

Cuidando Neonatos

Rosario tiene los ojos inquietos que miran fijamente cuando te habla, aunque en ocasiones no pueda evitar el rubor de sus mejillas. No te confíes: es una mujer de carácter firme y acción resuelta. La conocimos cuando nació su Blog Cuidando Neonatos, apadrinada por nuestra queridísima Fina Monzón, que tal vez le dio ese último empujón que todos necesitamos cuando nos preguntamos si es buena idea. Lo era. Hoy el blog de Rosario es un auténtico referente en la Enfermería neonatal, que ha traspasado la barrera del control de Enfermería y ha llegado con enorme potencia a los que somos padres y buscamos consejo para cuidar a esos locos bajitos...

Si bien es cierto que los niños no vienen con instrucciones de uso, ni con botón de On/OFF (menudo error de diseño...), Rosario comparte muchas claves que lo sustituyen, basadas en la mejor evidencia posible y en su extensa experiencia en ese campo.

Vamos a acompañarla a su blog, donde profesionales y padres encontramos recursos, consejos, protocolos y acciones relacionados con la neonatología.



1.Nombre completo

Rosario Ros Navarret

2. Nombre del blog y pequeño resumen sobre la temática

El blog “Cuidando neonatos” nace con el objetivo de servir de plataforma de comunicación para los distintos profesionales sanitarios que trabajan en el ámbito de la Neonatología. Trata de ser un espacio donde las familias puedan encontrar información de salud de calidad y donde las enfermeras puedan compartir experiencias, conocimientos e información, difundiendo siempre la necesidad del consumo de evidencia en cuidados.

3.Edad (opcional), año que terminaste la carrera y lugar actual de trabajo

Tengo 40 años. Terminé la carrera en 1999 y actualmente trabajo como enfermera supervisora en la Subdirección Enfermera de Cuidados, Investigación y Docencia del Hospital Universitari i Politècnic La Fe de Valencia.

4. ¿cómo surgió la idea de crear un blog?

Durante muchos años de mi vida laboral he estado trabajando como enfermera en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales. La idea surgió en esa época, cuando me ofrecieron participar como docente en un postgrado universitario y me vi en la necesidad de mantenerme continuamente actualizada de todo lo que surgiera tanto en el ámbito de la Neonatología, como en el de la Pediatría. Aunque encontré en la red un modo ágil de conseguir información que no sólo mejoraba el contenido de mis clases, sino que, poco a poco, aumentaba también la calidad y seguridad de los cuidados que proporcionaba en la UCI, pronto me di cuenta que no existía aquello que realmente necesitaba y buscaba en internet, un blog sobre Neonatología en español, completamente actualizado, escrito por y para enfermeras, y orientado no sólo a profesionales sanitarios, sino también a madres y padres. Finalmente, en noviembre de 2014 nació el blog y sus redes sociales por la necesidad de crear ese espacio que no encontraba en la red, donde pudiera compartir todo lo que iba aprendiendo y todo lo que sentía por la Neonatología.

5.¿cómo surgió el nombre?

La elección del nombre fue fácil. Buscaba un nombre corto que incluyera el concepto de cuidados, que se identifica fácilmente con el trabajo de las enfermeras. De ahí “Cuidando neonatos”.



6. ¿en qué bloggers te inspiraste o seguías?

Aunque en aquella época empecé a seguir en la red todo lo que caía en mis manos relacionado con la bloguesfera pediátrica, así como webs de asociaciones e instituciones de este ámbito, os tengo que confesar que realmente lo que me marcó y me hizo lanzarme a escribir el blog fue la iniciativa en redes #MLPela, que con este slogan: *Soy enfermera y "me la pela" si siempre se ha hecho así*, trataba de impulsar el consumo de evidencia para mejorar la práctica clínica. Por lo que intuiréis que mi inspiración fue Azucena Santillán, autora del blog Enfermería Basada en la Evidencia. Otra fuente de inspiración fue "La Factoría Cuidando" de los enfermeros Serafín Ramos y Jesús Salazar.

7. ¿cuánto tiempo dedicas al blog?

En 2016, dejé de trabajar en la UCI de neonatos pero decidí continuar con el blog, pues escribir en él me permitía seguir actualizándome y continuar vinculada con aquello que siempre me había gustado, la Neonatología y los Cuidados Críticos. Desde aquel momento, las publicaciones en el blog que eran semanales pasaron a ser quincenales.

Todos los que tenéis un blog sabéis el esfuerzo que supone compaginar este con vuestro trabajo. Por eso, los fines de semana aprovecho para escribir nuevos post y dejar programadas las publicaciones de Facebook y Twitter de los lunes por la mañana. El resto de la semana sigo a diario estas 2 redes sociales e Instagram y comparto todo aquello que creo que puede ser de interés para profesionales sanitarios o madres/padres.

8. ¿qué consejo le das a quienes se animen en el mundo blogger?

Elegid un tema con el que os sintáis cómodos y que os apasione. Si sois profesionales de la salud, tratad siempre de compartir contenidos de calidad, que aporten valor, incluyendo claramente vuestras fuentes o referencias. Y sobre todo, no os olvidéis de explotar la enorme capacidad de divulgación que tienen las redes sociales para difundir el contenido que generéis.

Aprovechad cada oportunidad que os surja para conocer en el 1.0, a aquellas personas que seguís o con las que os relacionáis en el mundo 2.0.... Para mí, ha sido una de las grandes cosas que me ha dado Cuidando neonatos, conocer gente muy interesante y que han pasado a formar parte de mi vida enfermera.

9. ¿cómo ves a la enfermería actual? ¿y a la del futuro?

Veo que las enfermeras que terminan hoy en día la carrera y se lanzan al mundo profesional tienen un sinnúmero de oportunidades más que las de hace 20 años. Es brutal el acceso a la formación e información que tenemos en nuestra actualidad.

No perdáis la ilusión de seguir aprendiendo y creciendo como profesionales. Aprovechad la oportunidad que os brindan las tecnologías de la información y comunicación para crear nuevos proyectos enfermeros. Tenemos una profesión muy flexible, que a lo largo de la historia se ha ido reinventando para adaptarse a las nuevas necesidades de la población y de los avances científicos técnicos.

Tenéis que tener claro, y no olvidar, que muchas veces, sin darnos cuenta, el techo que impide que nos desarrollemos como profesionales nos lo ponemos nosotros mismos.

10. Recomiéndanos un blog enfermero.

Adentraros a conocer el contenido del blog de Enfermería Basada en la Evidencia, no os arrepentiréis.... Os sorprenderá la cantidad de recursos que contiene.

Estamos convencidos que Cuidando Neonatos no ha llegado a su cenit, y quedan muchos post por escribir a su autora, ayudando a quienes tenemos dudas profesionales o personales con los peques a resolverlas, siempre bajo el paraguas de la mejor evidencia disponible.

Seguro que, si no lo conocías aun, desde ahora será imprescindible en tus blogs favoritos. En nuestra lista está de los primeros. Enhorabuena Rosario.