

# Breves en enfermería

## GINECOLOGÍA

### Entre el 30 y el 50% de las mujeres tiene disfunción sexual

“Las disfunciones sexuales femeninas son un problema de salud común e importante. Su incidencia aumenta con la edad y, según la mayoría de las estadísticas, afecta del 30 al 50% de las mujeres”, indica la doctora Zaida Hernández, especialista en medicina física y rehabilitación del Hospital Universitario Insular de Gran Canaria.

La disfunción sexual es la alteración persistente de una o varias fases de la respuesta sexual (deseo, excitación y orgasmo) que provoca molestias y problemas al individuo. “No fue hasta la década de 1970 cuando se prestó atención a la rehabilitación de las disfunciones sexuales. [...] En el campo de las disfunciones sexuales, las mujeres han recibido relativamente poca atención y han sido infradiagnosticadas, por lo cual la mayoría no han recibido tratamiento”, explica la doctora.

#### Causas multifactoriales

La causa de la disfunción sexual es multifactorial. Así pues, “influyen factores médicos (vasculogénicos, neurogénicos, musculogénicos, hormonales...) y factores psicosociales”. En efecto, “la alteración de algunos de estos factores puede propiciar disfunción sexual, produciendo un importante estrés personal, comprometiendo la salud de la mujer y su calidad de vida”, añade la conferenciante.

## TABAQUISMO

### Los profesionales de enfermería de Tarragona, dispuestos a dar ejemplo contra el tabaquismo

“Por una enfermería sin humo” es el lema del programa para dejar de fumar puesto en marcha por el Colegio Oficial de Enfermeras y Enfermeros de Tarragona mediante el que se busca hacer frente al reto de la cesación tabáquica entre los profesionales de enfermería de la provincia y sus familiares.

La iniciativa, además de ofrecer asesoramiento a los profesionales y a sus familiares, establece el tratamiento más adecuado para lograr que el mayor número de pacientes fumadores abandonen este hábito.

Bien conocido es el importante papel que desempeñan los profesionales sanitarios en el proceso de cesación tabáquica de los fumadores, y sin embargo muchos de ellos continúan con su adicción. Este programa tiene como objetivo lograr que los profesionales sanitarios dejen de fumar y, por lo tanto, puedan transmitir de una forma más contundente a sus pacientes y a la sociedad la necesidad de abandonar el tabaco.

“Deseamos obtener el cien por cien de éxito, ya que el personal sanitario es el primero que ha de dar ejemplo y manifiesta voluntad de mejorar su salud”, afirma Anna Pedraza, presidenta del Colegio Oficial de Enfermeras y Enfermeros de Tarragona. Y añade: “Las enfermeras y enfermeros, como pilar básico de la sanidad, debemos liderar la batalla antitabáquica desde todos los frentes”.

Un enfermero y una enfermera de la junta directiva del colegio serán los encargados de dirigir una consulta especializada en el asesoramiento para dejar de fumar. En la primera visita se realizará una historia tabáquica completa, analizando perfiles de consumo y dependencia a la nicotina así como niveles de motivación. Posteriormente, en los casos en que sea necesario, se establecerá el tratamiento adecuado y se llevará a cabo su seguimiento con el objetivo de lograr las más altas tasas de abandono. El proyecto incluye la supervisión integral del proceso de dejar de fumar por parte de personal especializado en tabaquismo.

“Los datos a corto plazo en relación con la función sexual sugieren una alta incidencia de problemas sexuales en el posparto, la mayoría dispareunias (dolor al tener sexo) y pérdidas del deseo sexual.” Por el contrario, la experta asegura que “hay pocas publicaciones que evalúen los efectos a largo plazo sobre las relaciones entre el modo del parto (vaginal, vaginal con instrumentación, cesárea y cesárea electiva), los ejercicios de fortalecimiento del suelo pélvico, la incontinencia urinaria y la disfunción sexual”.

Por otra parte, las disfunciones sexuales como la dispareunia, el vaginismo

(imposibilidad de realizar el acto sexual debido a la contracción involuntaria de los músculos del tercio inferior de la vagina) y la vulvodinia (dolor y malestar en la vulva) están asociadas con dolor e hipertonia del músculo elevador del ano. “Es por ese motivo que el tratamiento rehabilitador supone una herramienta importante para abordar las disfunciones sexuales, a la vez que mejora la calidad de vida de las pacientes al tener efectos beneficiosos sobre la función sexual.”

