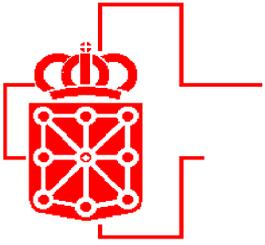


Atención de procesos agudos desde Enfermería

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN ATENCIÓN PRIMARIA

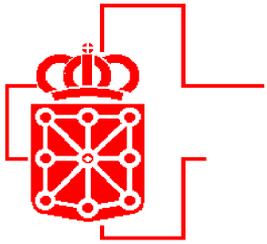


Objetivos



Corresponsabilidad y empoderamiento de los y las pacientes en el cuidado de su salud

Uso eficiente de los recursos públicos: ofrecer el servicio más adecuado a cada necesidad



Cifras de actividad

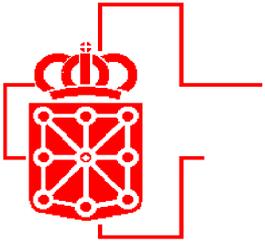


3 Consultas con Enfermería de Atención Primaria por habitante al año

1.713.876

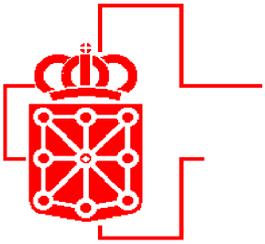
Consultas en los once primeros meses de 2017 (43.433 más que en el mismo período de 2016)

635 Enfermeras y enfermeros de Atención Primaria



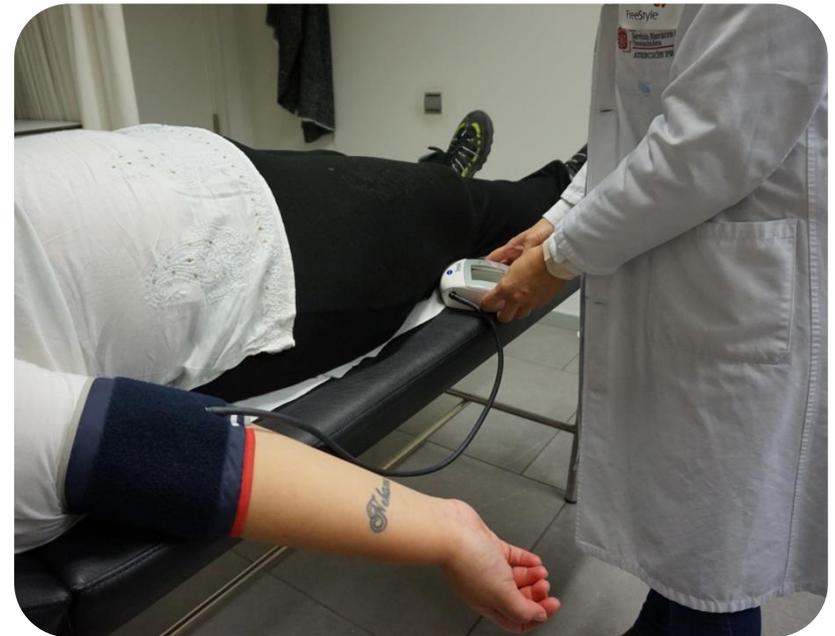
Modelos de atención

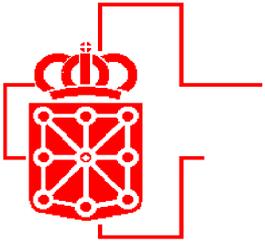
1. Intervención en Prevención y Promoción de la Salud
2. Atención a las Urgencias Médicas
3. **Atención a Enfermedades Agudas que tienden a la Resolución Espontánea**
4. Atención a Enfermedades Complejas y/o Severas
5. Atención a Enfermedades Crónicas y Factores de Riesgo
6. Atención a alteraciones de hábitos. Tabaco, obesidad, insomnio, estreñimiento, ejercicio, incontinencia, etc..
7. Atención a Problemas de Afrontamiento y Adaptativos
8. Atención a Problemas Emocionales y Relacionales
9. Atención a Problemas Sanitarios de Intervención Social Prioritaria
10. Atención a Pacientes con Altas Necesidades de Cuidados Domiciliarios



Conceptos clave

1. **No es recomendable medicalizar este tipo de procesos agudos**
2. **El objetivo es:**
 - que las personas recuperen y mantengan su capacidad de autocuidado
 - que conozcan los signos de alarma y cuándo han de solicitar ayuda profesional



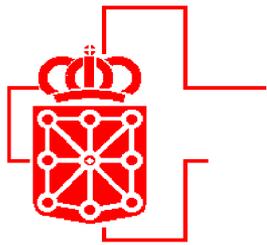


Definición de autocuidado



Son las **prácticas cotidianas** y las **decisiones sobre ellas** que una persona **realiza por propia decisión para cuidar su salud** con el propósito de fortalecer o restablecer su salud, prevenir la enfermedad o retrasar sus complicaciones.

