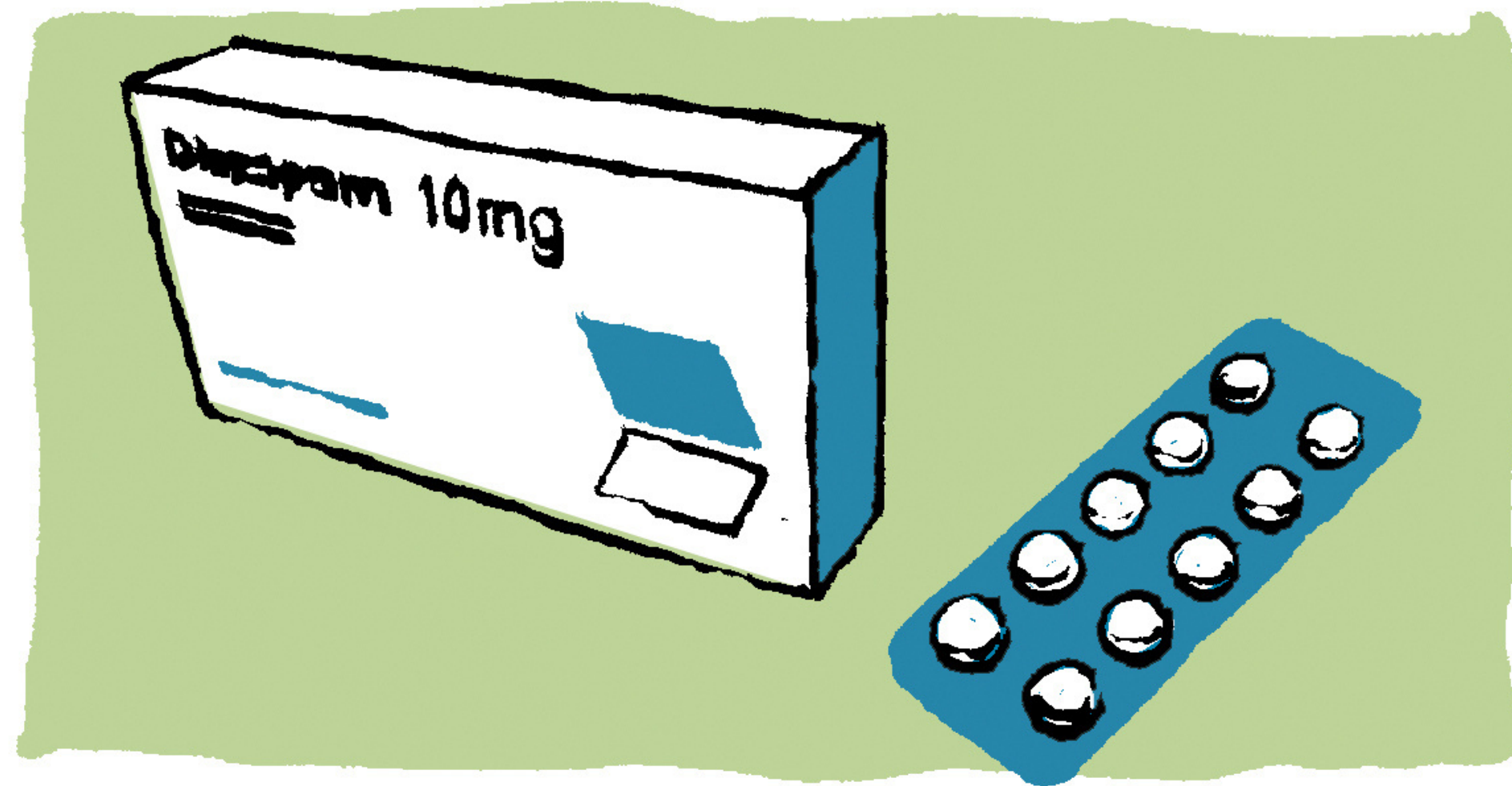


Dincat i la SM de les DID



dincat

Plena
inclusió
Catalunya

Generalitat de Catalunya
Departament de Drets Socials

Amb càrrec a l'assignació del 0,7% de l'IRPF

Justificació



Justificació

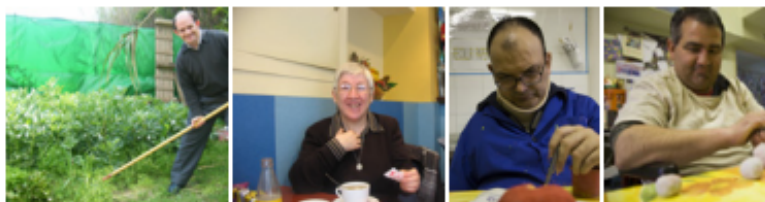
Informe Sèneca



Informe SENECA

Envejecimiento y discapacidad
Intelectual en Cataluña

2000-2008



[Enllaç](#)

- Les persones amb did envelleixen abans que les persones sense did.
- Els motius no tenen a veure amb la did amb excepcions.
- El motiu és una pitjor salut causada per:
 - Falta de campanyes de salut públiques dirigides al col·lectiu.
 - Escàs accés als serveis sanitaris.
 - Escassa qualitat dels serveis sanitaris i socials rebuts.

Justificació

Estudis POMONA - II i POMONA-Esp



- Les persones amb did tenen un perfil de salut diferent.
- Hi ha certes malalties que són més prevalents.
- Algunes d'aquestes no s'expliquen per la presència de did.
- Hi ha certes malalties que són menys prevalents.

[Enllaç](#)

