados también nos visibiliza a todos y ayuda a posicionar la enfermería como profesión de primer nivel, es una historia que se comparte destacando la importancia vital de los enfermeros y enfermeras en la vida de las personas.

¡Felicitaciones a todos los enfermeros y enfermeras que, día tras día, merecen el reconocimiento que fortalece nuestra profesión!

Hemos reconocido la labor de:

Silvia Blasco

- Premio a la Innovación 2023 otorgado por el Colegio Oficial de Enfermería de Teruel.
- Finalista en los I Premios de Enfermería del CGE en la categoría de Atención Primaria

María Pilar Martín

- Premio Ángel Torres 2023 otorgado por el Colegio Oficial de Enfermería de Teruel.

Natalia Martín

- Premio al Mejor TFG 2023 otorgado por el Colegio Oficial de Enfermería de Teruel (COE de Teruel) en las Jornadas Ciencia Enfermera de Teruel

María Pilar Martín y Pilar Catalán

- Premio Trabajo de Investigación otorgado por el COE de Teruel en las Jornadas Ciencia Enfermera de Teruel

Carmen Clemente y Miriam Carmena

- Premio Trabajo de Investigación otorgado por el COE de Teruel en las Jornadas Ciencia Enfermera de Teruel
- Beca de formación investigadora con Fundación INDEX, otorgada por el COE de Teruel en las Jornadas Ciencia Enfermera de Teruel

Ana María García y Susana López

- Beca de formación investigadora con Fundación INDEX, otorgada por el COE de Teruel en las Jornadas Ciencia Enfermera

Beatriz Aguirre

- Beca de formación investigadora con Fundación INDEX, otorgada por el COE de Teruel en las Jornadas Ciencia Enfermera de Teruel

Enhorabuena



Trabajamos para tí

Nuestro objetivo es ofrecer a los profesionales de la oportunidad de ampliar sus conocimientos, adquirir nuevas habilidades y estar al tanto de los avances y tendencias en la enfermería. Como sabes, tenemos cursos en Teruel y en Alcañiz, en la siguiente infografía puedes consultar la programación realizada por las Comisiones de Trabajo y por el Colegio Oficial de Enfermería de Teruel.

Alcañiz

9
ABRIL

ECG y Arritmias

Taller acreditado impartido por el Dr. Meseguer.
Detalles para inscripción en Ventanilla Única,
informaremos más adelante.

Taller práctico de paliativos

Para aprender y mejorar habilidades y técnicas
que ayuden a los pacientes en este momento de
la vida. Impartido por Marisa de la Rica Escuín

17
MAYO

13
JUNIO

La base de los cuidados paliativos

Para adquirir, aumentar o refrescar conocimientos
que nos permiten ofrecer una atención integral a
pacientes con enfermedades terminales.
Impartido por ESAD.

Cuidando la Salud Mental del profesional sanitario

Taller impartido por la psicóloga Shaila Romero,
Psicóloga, Terapeuta EMDR y Coach Emocional.

SEPTIEMBRE

OCTUBRE

Quemaduras

Taller acreditado organizado por el COE e
impartido por Dña. M^a José Sánchez García,
Unidad de Quemaduras de Vall d'Hebrón

Teruel

2
MARZO

I Jornada de Atención Primaria

En colaboración con el Colegio de Médicos de Teruel y para todos los trabajadores del sector sanitario, estudiantes y residentes. Consulta detalles en Ventanilla Única

Recursos 061 y RCP

Taller Acreditado de 3 horas con 2 ponentes. Confirmada ponencia de Dña. Maribel Chulilla. Detalles sobre inscripciones y créditos en marzo

ABRIL

12
MAYO

Día Internacional de las Enfermeras

Celebraremos el día de nuestra profesión homenajeando a la compañeras que cumplen 25 años, jubiladas y con actos en Teruel y Alcañiz para que todas podamos participar

7 Comunicación en el final de la vida

Taller acreditado e impartido por Tayra Velasco

8 Planificación Compartida de la Atención

Curso avanzado impartido por referentes en la materia

JUNIO

Organizados en colaboración con el Colegio de Médicos

SEPTIEMBRE

Jornadas Ciencia Enfermera

Como cada año, apoyaremos con estas jornadas la investigación enfermera colaborando así al posicionamiento de la enfermería como profesión sanitaria de primer nivel

Quemaduras

Taller acreditado organizado por el COE e impartido por Dña. M^a José Sánchez García, Unidad de Quemaduras de Vall d'Hebrón.

OCTUBRE

NOVIEMBRE

Pediatria

Taller acreditado con la colaboración de Dña. Teresa Tolosana, Presidenta del Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza

Politraumatizado

Taller acreditado de la mano de nuestra compañera Dña. Maribel Chulilla. Detalles en el último trimestre

DICIEMBRE

A esta programación se irán sumando otros cursos y participaciones en jornadas a medida que avance el año y te avisaremos mensualmente de la programación más detallada.

Suscríbete al grupo de Whatsapp o a las RRSS del COE y mantente informado.

También puedes consultar la Ventanilla Única que se abrirá para inscripción cerca de la fecha.

Queremos que sepas

Sabemos que conoces, como todos los colegiados, que desde el Colegio de Enfermería se ofrecen servicios de seguros de responsabilidad civil, o formación que desde la Junta negociamos con los proveedores habituales e históricos del Colegio y también con otros nuevos que pueden prestarnos servicios de utilidad para las enfermeras como colectivo profesional y también, por qué no, algunos para utilizar de forma personal.