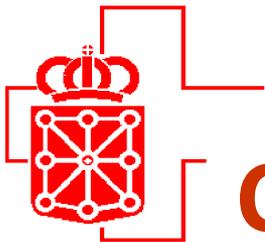
Ofelia Tobón Correa,
Enfermera, 2003



Atención a enfermedades agudas que tienden a la resolución espontánea

Mocos
Tos
Catarro Gripe
Dolor de garganta
Fiebre
Diarrea
Vómitos
Náuseas
Cistitis





Clasificación en área administrativa

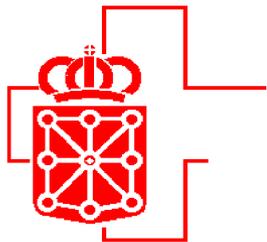


¿Qué necesita?

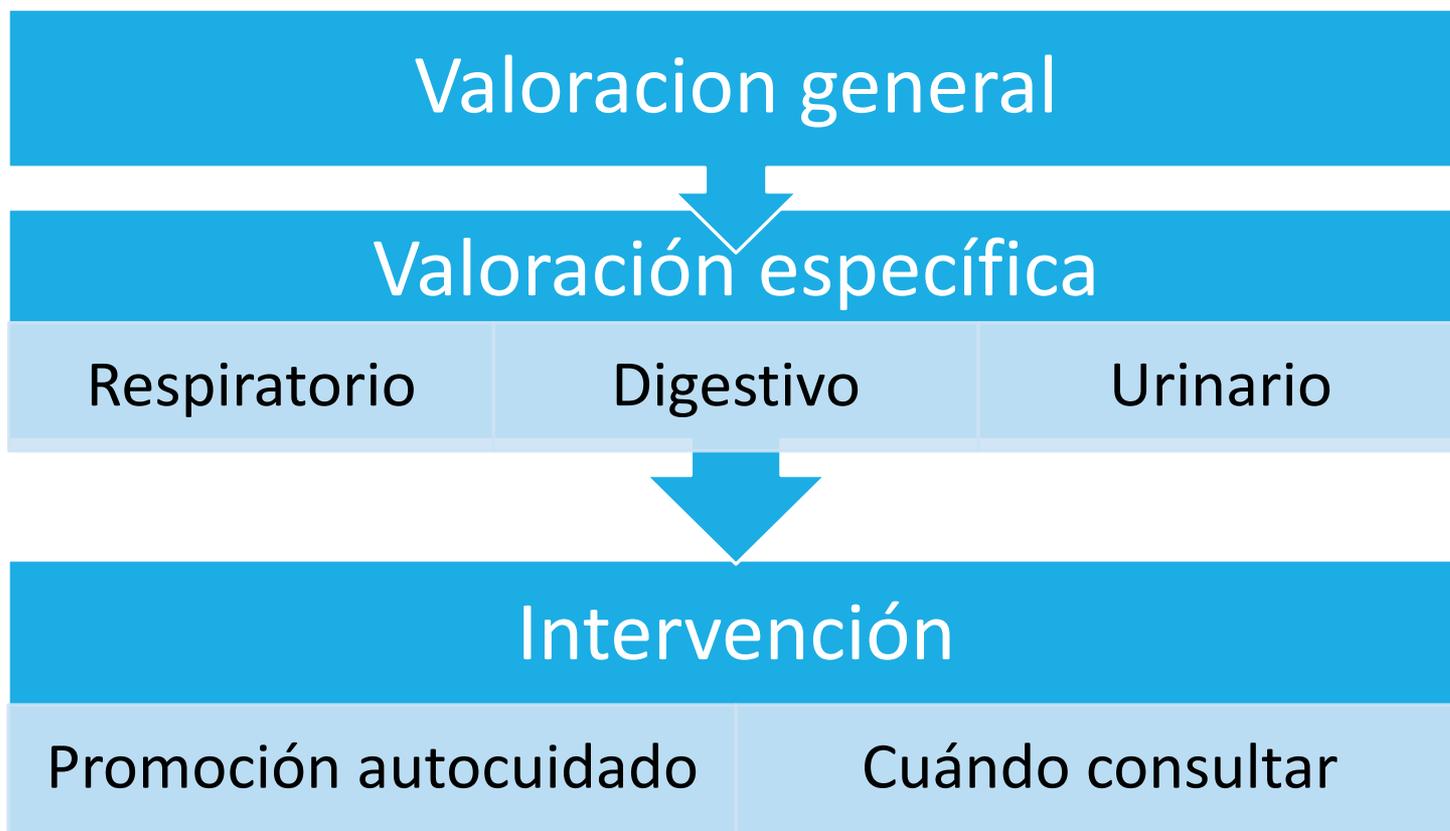
Cita día con enfermero/a

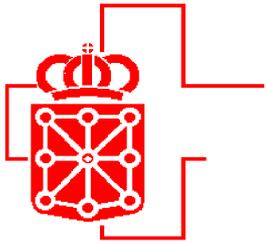
Cita día con médico/a

En caso de no cumplir criterios de atención por enfermera/o



Protocolo Autocuidados en procesos agudos comunes





Valoración general

**Motivo
de
consulta**

**Factores de
riesgo y signos
de alarma
generales**

Derivación a
médico/a

**Déficit de
conocimiento
Afrontamiento
inadecuado**

Derivación
enfermero/a

**Exploración
general básica**

Signos vitales

Dolor

Duración del
proceso

. AUTOCUIDADOS, PROCESOS AGUDOS

Valoración general Respiratorio Digestivo Urinario Boca/Garganta/Oídos/Piel Intervención

201205

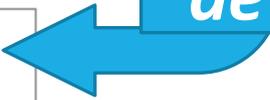
Motivo de consulta y características del proceso:

[Empty text box for consultation details]

FACTORES DE RIESGO

Sí No

- Embarazo
- Inmunosupresión
- Enf. crónica descompensada



Factores de riesgo

SIGNOS VITALES

T°: 0,0

Lugar toma: [Dropdown]

TAS (mmHg) 0,0 (82 - 05/06/2008)

TAD (mmHg) 0,0 (50 - 05/06/2008)

FC (lat/min) 0

Rítmico Sí No