Línes de treball

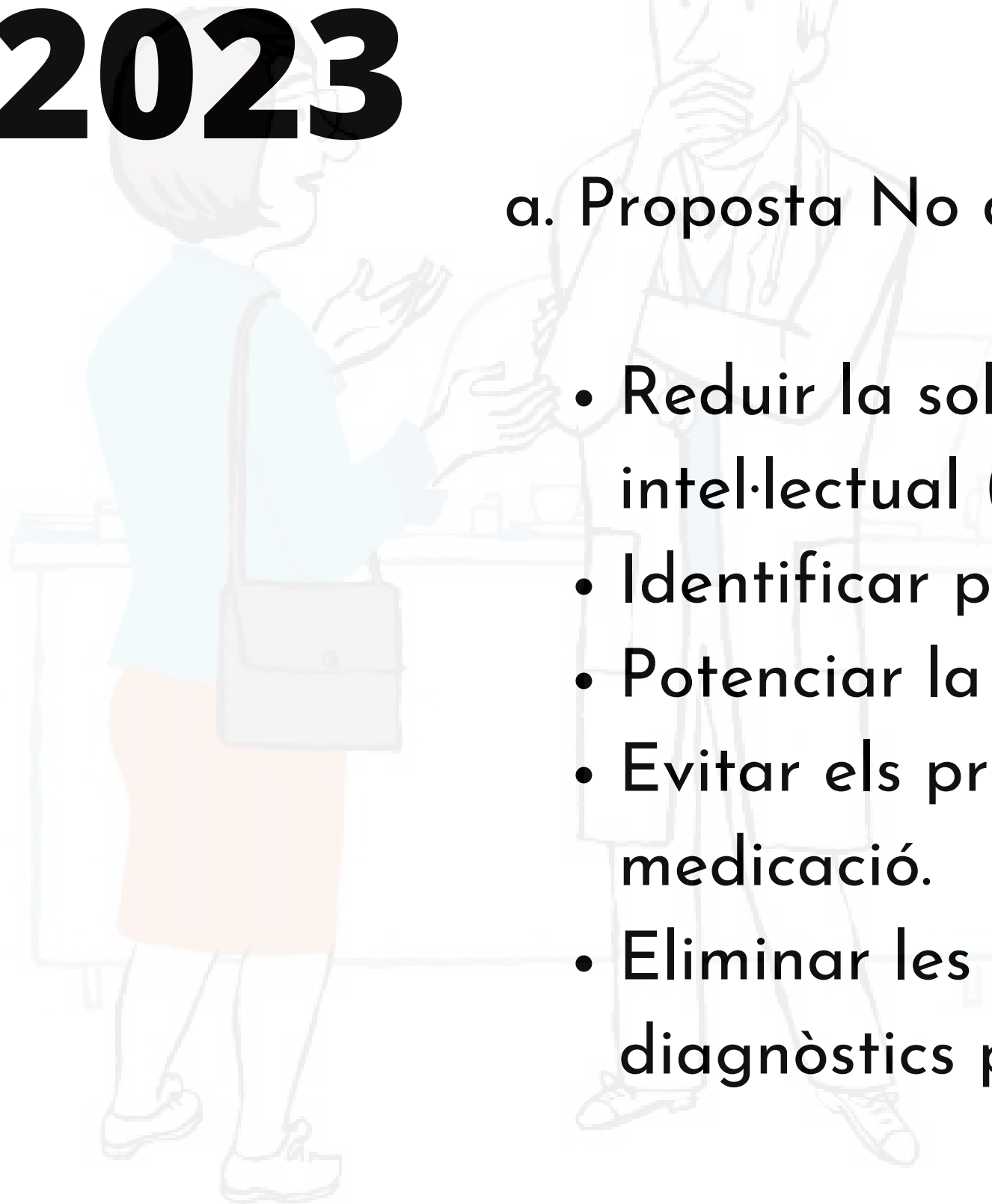


2022
2023

1. Sobremedicació del col·lectiu

a. Proposta No de Llei

- Reduir la sobremedicació de les persones amb discapacitat intel·lectual (DI) i del desenvolupament (TEA).
- Identificar potencials incidències de prescripció.
- Potenciar la revisió clínica del pla de medicació.
- Evitar els problemes de seguretat relacionats amb la medicació.
- Eliminar les prescripcions psicofarmacològiques sense diagnòstics psiquiàtrics que les justifiquin.



2022
2023

1. Sobremedicació del col·lectiu

b. STOMP&STAMP

- Projecte rèplica del de l'NHS britànic.
- En col·laboració amb el Departament de Salut.
- Creació de materials per dur a terme una campanya per aturar i prevenir la sobremedicació psiquiàtrica a persones amb discapacitat intel·lectual.