En cuanto a la rehabilitación, la doctora Hernández sostiene que “los ejercicios de los músculos del suelo pélvico han mostrado en



algunos estudios una mejoría del potencial orgásmico en mujeres anorgásmicas con hipotonía (disminución del tono muscular) de los músculos del suelo pélvico y, en otros estudios más recientes, también se ha objetivado la mejoría del deseo sexual y la consecución del orgasmo”.

“Además –agrega la conferenciante–, el objetivo de la rehabilitación en el tratamiento de la dispareunia es reducir el dolor vaginal y la hipertonia de los músculos del suelo pélvico, mejorando la habilidad de las pacientes para controlar estos músculos, e incrementar la habilidad del tejido vaginal para tolerar el estiramiento.”

## EMERGENCIAS

### Enfermería edita un decálogo para concienciar a los ciudadanos sobre cómo actuar ante un accidente con heridos

El Consejo General de Enfermería presentó el pasado junio el decálogo de actuación ciudadana ante emergencias sanitarias en accidentes, para concienciar a los ciudadanos

sobre lo que deben y no deben hacer cuando se encuentren ante una situación con heridos por un accidente.

Con esta iniciativa, la enfermería pretende ofrecer una formación muy sencilla al ciudadano que, sin embargo, puede ayudar a salvar vidas. Según explicó el director gerente del SUMMA 112, Pedro Martínez Tenorio, colaborador en la elaboración del decálogo,

el objetivo de esta publicación es “concienciar a las personas de lo que puede suceder cuando se encuentren ante un accidente y cuáles son las medidas mínimas que deben tomar”.

El decálogo, distribuido en centros de salud y hospitales, se presentó durante un simulacro de emergencia sanitaria grave por accidente de tráfico, con más de 13 vehículos implicados y 190 víctimas, que la Escuela de Ciencias de la Salud de la Organización Colegial de Enfermería llevó a cabo en Tres Cantos (Madrid).

## HEMATOLOGÍA

### El 10% de las mujeres tiene anemia, la segunda enfermedad nutricional más extendida

La anemia ferropénica, o anemia provocada por la falta de hierro, afecta al 10% de las mujeres en los países desarrollados, mientras que esta cifra se multiplica por 4 en los países en vías de desarrollo.

Se trata, por tanto, de la segunda enfermedad nutricional más extendida después de la obesidad, según afirmó Santiago Navas, investigador de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Navarra, en las XV Jornadas de Nutrición Aplicada organizadas por el centro académico.

Esta enfermedad, según recordó el experto, la presentan varios grupos de riesgo: “principalmente, mujeres jóvenes y niños. En el caso de las mujeres jóvenes, la deficiencia de hierro puede llegar a afectar hasta al 33% de la población”, subrayó.

Asimismo, afirmó que el origen del problema puede encontrarse en varios factores: genéticos, de hábitos de vida y dietéticos. En este sentido, expuso, “la alimentación jugará un papel fundamental en la prevención, una vez que conozcamos bien los mecanismos reguladores y los componentes dietéticos que condicionan la absorción de hierro, e identifiquemos los compuestos alimentarios que favorecen la disponibilidad de este nutriente y permitan mejorar los depósitos de hierro en nuestro organismo”.

A pesar de que la anemia puede tener muchas causas, el experto de la Universidad de Navarra recomendó tomar alimentos ricos en hierro combinados con otros que potencien la absorción de este mineral, “como carnes y legumbres combinadas con productos ricos en vitamina C, como los pimientos”.

## PEDIATRÍA

### La caries infantil puede estar relacionada con la obesidad

Investigadores de la Universidad de Buffalo, en Estados Unidos, advierten de que el deterioro de los dientes de leche y la aparición de caries infantil pueden estar relacionados con la obesidad, según los resultados de una investigación que serán presentados en la reunión anual de la Sociedad Americana de Endocrinología en San Diego (California).

La caries es cada vez más frecuente en niños pequeños y, de hecho, estiman que puede afectar a entre el 5 y el 10% de los menores de entre 2 y 5 años. En paralelo, la obesidad infantil también ha crecido en los últimos treinta años, triplicando sus cifras de prevalencia, que ya alcanza al 20% de la población infantil.

