



# *Ruta enfermera*

**CÓRDOBA**

**12, 13 Y 14 DE MARZO**

**LUCENA**

**15 MARZO**



**PASEO DE LA VICTORIA**

**10-14H / 16-20H**



**AVANCEMOS JUNTOS**



**TU ENFERMER@ Y TU SALUD**



**COLEGIO OFICIAL DE  
ENFERMERÍA DE CÓRDOBA**



**Consejo General de Colegios Oficiales  
de Enfermería de España**

La "Ruta Enfermera" es la mayor campaña de visibilidad enfermera que se ha hecho hasta ahora en España, y llegará a Córdoba capital entre los días 12 y 14 de marzo de 2024, y el día 15 en Lucena, para promover hábitos saludables entre cordobeses de todas las edades a través de un gran tráiler sanitario que estará atendido por enfermeras cordobesas.

Charlas, talleres prácticos, educación para la salud, pruebas diagnósticas y más actividades se darán cita en este enorme camión para fomentar hábitos saludables entre la ciudadanía en general, y entre grupos escolares, asociaciones de pacientes y distintos colectivos que visitarán el tráiler a lo largo de las jornadas; a los que también se les entregará material divulgativo y didáctico.

La "Ruta Enfermera" es un proyecto que arrancó el pasado mes de mayo de 2023, organizado por el Consejo General de Enfermería de España y los Colegios provinciales de Enfermería, por el cual este gran tráiler sanitario lleva recorridas 44 capitales y grandes ciudades de provincias españolas, promoviendo la salud y visibilizando la labor de las enfermeras, y tras pasar por Córdoba visitará otras 19 ciudades más.

## TALLERES



## HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES



RCP



MEJORA TU SALUD



# INTRODUCCIÓN

# PROGRAMA

## MAÑANA

10:30-11:30 **Inauguración** con autoridades y rueda de prensa.

11:30 Alimentación saludable: **Desayunos saludables**. M<sup>o</sup> Ángeles Alarcón Roldán. Enfermera especialista pediátrica. Consulta dietética de enfermería pediátrica. H.U.R.S. **ZONA INTERIOR**

11:30 **RCP básica y visita de unidad móvil**. Equipo enfermero del Centro de emergencias 061. **ZONA EXTERIOR**

12:30 **Autocuidado emocional**. Margarita Muñoz Mora (EIR Salud Mental) y José Luque Guijarro (EIR Salud Mental). H.U.R.S. **ZONA INTERIOR**

12:30 **Atragantamientos en niños**. Isabel Millán Blanco. Enfermera especialista pediátrica. H.U.R.S. **ZONA EXTERIOR**

13:30 **¿Qué debo saber de las vacunas?**. Gregoria Ropero Guerrero. Enfermera del Servicio de Medicina preventiva y salud Pública. H.U.R.S. **ZONA INTERIOR**

## TARDE

17:00 **Protección no es solo contracepción**. Juan Francisco Muñoz Delgado. Matrn Distrito Sanitario Córdoba Sur. **ZONA INTERIOR**

17:00 **RCP básica y visita de unidad móvil**. Equipo enfermero del Centro de emergencias 061. **ZONA EXTERIOR**

18:00 **Alimentación saludable**. Ana Paz Risco (EIR Pediátrica) y Andrea Carrasco Cortés (EIR Pediátrica). H.U.R.S. **ZONA INTERIOR**

19:00 **Signos y síntomas del ICTUS**. Lourdes Sánchez González. Enfermera de Urgencias/UCI Hospital Cruz Roja. **ZONA INTERIOR**

**JUEGO DE LA OCA DE LA SALUD TODO EL DÍA EN ZONA EXTERIOR**

# 12 MARZO

# MARTE

## MAÑANA

10:30 **Estrés y Ansiedad.** Julia Martínez Urbano (EIR Salud Mental), Ana Atienza Sánchez (EIR Salud Mental) y Elena Escribano Romero (EIR Salud Mental). H.U.R.S.

**ZONA INTERIOR**

10:30 **RCP básica y visita de unidad móvil.** Equipo enfermero del Centro de emergencias 061. **ZONA EXTERIOR**

11:30 **Lactancia materna: posturas y buen agarre.** Ana Cristina Toledano Losa. Enfermera especialista pediátrica. H.U.R.S. **ZONA INTERIOR**

12:30 **Importancia de la Higiene de manos.** Julia Montalvo Pérez (Enfermera del Servicio de Medicina preventiva y salud Pública. H.U.R.S. **ZONA INTERIOR**

13:00 **“Comerte Córdoba de forma saludable”.** José David Lanza junto a Claudia Rivas Cruces, Gloria Serrano Corbaton e Isabel Clavero Moreno (EIR Familiar y comunitaria Distrito Sanitario Córdoba Guadalquivir). **ZONA EXTERIOR**



13:30 **Atención a la mujer maltratada.** María Sierra Villegas, y José Delgado Limones, miembros de la comisión de violencia de género del Hospital San Juan de Dios de Córdoba. **ZONA INTERIOR**

## TARDE

17:00 **Taller de fertilidad: pensamientos y emociones.** Ana Isabel González Simancas (Matrona Hospital Infanta Margarita). Distrito Sanitario Córdoba Sur. **ZONA INTERIOR**