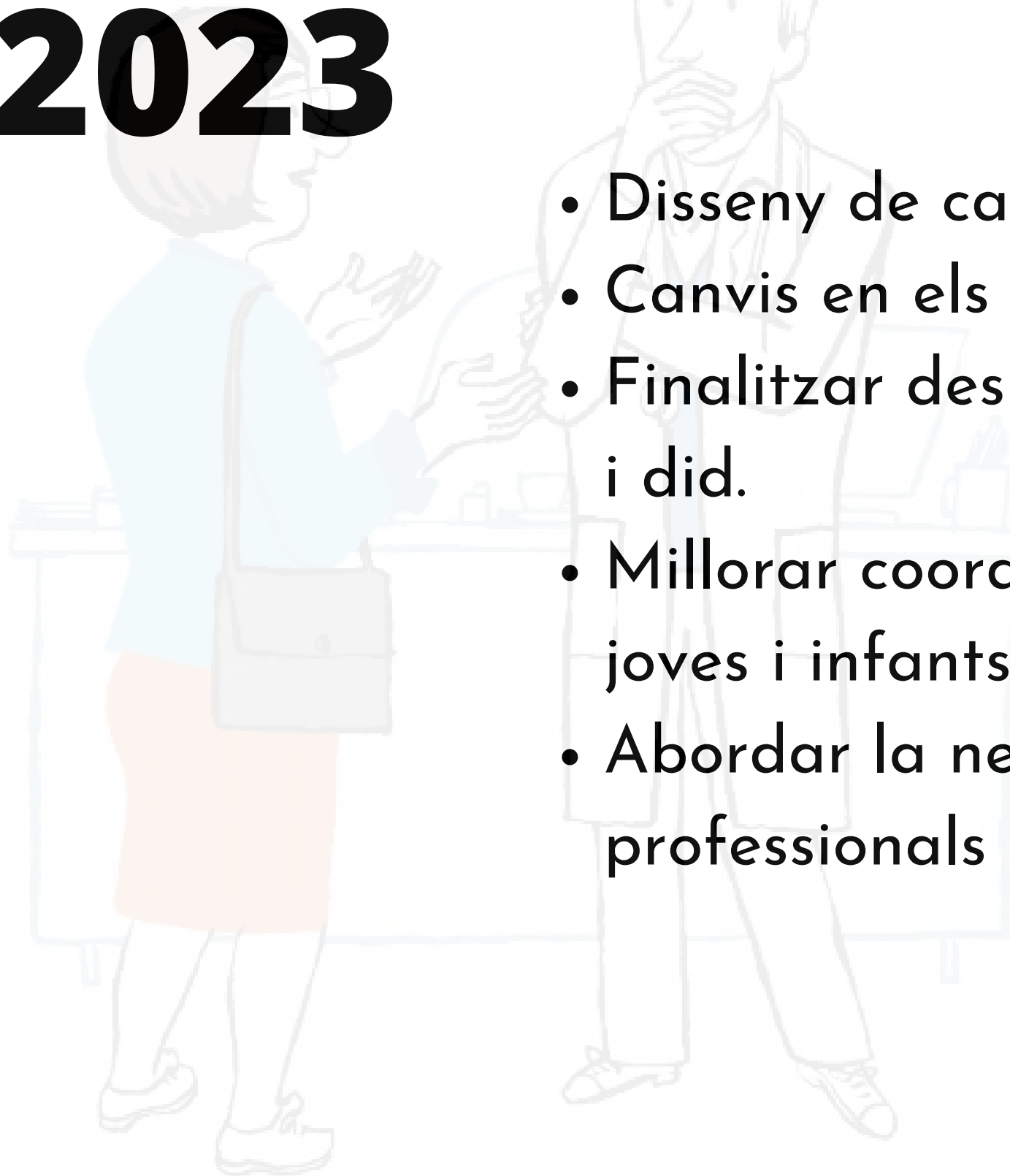


[web del projecte britànic](#)

