

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

PARA LAS FAMILIAS, LOS CUIDADORES Y LOS AMIGOS



La familia y los cuidadores de los usuarios de servicios de atención de la salud mental son integrantes esenciales del equipo de atención al usuario, y pueden tener una función vital en la recuperación de la salud física de dichos usuarios.

¿Por qué tiene sentido vincular la atención de la salud física con la de la salud mental?

Existe un considerable número de estudios que indican que existe un vínculo de importancia crítica entre la salud física y la salud mental. Por lo tanto, también tiene sentido vincular la atención de la salud física con la de la salud mental.

Si usted tiene un amigo o pariente que es un "usuario" de un servicio de atención de la salud mental, es posible que haya notado que el estado de la salud física de dicha persona no esté tan bien como sería posible.

Pero tal vez no sepa usted que dicha persona corre un elevado riesgo de desarrollar problemas graves de salud física, como por ejemplo enfermedades cardíacas, diabetes, cáncer y obesidad. Ello se debe a una diversidad de factores, como por ejemplo decisiones de estilo de vida que haya tomado esa persona (p.ej. tabaquismo, consumo de alcohol, uso de drogas, etc.), así como una mala alimentación y falta de suficiente ejercicio físico. El uso regular de medicamentos psicotrópicos para tratar su enfermedad mental también puede afectar la salud física del usuario de servicios de atención de la salud mental.

El enfoque "integral" con respecto a la atención del usuario, lo cual implica tomar en consideración su salud física y mental en conjunto, puede hacer una verdadera diferencia para su bienestar general, su calidad y esperanza de vida.

Por ejemplo, al identificar síntomas de una enfermedad física y comenzar el tratamiento temprano, el usuario tiene una probabilidad mucho mayor de recuperación, y en menos tiempo. El vincular la atención de la salud física con la de la salud mental también permite reconocer más fácilmente los efectos secundarios de los medicamentos y reducir el número de usuarios de servicios de atención de la salud mental que reciben un diagnóstico equivocado de enfermedad mental cuando en realidad sufren de una enfermedad física.

¿Qué nivel de atención de la salud física necesitan los usuarios de servicios de atención de la salud mental?

Las personas que sufren de una enfermedad mental tienen el derecho de recibir atención médica que corresponda a la atención médica proporcionada a la población general.

Los servicios de atención de la salud mental tienen una responsabilidad importante de garantizar que el usuario que trate con su servicio de atención de salud mental tenga acceso a dicha atención de la salud al:

- Proporcionar apoyo al usuario para que pueda recibir un examen físico,
- Descartar toda causa física de su enfermedad o trastorno mental,
- Considerar detenidamente de qué manera el tratamiento que reciba el usuario para su enfermedad mental afectará su salud física y viceversa,
- Poner al usuario en contacto con un médico clínico (médico de familia) u otro profesional de atención de la salud a fin de realizar una revisión o estudio,
- Garantizar que los planes de atención de la salud del usuario estén dirigidos a sus necesidades de salud mental y física, así como a cualquier problema de salud persistente,
- Ofrecer al usuario oportunidades para mejorar su salud física, ayudarlo a concurrir a actividades y brindarle información que mejore su salud física y bienestar.

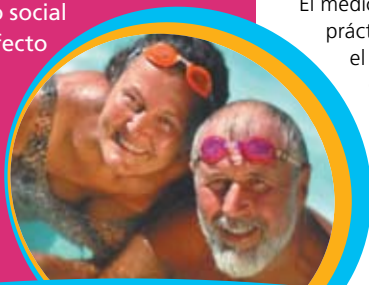
Los Servicios de área de atención de la salud mental de Nueva Gales del Sur tienen ahora una responsabilidad documentada de garantizar que el consumidor que trate con su servicio reciba atención de su salud física además de la atención de su salud mental.

Si mi amigo o pariente es un usuario de servicios de atención de la salud mental ¿qué puedo hacer para ayudarlo a mejorar su salud física?

En calidad de cuidador, amigo o pariente de una persona que utiliza un servicio de atención de la salud mental, usted puede ayudar a cambiar la salud física de esa persona al:

- Alentarla a hacerse un examen de salud física regularmente
- Ofrecerle concertar citas para atención médica, y concurrir a ellas con dicha persona si ésta lo desea
- Ayudarlo a asistir a dichas citas y a regresar de ellas
- Sugerirle que usted podría hacer una lista de las citas de atención médica de la persona y recordárselas cuando sea necesario
- Hacer tiempo para escucharle hablar sobre sus problemas de salud y sugerir maneras de abordarlos
- Ofrecer información sobre temas de salud y alimentación o estilos de vida sanos (p.ej. dejar de fumar)
- Cambiar su propia rutina de ejercicios y alimentación y alentarle a participar en ellas con usted

Los cuidadores y parientes también pueden tratar de ayudar al usuario a mantener sus redes de contactos, ya que el aislamiento social puede tener un efecto negativo en la salud física.