DURACION DE LA CLINICA (días) 0

VALORACION DEL DOLOR [EVA]

Intensidad [Dropdown]

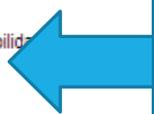
Localización [Dropdown]

Observaciones [Text box]

SIGNOS/SINTOMAS GENERALES DE ALARMA MOTIVOS DERIVACION MEDICA

Sí No

- Empeoramiento repentino estado gral
- Afectación importante del estado general
- Fatiga
- Somnolencia/ confusión/ irritabilidad
- Rigidez de nuca
- Vómitos en escopetazo
- Cefalea intensa



Signos de alarma

- Fiebre > 38°C durante 4 ó más días
- Temperatura > 40°C
- Duración de la clínica > 10 días
- Dolor intenso (EVA > 7) o no control del dolor

MOTIVOS DERIVACION ENFERMERIA

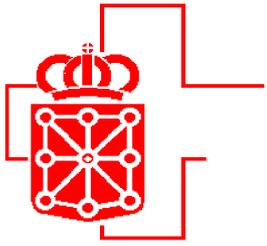
- Déficit conocimientos autocuidados cotidianos
- Afrontamiento inadecuado
- Afrontamiento exagerado
- Consulta frecuente por este motivo

Nº aproximado de episodios al año: 0

Servicio Navarro de Salud / Osasunbidea



Aceptar Cancelar



Valoración de procesos del aparato respiratorio



. AUTOCUIDADOS, PROCESOS AGUDOS

- Valoración general
- Respiratorio
- Digestivo
- Urinario
- Boca/Garganta/Oídos/Piel
- Intervención

FACTORES DE RIESGO Sí No

- Asma (moderada o grave)
- Enf. cardíaca
- Enf. hepática crónica
- Enf. metabólica. Diabetes en tto
- Enf. neuromuscular grave
- Enferm respiratoria crónica (EPOC, etc)
- Hemoglobinopatía, anemia o ausencia bazo
- Insuficiencia renal
- Menor de 18 con AAS
- Obesidad mórbida. IMC > 40

