

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,  
INTERIOR Y JUSTICIA

RELACIONES CIUDADANAS E  
INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

**SALUD**

CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD

DESARROLLO RURAL, MEDIO  
AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

## Problemas respiratorios y de la piel, procesos comunes más frecuentes tratados por las enfermeras y enfermeros de Atención Primaria

*Los navarros y navarras tienen una media de cerca de tres consultas al año con el servicio de Enfermería de su centro o consultorio de salud*

Jueves, 28 de diciembre de 2017

Problemas respiratorios comunes como catarros, gripes o dolor de garganta y afecciones de la piel causadas por agentes externos (heridas, picaduras, mordeduras, etc.) destacan entre los procesos agudos más frecuentes tratados por los y las profesionales de Enfermería de los centros y consultorios de salud de Navarra. Les siguen otros cuadros banales que afectan al aparato digestivo (como diarreas y vómitos), al urinario y al auditivo, dolencias todas ellas normalmente de sencilla solución con el consejo experto de las enfermeras y enfermeros de Atención Primaria.



En la imagen, Jaione Aranburu profesional del centro de salud de Huarte, Luis Gabilondo Director General de Salud y Maite Arizaleta, adscrita a la Gerencia de Atención Primaria.

Los denominados “procesos agudos autolimitados” son problemas de salud comunes que tienden a la resolución espontánea con los debidos autocuidados. Los tratamientos indicados en estos casos están dirigidos a paliar los síntomas o molestias hasta que el proceso se cura por sí mismo. La asistencia, asesoramiento y seguimiento al paciente que padece estas enfermedades destacan entre las principales funciones de las enfermeras y enfermeros de los centros y consultorios de salud, junto con el cuidado de pacientes crónicos y las actividades preventivas y de promoción de la salud.

El director general de Salud, Luis Gabilondo, ha destacado hoy la “importante capacidad resolutoria” que han adquirido las enfermeras y enfermeros de Atención Primaria, cuando se cumple una década de la puesta en marcha en fase piloto del Plan de Mejora de Atención Primaria. Este plan sentó las bases del modelo de atención de Enfermería tal como lo conocemos ahora, al incorporar a las funciones de este colectivo profesional la asistencia a procesos agudos y la valoración o triaje inicial en la atención de urgencias.

Según ha destacado Gabilondo, durante los últimos diez años el servicio de

Enfermería de Atención Primaria se ha consolidado como un “agente educativo fundamental” para que los y las pacientes navarros “recuperen y mantengan su capacidad de autocuidado” y eviten la “excesiva medicalización” de ciertos procesos. El doble objetivo es fomentar el “empoderamiento y corresponsabilidad” de la ciudadanía en el cuidado de su salud y lograr además que cada paciente acceda a la asistencia más adecuada a cada necesidad concreta,

a fin de lograr un uso más eficiente del sistema sanitario y una mayor satisfacción de sus usuarios y usuarias

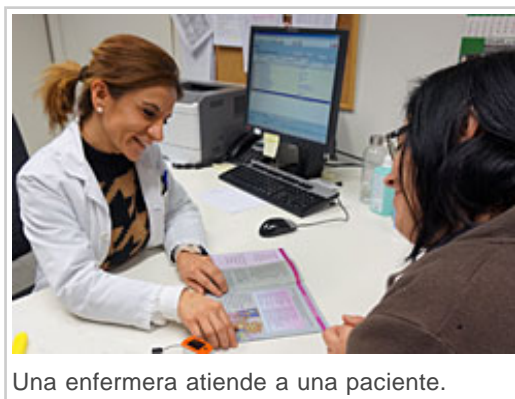
### **En torno a dos millones de consultas al año**

El director general de Salud ha aportado algunos datos sobre la actividad de Enfermería de Atención Primaria en una [rueda de prensa](#) que ha ofrecido acompañado de las enfermeras Maite Arizaleta, adscrita a la Gerencia de Atención Primaria, y Jaione Aranburu, profesional del centro de salud de Huarte.