La directiva PD2009_027 *Physical Health Care within Mental Health Services (La atención de la salud física en los servicios de atención de la salud mental)* de NSW Health (Departamento de Salud de Nueva Gales del Sur) proporciona instrucciones claras con respecto a las medidas que deben tomar los servicios de atención de la salud mental para que los usuarios reciban atención adecuada de su salud física. Las Directrices *Physical Health Care for Mental Health Consumers (La atención de la salud física para los usuarios de servicios de atención de la salud mental)* de NSW Health proporcionan información y asesoramiento para ayudar a los servicios de atención de la salud mental a cumplir con sus obligaciones.

Para obtener información adicional sobre las responsabilidades de los servicios relativos a la atención de la salud física consulte el folleto *Physical Health Care – What to Expect from Your Mental Health Service (La atención de la salud física – Qué puede esperar usted de su servicio de atención de la salud mental)* producido por NSW Health

¿Qué función tiene el médico clínico en la atención de la salud del usuario?

Los médicos clínicos (o médicos de familia) tienen un papel primordial en ayudar al usuario a mejorar su salud física.

Como el médico clínico suele ser la primera persona consultada por la persona que sufre de una enfermedad o trastorno mental, el médico clínico tiene la oportunidad de identificar y tratar los problemas de salud física temprano.

Si usted es cuidador/a de un usuario de servicios de atención de la salud mental, los médicos clínicos o de familia también pueden brindarle información y asesoramiento a usted, con el permiso del usuario, sobre el diagnóstico de la salud física del usuario y sobre todo tratamiento que éste requiera. El médico clínico puede ofrecerle consejos prácticos sobre cómo ayudar al usuario y el efecto que puede tener la salud física de éste en su salud mental, y viceversa.

Si usted sabe que el usuario tiene un médico clínico al que consulta regularmente, aliéntelo a compartir los datos de contacto

de dicho médico con su servicio de atención de la salud mental, de modo que éstos puedan colaborar y encarar las preocupaciones del usuario con respecto a su salud.

Si su amigo o pariente que es usuario de servicios de atención de la salud mental, no tiene un médico clínico (o médico de familia), usted podría ofrecerle hablar con el servicio de atención de la salud mental del usuario ya que dicho servicio podría vincularlo con un médico clínico de la zona que tenga experiencia o interés en las enfermedades mentales.

En calidad de cuidador, ¿qué información se me proporcionará sobre la salud del usuario de servicios de salud mental?

Los médicos clínicos (o médicos de familia) y los servicios de atención de la salud mental tienen una obligación de mantener la confidencialidad, lo que implica que está protegida la confidencialidad de los expedientes y datos personales del usuario. La *Mental Health Act 2007 (Ley de salud mental de 2007)* y la *Health Records and Information Privacy Act 2002 (Ley de privacidad de los expedientes y datos de salud de 2002)* disponen las obligaciones especiales de los servicios de atención de la salud mental con respecto a la protección de dicha información.

No obstante, la *Mental Health Act 2007* también dispone el requisito de que los servicios incluyan a los cuidadores, brindándoles mayor acceso a la información sobre el usuario y a la vez permitiendo al usuario ejercer cierto grado de control sobre las personas a las cuales se divulgará su información.

Para obtener mayor información sobre la *Mental Health Act 2007*, consulte el sitio Web de NSW Health en www.health.nsw.gov.au.

Inicialmente, hable con su amigo o pariente que es usuario de estos servicios, sobre los datos que aceptaría compartir con usted sobre su salud física y de qué manera ello podría beneficiarle.

También debería hablar con el servicio de atención de la salud mental que se ocupa de su amigo o pariente con respecto a lo que dicho servicio considera que usted debería saber y el tipo de consentimiento que debería otorgar el usuario para que se pueda compartir dicha información.

¿Necesita mayor información?

- ✓ Hable con el servicio de atención de la salud mental de su localidad
- ✓ Consulte a su médico clínico (de familia) 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 para obtener información sobre la salud mental apropiada para su cultura e idioma o para pedir una copia de esta hoja informativa.