SIGNOS VITALES

F. Resp (resp/min)

Sat O2 (si difíc resp)

Exploración básica:

- Exp. orofaríngea normal Sí No
- Palpación adenopatías normal Sí No
- Exploración oídos normal Sí No

Exploración completa:

- Auscultación respiratoria normal Sí No

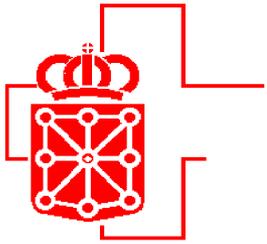
Observaciones

SIGNOS/SINTOMAS RESPIRATORIOS MOTIVOS DERIVACION MEDICA Sí No

- Sospecha de brote epidémico
- Dificultad para respirar o disnea
- Dolor en el pecho o en punta de costado
- Expectoración verdosa o sanguinolenta
- Tos húmeda y productiva
- Aparición de manchas en la piel
- Arritmia nueva
- Cianosis o palidez de piel y mucosas
- Lesiones en boca distintas a eritema
- Otoscopia: presencia de exudado

Auscultación respiratoria alterada

- TAS < 100
- Tª > 38° (si gripe >40°)
- Frec resp > 24 / min
- FC > 100 /min



Intervención

Cuidados

Conocimientos
deficientes

Afrontamiento
inefectivo

Medicación recomendada

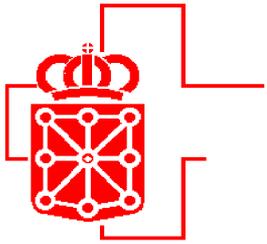
Información
tratamiento

Basado en
botiquín casero

Información por escrito

Cuidados

Signos de
alarma



Información para pacientes

- Definición del proceso
- Pautas de actuación
- Medidas basadas en cuidados básicos
- Tratamiento sintomático basado en de botiquín casero (OMS)
- Instrucciones de seguimiento (vigilancia y valoración) y de cuándo acudir o llamar al Centro de Salud

GRUPE

Guía de Consejos y Cuidados del paciente

¿Qué es la gripe?

La gripe es una enfermedad causada por virus. Habitualmente es leve y se cura en poco tiempo (una o dos semanas) sin complicaciones. Empieza bruscamente con escalofríos, fiebre alta, dolor muscular, dolor de cabeza y malestar general. También puede aparecer tos, dolor de garganta, mucosidad y lagrimeo. Las mayores molestias las tendremos los primeros 2 ó 3 días, que es cuando es más activa. Las molestias van a durar al menos una semana y si no nos curamos se pueden complicar. No hay ningún medicamento que evite estas complicaciones.

¿Qué podemos hacer?

Probablemente usted se sentirá débil y cansado, esto no quiere decir que precise atención profesional. Usted es perfectamente capaz de cuidarse en casa.

Debe vigilar la aparición de fiebre alta, la aparición de cualquier otro síntoma no descrito anteriormente o si no mejora pasadas 72 horas.

Pautas de actuación para prevenir:

Para prevenir el contagio conviene llevar una vida lo más sana posible para tener buenas defensas: alimentación saludable, ejercicio físico diario, descanso suficiente, reducción del estrés, no fumar y evitar enfriarse.

Estos virus se transmiten a través de las gotitas expulsadas al toser y al estornudar. Por eso se transmiten de persona a persona y al tocar objetos contaminados y tocarse luego la nariz, por lo que es muy importante lavarse a menudo las manos, utilizar pañuelos desechables y taparse la nariz al toser o estornudar para evitar el contagio.

En epidemia de gripe evite frecuentar lugares públicos y aglomeraciones, sobre todo niños o personas con riesgo de complicaciones (ancianos, enfermos crónicos, personas inmunodeprimidas...). Para evitar la propagación de la enfermedad, por su bienestar y por no tener unas condiciones adecuadas de atención es mejor que los niños enfermos no acudan a la escuela o guardería.

Si usted
motivo se

Que deb

Para ser
probablem
manteniar
de asigan

CATARRO

Guía de Consejos y Cuidados del paciente

¿Qué es un catarro?

El catarro es una enfermedad leve causada por varios tipos de virus (Rinovirus, Coronavirus...) que, habitualmente, dura alrededor de una semana, aunque en algunas ocasiones puede durar algo más. Generalmente, afecta a la parte alta del aparato respiratorio y sus principales síntomas son: estornudos, tos, mocos, congestión nasal, lagrimeo, dolor de garganta y de cabeza. La fiebre no es frecuente y si aparece, tan solo es de unas décimas.