Según el balance aportado, los navarros y navarras acuden una media de cerca de tres veces al año a la consulta de su enfermera o enfermero de cabecera, un agente sanitario ya consolidado como referencia para el seguimiento de pacientes crónicos y actividades preventivas y cada vez más demandado para la resolución de procesos comunes. En algunos centros de salud, ya está llegando a resolver más del 30% de estos casos agudos.

Este incremento del protagonismo de las enfermeras y enfermeros de Atención Primaria se viene reflejando en un aumento de la actividad. En 2017, a falta de contabilizar los datos del mes de diciembre, este colectivo profesional ha realizado 1.713.876 consultas, 43.433 más que las registradas en el mismo período del año pasado, un aumento que responde en buena medida al incremento de la atención de procesos agudos.

En la actualidad, la red de Atención Primaria cuenta con 635 enfermeras y enfermeros. El personal de Enfermería de los centros y consultorios de salud de Navarra está especializado en valorar las necesidades de las personas y proporcionar cuidados basados en la mejor evidencia. Para ello, cuenta con protocolos de asistencia unificados y en permanente revisión. Asimismo, las enfermeras y enfermeros son responsables de capacitar a la ciudadanía para alcanzar el mayor nivel de autocuidado posible. Cuentan además con la preparación y recursos necesarios para detectar signos de alerta que hagan necesaria una intervención médica.



Una enfermera atiende a una paciente.

### **Cuándo consultar a Enfermería**

Los y las profesionales de Enfermería están considerados el personal sanitario idóneo para la atención y el tratamiento de síntomas iniciales de enfermedades banales que no es adecuado medicalizar en exceso. Enseñan al paciente a reconocer los síntomas de alarma y ofrecen consejos de autocuidado y prevención para evitar recaídas.

Las citas con Enfermería contribuyen a resolver mejor y más rápido gran parte de los problemas comunes de salud. Se aconseja acudir a estas profesionales en los siguientes casos:

- Síntomas iniciales de procesos comunes en personas adultas: [catarros](#), [gripes](#), [molestias al orinar](#), [diarreas](#), [náuseas y vómitos](#), [dolor de garganta](#), dolor de oídos o [dolor dental](#).
- Heridas, quemaduras, curas, extracción de tapones en los oídos, [picaduras de insectos](#), [aftas](#) o [herpes](#).
- Alteración de hábitos (estreñimiento, insomnio, etc.)
- Apoyo emocional en situaciones de estrés.
- Necesidad de información o asesoramiento sobre vacunas, puericultura y cuidados de la

población infantil.

- Ayuda para dejar de fumar o perder peso.
- Seguimiento y autocuidados en pacientes crónicos.
- Consejo y autocuidados para evitar recaídas.

Cabe recordar que muchas dudas sanitarias se pueden resolver también por teléfono, sin necesidad de pasar por consulta o acudir al centro de salud. Mediante las denominadas “consultas no presenciales”, se puede contactar por teléfono con Enfermería para plantear dudas sobre cuidados o medicación, comentar la evolución, consultar dudas sobre síntomas iniciales o cuidados de puericultura y solicitar copias de informes, entre otras gestiones.

### **Teléfono, correo electrónico y web de consejo sanitario**

La actividad de Enfermería que se desarrolla durante el horario de apertura de los centros de salud está reforzada con el servicio de consejo que también se ofrece desde el [teléfono 948 290 290](tel:948290290), el email de consulta [consejosalud@navarra.es](mailto:consejosalud@navarra.es) y la web [www.consejosalud.navarra.es](http://www.consejosalud.navarra.es), que cuenta con contenidos realizados y revisados por personal de Medicina y Enfermería.

El teléfono de consejo sanitario, atendido por personal de Enfermería, resuelve dudas de lunes a viernes, entre las 14:30 a 21:30 horas, y los sábados, domingos y festivos, de 8:00 a 22:00 horas. Entre las consultas más frecuentes atendidas en este servicio destacan las dudas sobre la medicación (dosis, periodicidad, etc.) y sobre el tratamiento de enfermedades comunes. También realiza una importante labor en el campo del seguimiento de pacientes crónicos, con el objetivo de dar continuidad en horario de tarde y festivos a la atención que se presta en el centro de salud.