



*Ruta enfermera*

20  
24

# ALMERÍA

6,7,8 y 9 de febrero



**Parque de las Almadrabillas, junto al club náutico.**



Consejo General de Colegios Oficiales  
de Enfermería de España



Colegio Oficial de  
Enfermería de Almería

# PROGRAMA

feb  
2024

6

martes

- 10:30 | **Inauguración**
- 11:30 | Violencia de género y enfermería.Herramientas de afrontamiento (Paula Espinoza, Enfermera).
- 12:30 | Cuidados Intimos de la mujer (M<sup>º</sup> Carmén Cano y M<sup>º</sup> Carmén San Martín. especialistas Enfermería obstétrica.
- 13:30 | Higiene del sueño (Inma Cid, Enfermera).

---

- 17:00 | Atención Plena: Mindfulness (Marisol Parralo, Enfermera).
- 17:45 | Ejercicio Físico y salud (Ana Ortíz, Enfermera).
- 18:30 | Prevención de infecciones respiratorias (Emilia Galindo,especialista Enfermería trabajo).
- 19:30 | Estrés: Amigo o enemigo (Paco Aguilera,Enfermero).

7

Miércoles

- 10:30 | Prevención ICTUS (Enfermeras trailer).
- 11:30 | Duelo perinatal (Veronica especialista Enfermería obstétrica ginecológica y salud mental).
- 12:30 | Prevención infecciones de transmisión sexual en adolescentes (Tania Saez, Enfermera y sexóloga).
- 13:30 | Técnicas de relajación (Maria Mar García,Enfermera especialista salud mental).

---

- 17:00 | Lactancia Materna (Tania Sáez, Enfermera y sexóloga, M<sup>º</sup> Cano, Enfermera y María Mar Murillo,Enfermera).
- 17:45 | Atención Plena: Mindfulness (Marisol Parralo, Enfermera).
- 18:30 | Sexualidad en la menopausia (Tania Sáez,Enfermera y sexóloga).
- 19:30 | Cuidado de la piel para persona movilidad reducida (Miguel Company,Enfermero).

8

Jueves

- 10:30 | Celiaqua (Enfermeras trailer)
- 11:30 | Manejo y uso de inhaladores (Juan Cara,Enfermero).
- 12:30 | Prevención Accidentes del hogar (Loli Ubeda,Enfermera).
- 13:30 | Cuidados íntimos de la juventud (M<sup>º</sup> Carmen Cano,especialista Enfermera obstétrica ginecológica

---

- 17:00 | Alimentación Saludable (Eliores Martínez,Enfermera e Inma Martínez, Enfermera).
- 17:45 | Detección precoz ICTUS y actuación (Jose Miguel Garrido,Enfermero).
- 18:30 | Estrés:Amigo o enemigo (Paco Aguilera,Enfermero).
- 19:30 | Prevención del cáncer colon rectal.(Nury Iriarte,Enfermera y Priscila Cazoria,Enfermera).

9

Viernes

- 10:30 | Vacunacion (Enfermeras trailer)
- 11:30 | Mantente sano: Lavate las manos(Para niños) , (Emilia Galindo, especialista Enfermería trabajo).
- 12:30 | Como preparar un botiquin en casa (Loli Ubeda,Enfermera).
- 13:30 | Detección del ICTUS por la población Infantil (M<sup>º</sup> Carmen Cano, y M<sup>º</sup> Carmen San Martín, especialistas en Enfermería obstétrica ginecológica

---

- 17:30 | Higiene del sueño (Inma Cid, Enfermera).
- 18:30 | Voluntades vitales anticipadas (Álvaro Tortosa,Enfermero)
- 19:30 | Prevención de las infecciones de transmisión sexual (Tania Sáez,Enfermera y sexóloga y María Murcia, Enfermera).

**TALLERES RCP/ATRAGANTAMIENTOS DE 11-12 Y DE 18 A 19 HORAS Y JUEGO DE LA OCA CUANDO HAYA NIÑOS.TODOS LOS DIAS.**