Por ello, en este estudio

participaron un total de 65 niños de entre 2 y 5 años que habían sido intervenidos de caries. Tras analizar diferentes marcadores, como el peso y la altura, comprobaron que casi el 28% presentaba un índice de masa corporal (IMC) por encima del percentil 85, lo que indica sobrepeso u obesidad.

Además, los investigadores compararon estos datos con las encuestas a las que sometieron a los padres de estos menores, a fin de conocer sus hábitos alimentarios, y observaron que el porcentaje fue un 5% mayor en los que elaboraban mal su dieta, incluyendo en ella un fuerte consumo de bebidas azucaradas. En concreto, aproximadamente el 71% de los niños tenía una ingesta de calorías superior a las 1.200 por día que se estiman para este grupo de edad.

“Lo fundamental de estos hallazgos es que una mala nutrición puede relacionar la caries con la obesidad”, ha reconocido Kathleen Bethin, autora del estudio, que propone que la consulta del dentista es el “lugar ideal para educar a las familias sobre la nutrición y los riesgos de la obesidad y la caries”.

No obstante, señaló Bethin, “no encontraron diferencias en el total de calorías consumidas por los niños con sobrepeso y peso saludable”, por lo que “el problema no es comer en exceso, per se, sino seleccionar el alimento adecuado”.

Bethin y su equipo están analizando ahora si los niños con sobrepeso comen más azúcar procesado y tienen otros hábitos no saludables de alimentación en comparación con los niños de peso normal.



## ONCOLOGÍA

### Un análisis de sangre podría bastar para detectar un cáncer

Un equipo de científicos británicos ha presentado una investigación preliminar sobre un análisis de sangre capaz de detectar anticuerpos específicos de los antígenos de las células cancerosas presentes en el suero de personas, hasta 5 años antes de que su enfermedad se manifieste de alguna forma, según publica *El Mundo*, basándose en una información del británico *The Times*.

Los resultados del estudio, realizado por un equipo de la compañía Oncimmune, fueron presentados en el 46.º Congreso Anual de la Sociedad Americana de Oncología Clínica (ASCO) –la mayor reunión anual de oncología– celebrada en Chicago (Estados Unidos) del 4 al 8 de junio.

Según el rotativo londinense, el test podría estar disponible para su uso en el Reino Unido el primer semestre de 2011. En cualquier caso, será necesario que pase algún tiempo antes de conocer los resultados del ensayo clínico que se está llevando a cabo en varios cientos de pacientes para certificar su verdadera utilidad.

En cuanto a los alimentos que reducen la absorción del hierro, señaló algunos vegetales y bebidas, como el café o el té. "En este caso la recomendación no es evitar su consumo, sino hacerlo en comidas donde la ingesta de hierro es menor, como el almuerzo o la merienda", agregó.

## CONTROL DEL DOLOR

### La Sociedad Española del Dolor reclama la creación de un Área de Capacitación del Dolor en la Sanidad española

"Aunque por suerte cada vez hay más profesionales implicados en el tratamiento del dolor, la realidad es que, a diferencia de lo que ocurre en otros países europeos y en Estados Unidos, el dolor en España no se considera una especialidad médica. Por eso creemos muy necesaria la creación de un Área de Capacitación específica que prepare y acredite a los profesionales que vayan a prestar este servicio", señaló el doctor Manuel A. Camba, presidente de la Sociedad Española del Dolor (SED), durante la presentación del VIII Congreso de esta sociedad, celebrado en Madrid el pasado mayo. Tal como afirmó el doctor Camba, los principales beneficiarios de esas áreas de capacitación serían los pacientes, ya que estarían integradas por profesionales que, dentro de su especialidad, tengan formación en el tratamiento del dolor.

Respecto a la situación actual de las unidades de dolor –un total de 97 en España–, el doctor Camba señaló que éstas están bastante sobresaturadas, ya que, como media, cada una de ellas debe atender a mil pacientes nuevos cada año. Según los últimos estudios, el 18% de los españoles tiene

## REUMATOLOGÍA

### Cuatro de cada diez mujeres con masa ósea baja no recibe ningún tipo de tratamiento para la osteoporosis

El 42,6% de las pacientes que acuden a su médico con baja masa ósea y riesgo de cáncer de mama no recibe ningún tipo de tratamiento, según desvelan los resultados del estudio Osteo-Gail.