17:00 **RCP básica y visita de unidad móvil.** Equipo enfermero del Centro de emergencias 061. **ZONA EXTERIOR**

17:45 **Fiebre en la infancia.** Sergio García López (Enfermero Especialista Pediátrico). Centro de Salud Palma del Río. **ZONA INTERIOR**

18:30 **Tristeza y Depresión, ¿es lo mismo?.** Isabel M<sup>o</sup> Cano Montes y Silvia Elena Jiménez Izquierdo (Unidad de Salud Mental Comunitaria Lucena). Distrito Sanitario Córdoba Sur. **ZONA INTERIOR**

19:00 **Nutrición en el paciente nefrológico.** Carmen Ramírez Moreno y Sonia Sánchez Gallardo (Enfermeras del Servicio de Nefrología). H.U.R.S. **ZONA INTERIOR**

**JUEGO DE LA OCA DE LA SALUD TODO EL DÍA EN ZONA EXTERIOR**

# 13 MARZO

# MIÉRCOLES

## MAÑANA

10:30 **Higiene de manos.** Ángel Manuel Bermudo García. Enfermero del Servicio de Preventiva del Hospital Quirón. **ZONA INTERIOR**

10:30 **RCP básica y visita de unidad móvil.** Equipo enfermero del Centro de emergencias 061. **ZONA EXTERIOR**

11:30 **Taller del relojero: cómo cuidar de tus ritmos biológicos.** Pablo López Soto. Enfermero investigador y profesor doctor de la UCO. Grupo IMIBIC. **ZONA INTERIOR**

12:30 **Hábitos de vida saludable: la mejor prevención.** Francisco Rubio Osuna. Enfermero del Servicio de Medicina preventiva.H.U.R.S. **ZONA INTERIOR**

13:00 **Lactancia materna. Primeros pasos para una instauración adecuada.** Laetita Crosse (Matrona H.U.R.S.) y Laura Moreno (Matronas Hospital Quirón). Consultoras internacionales de lactancia (IBCL). **ZONA INTERIOR**

## TARDE

17:00 **Viviendo con atención plena.** Alba M<sup>o</sup> Baltanás García y Marta Rodríguez López (Unidad de Salud Mental Comunitaria Cabra). Distrito Sanitario Córdoba Sur. **ZONA INTERIOR**

17:00 **RCP básica y visita de unidad móvil.** Equipo enfermero del Centro de emergencias 061. **ZONA EXTERIOR**

18:00 **Aprendiendo sobre Diabetes.** Francisco Ariza Jurado, María Carretero Serrano, Manuel Jaén Tejederas y Cristina Baena González (EIR Familiar y comunitaria). Distrito Sanitario Córdoba Guadalquivir. **ZONA INTERIOR**

19:00 **Salud y Género.** Brígida Jurado Calván y Rafaela Rodríguez Ruiz (Enfermeras del Equipo de atención a la mujer). Distrito Sanitario Córdoba Guadalquivir. **ZONA INTERIOR**

**JUEGO DE LA OCA DE LA SALUD TODO EL DÍA EN ZONA EXTERIOR**

# 14 MARZO

# JUEVES



RONDA  
PASEO VIEJO

# LUCENA

## MAÑANA

10:30 **Inauguración** con autoridades y rueda de prensa.

11:30 **Alimentación saludable: Desayunos saludables.** Nuria Quirós Jurado (Enfermera especialista pediátrica). Hospital de A.R. Puente Genil. Distrito Sanitario Córdoba Sur. **ZONA INTERIOR**

11:30 **RCP básica y visita de unidad móvil.** Equipo enfermero del Centro de emergencias 061. **ZONA EXTERIOR**

12:30 **Tips para un climaterio saludable.** Manuela Sánchez Romero (Matrona). H.U.R.S. **ZONA INTERIOR**

13:30 **Mitos y realidades sobre violencia de género.** Equipo de violencia de género. Distrito Sanitario Córdoba Sur. **ZONA INTERIOR**

## TARDE

17:00 **Conoce qué método anticonceptivo se adapta a ti.** Irene Barba Jiménez (Matrona en los centros de salud de Rute, Benamejí e Iznájar). Consultora internacional de lactancia (IBCL). Experta en nutrición y alimentación infantil. **ZONA INTERIOR**

17:00 **RCP básica y visita de unidad móvil.** Equipo enfermero del Centro de emergencias 061. **ZONA EXTERIOR**

18:00 **Calendario de vacunaciones 2024:** Vacunaciones recomendadas para todas las edades. Alicia M<sup>o</sup> Cosano Navas (EIR Familiar y comunitaria). Zona Básica de Salud Cabra. Distrito Sanitario Córdoba Sur. **ZONA INTERIOR**

19:00 **Tristeza y Depresión. ¿Es lo mismo?** Silvia Elena Jiménez Izquierdo (Unidad de Salud Mental Comunitaria Lucena) Distrito Sanitario Córdoba Sur **ZONA INTERIOR**

**JUEGO DE LA OCA DE LA SALUD TODO EL DÍA EN ZONA EXTERIOR**

# 15 MARZO

# VIERNES



# Ruta enfermera



COLEGIO OFICIAL DE  
ENFERMERÍA DE CÓRDOBA



Consejo General de Colegios Oficiales  
de Enfermería de España



**AVANCEMOS JUNTOS**   
**TU ENFERMER@ Y TU SALUD**