El catarro es un enfermedad que se cura sola y aunque es un proceso molesto, no precisa atención profesional. Usted es perfectamente capaz de cuidarse en casa.

¿Qué podemos hacer?

Probablemente usted se sentirá débil y cansado, esto no quiere decir que precise atención profesional. Usted es perfectamente capaz de cuidarse en casa.

Debe vigilar la aparición de fiebre alta, la aparición de cualquier otro síntoma no descrito anteriormente o si no mejora pasadas 72 horas.

Pautas de actuación:

Los catarros suelen cursarse en una o dos semanas sin necesidad de antibióticos, con sequedad y algunos cuidados. En general se aconseja:

- Descansar lo suficiente, especialmente mientras tiene fiebre.
- Beber más agua. Las infusiones, los zumos de frutas y los caldos suaves, también son buenos ya que nos ayudan a ablandar el moco y mantienen la nariz y la garganta húmeda.
- Beber también es importantes si usted tiene fiebre, pues la fiebre nos hace perder mucho líquido y puede ocasionar deshidratación. Esto es muy importante en personas mayores.
- No fumar, ni respirar aire con humo de tabaco, ni frecuentar ambientes cargados. No frecuentar sin necesidad lugares concurridos y aglomeraciones.
- Para aliviar las molestias de la tos chupar caramelos duros o pastillas para la garganta puede ser muy refrescante, dado que incrementa la producción de saliva. A menudo esto es tan efectivo como los remedios más costosos.
- Protegerse del frío y evitar los cambios bruscos de temperatura.
- No beber alcohol, ni tomar café ya que tiene efectos de sequedad.
- Tomar duchas calientes para aliviar la congestión, puede ser conveniente humidificar el ambiente y realizar vahos o inhalaciones de vapor de agua.

Beberemos mucho líquido como agua, zumos de fruta, caldos de verdura e infusiones y comeremos alimentos ligeros según nuestras preferencias. No compartiremos vasos, cubiertos etc.

Hacer vahos o inhalaciones de vapor de agua y beber abundantes líquidos ayuda a respirar mejor y a eliminar la mucosidad. Evitaremos fumar, respirar aire con humo de tabaco y evitar los ambientes cargados.

No protegeremos del frío y evitaremos cambios bruscos de temperatura. Ventilaremos nuestra habitación varias veces al día.

Tratamiento con fármacos:

No hay tratamiento para la gripe, es un proceso que se resuelve solo. Los antibióticos no sirven para tratar los virus. Todo lo que usted puede hacer para sentirse mejor es tratar los síntomas mientras dura el proceso.

Como tratamiento sintomático puede tomar analgésicos - antitérmicos (como el paracetamol) siguiendo las instrucciones del prospecto. Este tipo de medicamentos le alivia de todas las molestias de la gripe, por esto siga tomándolo aunque no tenga fiebre.

La fiebre puede disminuir también frotando la piel con una esponja empapada en agua tibia o tomando una ducha. No es recomendable utilizar aspirina en menores de 16 años sin indicación de un profesional médico.

Vigilar y acudir o llamar al Centro de Salud si:

- Si una persona mayor o débil y sus síntomas son graves, o no mejoran en 48 horas, a pesar de seguir las medidas recomendadas y no se le alivia con la medicación.
- Si una persona que tiene dificultad respiratoria o sensación de falta de aire, dolor en pecho o costado, le aparecen manchas por el cuerpo, tenga un intenso dolor de cabeza o confusión, rigidez de cuello dorsales cuando dobla su cabeza hacia delante o dolor en los ojos cuando se exponen a la luz.
- La fiebre que sigue alta pasadas 72 horas
- Empeoramiento del estado general.

Medidas higiénicas:

Las manos son el principal vehículo de transmisión de las infecciones. Lávese las manos frecuentemente.

Utilice pañuelos desechables y tápese la nariz al toser y/o estornudar.

Tratamiento con fármacos:

No hay tratamiento para la gripe, es un proceso que se resuelve solo. Los antibióticos no sirven para tratar los virus. Todo lo que usted puede hacer para sentirse mejor es tratar los síntomas mientras dura el proceso.