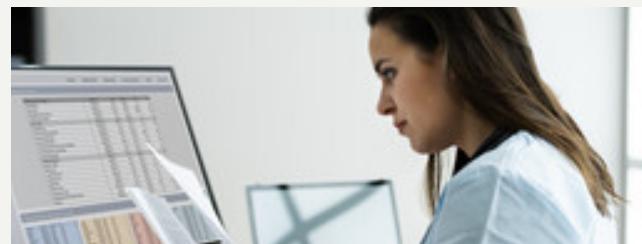
Nos esforzamos constantemente por fortalecer la comunidad de enfermería en Teruel, proporcionando herramientas y apoyo que contribuyan al crecimiento y desarrollo de cada profesional.

En el ámbito de formación, todos conocéis las plataformas de formación online [Salus One](#), [Instituto Superior de Formación Sanitaria ISFOS](#), y OPO Salud, a los que podéis acceder desde estos enlaces y desde la web del Colegio de Enfermería de Teruel y que nos ayudan a seguir aprendiendo y actualizando conocimientos y en muchos casos, incorporando programas gratuitos para cuidar de nuestra salud de manera personal como [Cuídate](#) de Salus One.

Nos preocupamos también de que puedas encontrar fácilmente portales de ofertas de empleo para nosotras. Mantenemos en la web accesos a la búsqueda de empleo y al desarrollo de la carrera profesional activos y actualizados, y encontrarás [bolsa de trabajo](#) y las ofertas de empleo públicas y privadas en la sección de la web [Ofertas de empleo](#), además de que recibirás información cuando se producen novedades a través de nuestros canales de e-mailing, de Whatsapp y RRSS.

Podemos ayudarte en casos concretos del trabajo, hemos puesto en marcha la [Asesoría de Documento de Voluntades Anticipadas](#), si necesitas hacer un DVA, envíanos el formulario y te llamaremos.

Para el desempeño de nuestro trabajo hemos firmado un acuerdo con [Arabrok](#) que incluye el Seguro de Responsabilidad Civil. Aprovechando esta circunstancia, hemos conseguido una serie de ventajas y la Revisión gratuita de tus seguros por Arabrok para que optimices tu protección sin duplicidades ni sobrecostes si solicitas la revisión de seguros sin compromiso [aquí](#).



Nuevo convenio firmado entre



TE PRESENTAMOS ALGUNAS DE LAS
VENTAJAS
A LAS QUE PUEDES ACCEDER
POR SER COLEGIADO Y CLIENTE
DE CAJA RURAL DE TERUEL

- ✓ Cuenta gratuita al domiciliar tu nómina, sin comisión de mantenimiento.
- ✓ Tarjeta gratuita, sin comisión de emisión ni mantenimiento.
- ✓ Declaración de la Renta gratuita, realizada por el equipo especializado de Caja Rural de Teruel.
- ✓ Seguros, puedes acceder a una amplia gama de seguros en **condiciones preferentes...** y si tienes alguno contratado con otra compañía puedes solicitar presupuesto sin compromiso.
- ✓ Si tienes tu hipoteca en otra entidad estudiarán tu caso para ofrecerte una oferta personalizada.

Si todavía no eres cliente de Caja Rural de Teruel, ellos se encargan de todo con su servicio de cambio de cuenta de forma gratuita, ¡para que no te preocunes de nada!

Además, Si eres **NUEVO COLEGIADO**
en 2024 CONSEGUIRÁS UNA
BONIFICACIÓN del **100%**
de tu cuota colegial el primer año



Más información en el Colegio Oficial de Enfermería de Teruel y en la red de oficinas de Caja Rural de Teruel.

El Colegio también te puede ayudar si necesitas una Asesoría Jurídica, quizás tengas una consulta y no sepas dónde acudir. A través de la secretaría del Colegio puedes solicitar una cita de asesoría jurídica con profesionales independientes.

En el apartado Contratos y Convenios os detallamos las condiciones de diversos servicios como limpieza, talleres mecánicos, o la Fundación Index para investigación, cuyos servicios especiales se han negociado para nuestro colectivo.

En Febrero hemos renovado el convenio de colaboración del Colegio con Caja Rural de Teruel que recoge importantes ventajas para el Colegio y sus Colegiados, como productos y servicios adaptados a sus necesidades en condiciones preferentes, y como novedad, la bonificación de la cuota colegial, en su primer año, a los Colegiados en 2024 y sean clientes de Caja Rural de Teruel.



Firma del acuerdo entre el Colegio de Enfermería de Teruel y Caja Rural

Te invitamos a conocer y aprovechar estos recursos y servicios que reflejan nuestro compromiso con la comunidad de enfermería en Teruel y a conocer y divulgar nuestra región con los enlaces a páginas locales.

ARABROK SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL

CONVENIO TALLERES RODI

ASESORÍA DE DOCUMENTO DE VOLUNTADES ANTICIPADAS

CUÍDATE DE SALUS ONE

ASESORÍA JURÍDICA

FUNDACIÓN INDEX

CAJA RURAL DE TERUEL

INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN SANITARIA ISFOS

CARRERA PROFESIONAL

OFERTAS DE EMPLEO

CONTRATO DE LIMPIEZA LIMPOMAR

REVISIÓN DE SEGUROS ARABROK

CONVENIO OPOSALUD-COE

SALUS ONE

PÁGINAS LOCALES DE INTERÉS



No.01



COLEGIO OFICIAL DE
ENFERMERÍA DE TERUEL

Revista Enferteruel

ENFERTERUEL.COM