2022
2023

2. Incidència política

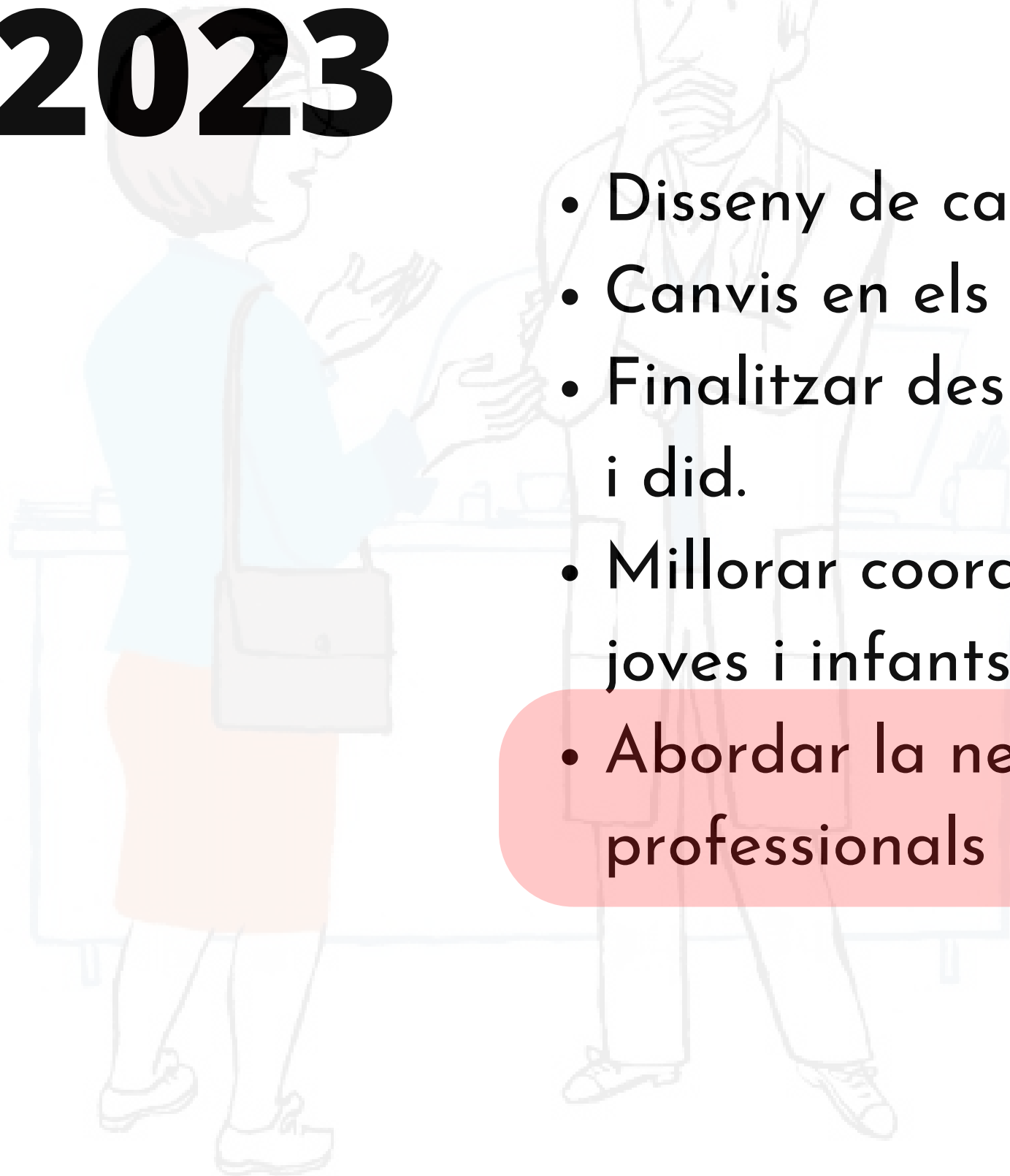
- Disseny de campanyes públiques de salut dirigides a pdid.
- Canvis en els protocols d'atenció primària a pdid
- Finalitzar desplegament xarxa especialitzada en salut mental i did.
- Millorar coordinació Departaments Salut i Educació per a joves i infants amb did.
- Abordar la necessitat de formació especialitzada a professionals sanitaris.



2022
2023

2. Incidència política

- Disseny de campanyes públiques de salut dirigides a pdid.
- Canvis en els protocols d'atenció primària a pdid
- Finalitzar desplegament xarxa especialitzada en salut mental i did.
- Millorar coordinació Departaments Salut i Educació per a joves i infants amb did.
- Abordar la necessitat de formació especialitzada a professionals sanitaris.



2022
2023

3. Salut Mental

Actes de difusió amb Fundació Granés

**La salut mental
és cosa de tots**



Jornada 2021

Acte Girona 2021

Materials

La salut mental és cosa de tots



dincat 



Les persones amb discapacitat intel·lectual tenim aquests problemes de salut mental més sovint que les persones sense discapacitat intel·lectual.



Els motius que això sigui així tenen a veure amb el meu estil de vida i amb l'atenció que rep la meua salut.

En alguns moments potser la meua conducta no és la més adequada.