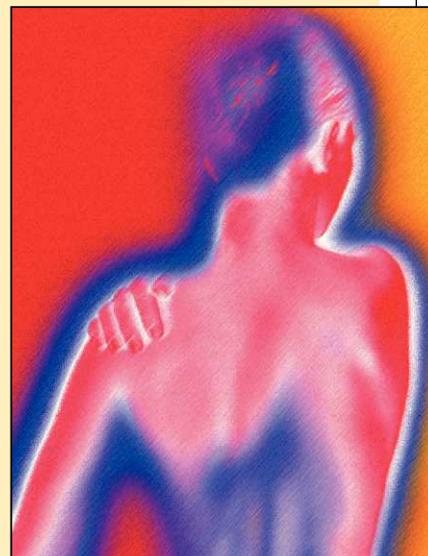
Ésta es una de las principales conclusiones de dicho estudio, desarrollado por el Instituto Palacios de Salud de la Mujer y presentado en el marco del XI Congreso de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia, celebrado recientemente en Málaga.

En el estudio se evaluó el manejo terapéutico de las mujeres posmenopáusicas de entre 50 y 65 años que tuvieran baja masa ósea y riesgo de cáncer de mama (medido con el test de Gail >1,66). Otra conclusión del estudio es que el 19,7% de las mujeres que participaron en el estudio, a las que se les realizó una densitometría con resultado de baja masa ósea, no acude a la consulta de un profesional sanitario.

En lo que respecta al tipo de tratamiento recibido en las pacientes que sí eran tratadas, el 33,2% tomaba calcio y vitamina D. Sólo el 1,9% recibía raloxifeno, un fármaco comercializado por Daiichi Sankyo para la prevención y el tratamiento de la osteoporosis. El raloxifeno, además, en Estados Unidos está aprobado desde 2007 en prevención primaria para reducir el riesgo de cáncer de mama en mujeres con alto riesgo de desarrollarlo (en España no tiene esa indicación).

Según afirma la doctora Carmen Menéndez, ginecóloga del Instituto Palacios de Salud de la Mujer, "tanto la osteoporosis como el cáncer de mama son problemas de salud prevalentes en la mujer después de la menopausia. Por tanto, es preocupante que haya todavía muchas mujeres con alto riesgo de fractura y con riesgo de cáncer de mama que no reciban el tratamiento adecuado".

En España hay aproximadamente dos millones de mujeres que tienen osteoporosis, y la prevalencia de esta enfermedad se sitúa en el 26,1% en las mujeres a partir de los 50 años. Además, el número de nuevos casos se incrementa notablemente, con un aumento del 54% en un período de tan sólo 14 años. Este incremento se ha producido más en mujeres (64%) que en hombres (19%).



algún tipo de dolor crónico, y de ellos el 11% presenta dolor intenso.

En cuanto a las novedades terapéuticas, destacó la presentación de la epiduroscopia. "Esta técnica, que supone abrir la vía laparoscópica al tratamiento del dolor, es un nuevo camino con mucho futuro debido a sus evidentes beneficios: el hecho de ser mínimamente invasiva, su mejor relación coste-eficacia y su menor agresividad quirúrgica. Con ella se vienen a solucionar problemas para los que hasta ahora había pocas respuestas, como, por ejemplo, liberar adherencias o ir a las raíces de los nervios

en el caso de algunas hernias", explicó el doctor José Ramón González-Escalada, secretario general de la SED y presidente del Congreso.

Durante esta reunión científica, también se abordaron las actualizaciones más recientes que se han incorporado a técnicas como la radiofrecuencia y la neuroestimulación medular, y se presentó el primer dispositivo de neuroestimulación para el tratamiento del dolor crónico en espalda y piernas, el cual, al detectar el cambio de postura del paciente, ajusta de forma automática la estimulación necesaria para aliviar el dolor.

En el campo de la farmacoterapia, además de las nuevas vías de aplicación (parches transdérmicos o aplicación sobre la mucosa oral o sublingual) de moléculas ya conocidas, se presentó el tapentadol, un medicamento con elevada eficacia tanto en el dolor neuropático como en el nociceptivo. "Este fármaco actúa parcialmente sobre el sistema opiáceo, pero sobre todo modulante de las vías descendentes del dolor, lo que le confiere unas características muy peculiares y grandes perspectivas en el mundo de la analgesia", explicó el doctor González-Escalada. 