Como tratamiento sintomático puede tomar analgésicos - antitérmicos (como el paracetamol) siguiendo las instrucciones del prospecto. Este tipo de medicamentos le alivia de todas las molestias de la gripe, por esto siga tomándolo aunque no tenga fiebre.

La fiebre puede disminuir también frotando la piel con una esponja empapada en agua tibia o tomando una ducha. No es recomendable utilizar aspirina en menores de 16 años sin indicación del médico. Puede utilizar descongestionantes nasales, suero fisiológico o agua salada para reducir la congestión nasal y facilitar la respiración nasal. Los inhaladores y espirales son de uso individual.

La tos puede ser seca o productiva y nos ayude a eliminar la mucosidad y por lo tanto no conviene suprimirla. Si nos molesta podemos tomar antisépticos bucales o caramelos para el dolor, y según el tipo de tos: jarabes expectorantes (facilitarán la salida del moco) o antitusígenos (para inhibir el reflejo de la tos).

Vigilar, acudir o llamar al Centro de Salud si:

- Si existe un aumento de la dificultad respiratoria o la expectoración es viscosa o sanguinolenta.
- Si existe fiebre alta, si la fiebre dura más de 3-4 días o reaparece tras haber estado sin fiebre durante 24 horas.
- Si aparece dolor en el pecho o en el costado.
- Si presenta dolor o supuración de oídos.
- Si los síntomas duran más de 10 días o empeoran.
- Si la tos no disminuye pasados los días, es intensa y dificulta las actividades normales.
- Cuando sean pacientes con riesgo: niños pequeños, embarazadas, ancianos, personas con una enfermedad crónica o inmunodeprimidas.

Puede consultar con su enfermera de su centro de salud todas las dudas que tenga.

Guías cuidados

Fiebre
Catarro

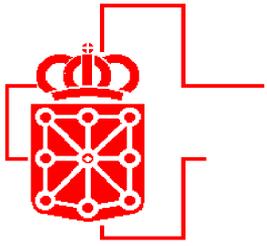
Dolor de garganta
Síndrome gripal

Diarrea
Vómitos

Molestias al orinar
Dolor dental

Herpes labial / Aftas
Dolor en los oídos

Picaduras



Intervención de Enfermería

Seguimiento

Alta

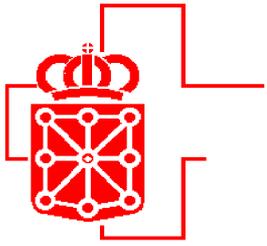
Revisión en
consulta

Llamada
telefónica

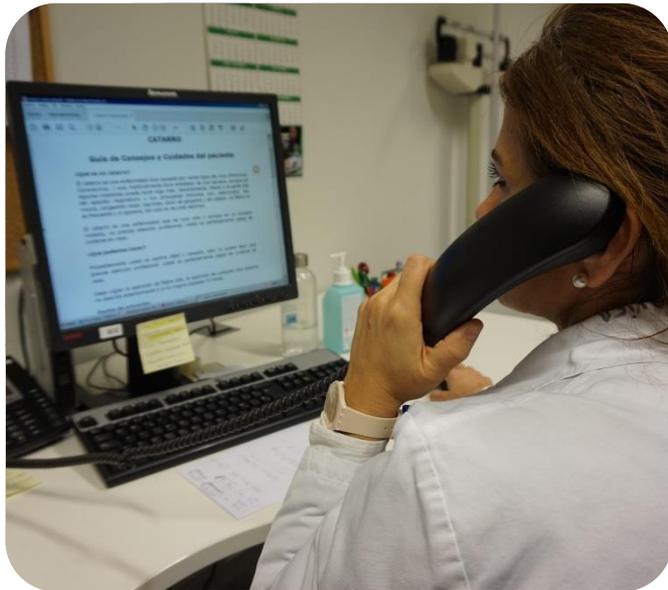
Derivación a médico/a

Factores de
riesgo

Proceso no
agudo



Recursos adicionales



ATENCIÓN TELEFÓNICA

- Consultas no presenciales con profesionales de Enfermería del Centro de Salud
- Fuera del horario habitual del Centro de Salud, teléfono de consejo 948 290 290.

(de lunes a viernes de 14.30 a 21.30 y fines de semana y festivos de 8 a 22.00)

E-MAIL DE CONSULTA

consejosalud@navarra.es

WEB DE CONSEJOS

www.consejosalud.navarra.es



Muchas gracias por venir
Eskerrik asko etortzeagatik