Pàgina 3 de 8

Si vols ajudar-me:

- No tinguis pressa.
- Fes que em senti tranquil o tranquil·la.
- Parla'm de manera clara i senzilla.
- Parla amb les persones que em coneixen.
- Explica'm el tractament.
- Si no t'entenc, es servir fotografies o pictogrames.



La discapacitat intel·lectual i els problemes de salut mental no són el mateix!
Totes les persones necessitem suports per gaudir d'una bona salut mental!

Pàgina 7 de 8

Materials

La salud de las personas con discapacidad intelectual: ¿qué debemos tener en cuenta?
 Guía práctica para profesionales de la salud

Quan estic malalt...
escolta'm



Hàbits alimentaris

Claus per a una nutrició saludable per a famílies i persones amb DID



10 pautes per donar suport a una persona amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament a la consulta

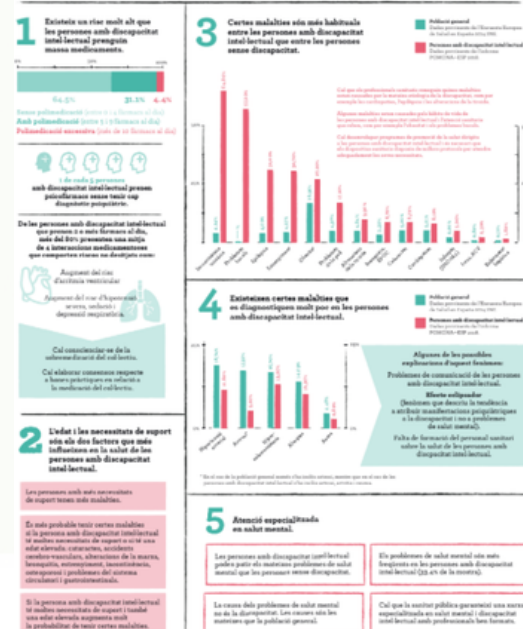
- 1 Procura que el meu temps d'espera sigui breu.
- 2 Dirigit-te a mi encara que vingui acompanyat.
- 3 Tracta'm com un pacient més i parla'm com un adult.
- 4 Adapta el teu llenguatge a la meua capacitat de comprensió.
- 5 Asegura't que disposes dels suports necessaris per prendre decisions sobre la meua salut i respecta-les.
- 6 Intenta que em senti còmode a la consulta.
- 7 Explica'm què successirà durant la consulta.
- 8 Tingues molta cura amb l'exploració.
- 9 Inclou-me en els plans de promoció de salut.

i 10: Coneix la salut de les persones amb discapacitat intel·lectual.

dincat Plena Inclusió

INFORME POMONA-ESP
 Indicadors i estat de salut de les persones amb discapacitat intel·lectual a Espanya

UNIVIDD
 Fundación Vitalencia



El meu passaport per anar al metge

Aquesta informació ha d'acompanyar-me quan vagi al metge o hagi d'ingressar en un hospital.



dincat Plena Inclusió

La meua foto

Data en què s'ha elaborat

- Coses que has de saber sobre mi
- Coses que són importants per a mi
- El que m'agrada i el que em desagrada

Lorazepam

Aquest full t'ajudará a entendre millor per què el teu metge o metgessa t'ha receptat el Lorazepam.

Per a què serveix el Lorazepam?

El Lorazepam és un medicament ansiolític. Així vol dir que es fa servir per als problemes d'ansietat o per a les dificultats per dormir.

El Lorazepam t'ajudará si estàs nerviós o nerviosa, si no estàs tranquil o tranquil·la, si t'enfades sovint o si et costa dormir.

Com he de prendre el Lorazepam?

El teu metge o metgessa t'explicará com prendre el Lorazepam.

Has de saber en quins moments del dia l'has de prendre, si has de fer-ho abans o després d'un àpat, durant quants dies o setmanes, i si pots trencar la pastilla o desfer-la en aigua perquè sigui més fàcil d'empassar.

