

Principios de la atención

- 1 Los usuarios de servicios de atención de la salud mental tienen derecho a recibir atención y tratamiento de calidad, fundados en evidencia, para todos los aspectos de su salud, incluso su salud física.
- 2 Dicha atención y tratamiento para los usuarios de servicios de salud mental:
 - Se proporcionan en forma respetuosa, culturalmente apropiada y sin emitir juicios de valores, con información sobre la enfermedad, dolencia física y opciones de tratamiento que les permita tomar decisiones con conocimiento de causa;
 - Reconocen al usuario como un aliado de importancia crítica en el equipo de atención médica;
 - Incluyen a su familia y sus cuidadores, con el consentimiento del usuario, cuando ello sea posible.
- 3 La salud física del usuario de salud mental es tomada en consideración por los servicios de atención de la salud mental en la planificación y entrega de toda intervención de salud mental.
- 4 La colaboración con otros profesionales de la atención médica, especialmente los médicos de familia o clínicos, es de importancia crucial para el suministro de atención de calidad de la salud física del usuario de servicios de salud mental.
- 5 La atención de la salud física incluye el acceso a actividades de promoción de la salud, controles y prevención.
- 6 La atención de la salud física toma en cuenta cuestiones como las preferencias del usuario, su sexo, etnicidad, conocimientos del idioma inglés y su edad.

Linking
physical and mental
health care...
it makes sense

¿Necesita mayor información?

- ✓ Hable con el servicio de atención de la salud mental de su localidad o la persona encargada de su caso
- ✓ Consulte a su médico clínico habitual
- ✓ Llame al Transcultural Mental Health Centre (Centro transcultural de atención de la salud mental) al 1800 64 89 11 ó consulte el sitio Web del Centro en www.dhi.health.nsw.gov.au/tmhc obtener información sobre la salud mental apropiada para su cultura e idioma o para pedir una copia de esta hoja informativa.

Vincular la atención de la salud física con la de la salud mental... tiene sentido

La atención de la salud física

Qué puede esperar usted de su Servicio de atención de la salud mental

Spanish



Todos los servicios de atención de la salud mental de Nueva Gales del Sur tienen la responsabilidad de garantizar que las personas que utilizan sus servicios reciban atención adecuada de su salud física. Este folleto presenta un panorama general de dichas responsabilidades y de cómo serán satisfechas.

Asegurarse de que usted reciba un examen de su salud física

Es muy importante realizar un examen físico regularmente a fin de identificar los problemas de salud física y empezar el tratamiento lo antes posible.

Los servicios de atención de la salud mental tienen la obligación de asegurarse de que el usuario sea examinado dentro de las 24 horas de haber sido internado en un hospital o dentro de un mes de haber sido admitido en un servicio comunitario.

Dicho examen físico puede ser realizado por el servicio de atención de la salud mental o por el médico clínico (o médico de familia) del paciente. Después de dicho examen inicial, será necesario realizar por lo menos un examen anual.

Descartar las causas físicas de la enfermedad o trastorno mental

A veces los síntomas de una enfermedad física pueden parecer iguales a los de una enfermedad mental, o pueden ocultar dichos síntomas.

Un examen físico permitirá al servicio de atención de la salud mental asegurarse de que usted reciba la atención y el tratamiento correctos para su problema, tenga éste una causa física o mental, o ambas.

Vincularle con su médico clínico si fuera necesario, y ayudarlo a concretar citas

Es importante que tenga usted un médico clínico habitual al que pueda concurrir fácilmente; ello le ayudará a mejorar su salud física.

El servicio de atención de la salud mental establecerá o fortalecerá su relación con los médicos clínicos de la zona a fin de ponerle a usted en contacto con un médico que cuente con experiencia o tenga interés en temas de salud mental.

También le ofrecerán llamar en su nombre a su médico clínico para concertarle una cita, y organizarle el transporte si fuera necesario.

Considerar de qué modo el tratamiento de su enfermedad mental afectará su salud física

Los medicamentos para su enfermedad mental pueden tener efectos secundarios que causen un deterioro de su salud física. El control habitual de su salud física ayudará al servicio de atención de la salud mental a identificar dichos efectos secundarios lo más rápidamente posible.

Ponerle en contacto con otros profesionales de atención de la salud a fin de realizar una revisión o estudio cuando sus síntomas lo requieran

Los exámenes físicos habituales ayudarán al servicio de atención de la salud mental a definir los estudios o tratamientos adicionales que usted podría requerir. El servicio también colaborará estrechamente con su médico clínico, con su consentimiento, para que se le derive a los profesionales más apropiados de atención de la salud, según sea necesario.

Asegurarse de que sus planes de atención médica y rehabilitación y programas de recuperación estén dirigidos a sus necesidades de salud mental y física, así como a cualquier problema persistente de salud

La salud física y la salud mental están estrechamente relacionadas, lo que implica que es importante que todo plan de recuperación y tratamiento elaborado para usted tome en cuenta las necesidades de su salud tanto física como mental. Los servicios de atención de la salud mental se asegurarán de que así sea.

Ayudarlo a concurrir a actividades tales como yoga o Pilates, que contribuirán a mejorar su salud física y su bienestar

Los servicios de atención de la salud mental cumplen una función importante al alentar a los usuarios a participar en actividades físicas que mejorarán la salud física de éstos.

El ejercicio físico es un elemento fundamental en la mejora de la salud mental y física, así como para el bienestar general.

Brindarle información y consejos sobre cómo mejorar su salud física, como por ejemplo consejos sobre la alimentación o cómo dejar de fumar

La información de promoción de la salud sobre temas como dejar de fumar, la dieta y la nutrición y el control del peso pueden brindarle datos útiles acerca de cómo cuidar de su salud física.

El servicio de atención de la salud mental pondrá a su disposición una gama de información sobre temas relacionados con la salud, cuando usted lo necesite.

Colaborar con usted en el seguimiento de las necesidades de atención de la salud física que se hayan identificado, y en la decisión sobre el mejor tratamiento de las mismas

Usted tiene que ser un participante activo en la atención de su propia salud física; de este modo podrá determinar los resultados para su propia salud, podrá participar en las decisiones relativas a la atención de su salud y, en la medida de lo práctico o posible, tomar dichas decisiones.

El servicio de atención de la salud mental le proporcionará apoyo en la búsqueda de servicios que le ofrezcan consejos sobre temas relativos a su salud, y le ayudará a evaluar el beneficio de las diferentes opciones de tratamiento, si fuera necesario.

Brindarle a usted y su familia, cuando corresponda, información para ayudarlo a manejar problemas o inquietudes de salud física, en el momento de darle de alta

Los hospitales psiquiátricos tienen la obligación de formular un Plan de cuidados para el alta (Discharge Care Plan) que ayude a los usuarios a manejarse una vez que dejen el hospital. Dicho Plan incluye información que le ayudará a atender sus problemas de salud física y también mental.

Todos los otros servicios le brindarán información general y contactos que le ayudarán a afrontar sus necesidades de salud física.