Has de continuar prenent el Lorazepam tot i que passats uns dies et sentis millor. No deixis de prendre el Lorazepam fins que t'ho digui el teu metge o metgessa.

Què passa si m'oblido de prendre el Lorazepam?

Si t'oblides de prendre el Lorazepam, avisa algú de confiança i comenta-t'hi. Pren la següent pastilla a l'hora que et toca prendre-la. Mai prenguis la pastilla de Lorazepam que et toca juntament amb la que t'has oblidat, és a dir, no en prenguis dues de cop.

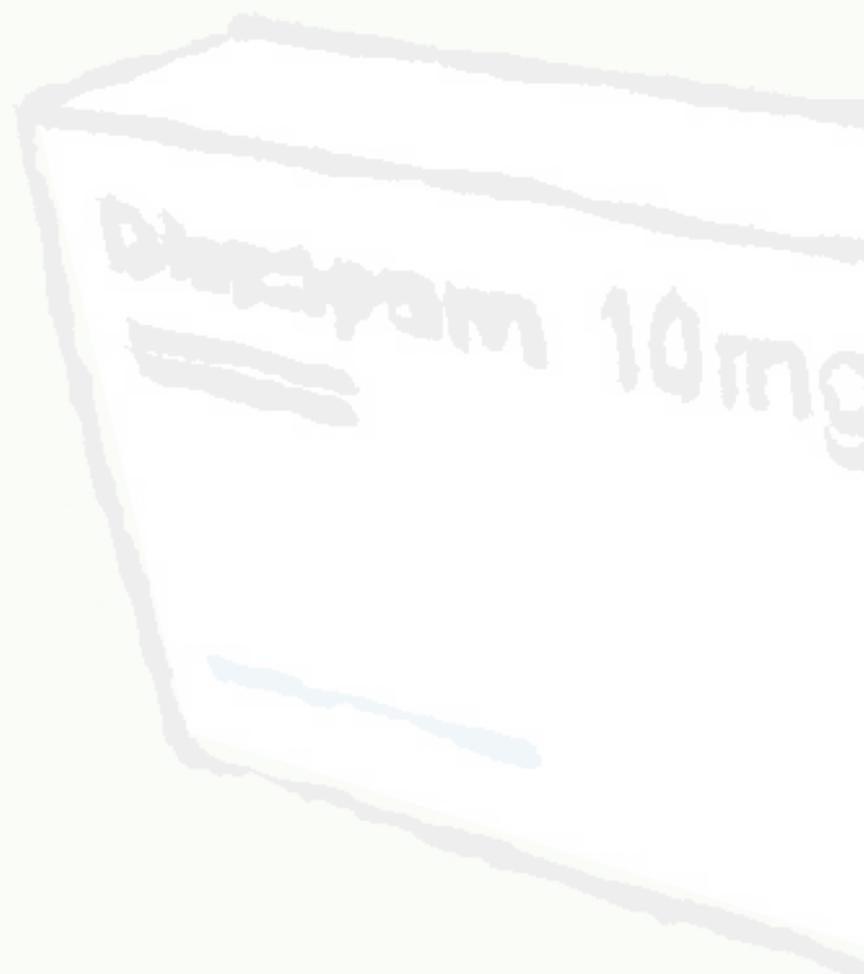
Quins són els efectes secundaris del Lorazepam?

Quan prenem un medicament, es produeixen efectes en el nostre cos. Els efectes que no buscàvem que apareixen quan prenem un medicament s'anomenen efectes secundaris. No tothom nota efectes secundaris quan pren un medicament. La majoria d'efectes secundaris no són greus i desapareixen al cap d'uns dies. Alguns d'aquests efectes secundaris no passen gairebé mai.

Alguns efectes secundaris del Lorazepam són:

- Sentir-se cansat o cansada.
- Sentir-se marejat o marejada.
- Tenir molta son.
- Tenir dificultat per recordar coses.
- Tenir dificultat per parlar bé.

Materials



Lorazepam
Alprazolam
Sertralina
Paroxetina
Fluoxetina
Olanzapina
Quetiapina
Risperidona
Metilfenidat
Àcid valproic

Lamotrigina
Topiramát
Depo-Progevera
Etonogestrel
Enalapril
Captopril
Metformina
Simvastatina
Liti





Materials

Lorazepam


Aquest full t'ajudarà a entendre millor per què el teu metge o metgessa t'ha receptat el Lorazepam.


Per a què serveix el Lorazepam?

 El Lorazepam és un medicament ansiolític. Això vol dir que es fa servir per als problemes d'ansietat o per a les dificultats per dormir.

 El Lorazepam t'ajudarà si estàs nerviós o nerviosa, si no estàs tranquil o tranquil·la, si t'enfades sovint o si et costa dormir.

Com he de prendre el Lorazepam?

 El teu metge o metgessa t'explicarà com prendre el Lorazepam.

 Has de saber en quins moments del dia l'has de prendre, si has de fer-ho abans o després d'un àpat, durant quants dies o setmanes, i si pots trencar la pastilla o desfer-la en aigua perquè sigui més fàcil d'empassar.

Has de continuar prenent el Lorazepam tot i que passats uns dies et sentis millor. No deixis de prendre el Lorazepam fins que t'ho digui el teu metge o metgessa.

Què passa si m'oblido de prendre el Lorazepam?

Si t'oblides de prendre el Lorazepam, avisa algú de confiança i comenta-l'hi. Pren la següent pastilla a l'hora que et toca prendre-la. Mai prenguis la pastilla de Lorazepam que et toca juntament amb la que t'has oblidat, és a dir, no en prenguis dues de cop.

Quins són els efectes secundaris del Lorazepam?


Quan prenem un medicament, es produeixen efectes en el nostre cos.


Els efectes que no buscàvem que apareixen quan prenem un medicament s'anomenen efectes secundaris.


No tothom nota efectes secundaris quan pren un medicament.


La majoria d'efectes secundaris no són greus i desapareixen al cap d'uns dies. Alguns d'aquests efectes secundaris no passen gairebé mai.

Alguns efectes secundaris del Lorazepam són:

 Sentir-se cansat o cansada.


 Sentir-se marejat o marejada.


 Tenir molta son.


 Tenir dificultat per recordar coses.

 Tenir dificultat per parlar bé.

Si notes algun efecte secundari, consulta un professional de la salut, com per exemple:


 El teu metge o metgessa.


 El personal d'infermeria.


 Un farmacèutic o farmacèutica.

061 Truca al 061.

Informació important

 Si prens Lorazepam, no beguis alcohol.

 Informa el teu metge o metgessa si estàs prenent altres medicaments, plantes medicinals, complements alimentaris o si estàs embarassada.

 Si tens dubtes sobre el Lorazepam, pots consultar el teu metge o metgessa, el teu farmacèutic o farmacèutica o trucar al 061.

112 En cas d'emergència, truca al 112.

La informació d'aquest prospecte en lectura fàcil no substitueix la informació del prospecte original sobre:

- El nom del principi actiu.
- La identificació del medicament i el seu titular.
- Les instruccions per a la seva administració, ús i conservació.
- Els seus efectes adversos, interaccions i contraindicacions.

Aquesta informació s'ha de donar al pacient d'acord amb l'article 15 del RDL 1/2015, de 24 de juliol, que és la llei que regula com s'han d'utilitzar els medicaments i els productes sanitaris.

Edita:

dincat

Subvenciona:

Generalitat de Catalunya
Departament de Treball, Afers Socials i Famílies

Col·laboren:

Col·legi de Metges de Barcelona
CONSORCI SANITARI DEL MARESME
COL·LEGI DE FARMACÈUTICS DE BARCELONA
IAS Institut d'Assistència Sanitària
Institut Català de la Salut

Materials

<https://www.dincat.cat/materials-del-projecte-de-salut/>

