

Programa



Pacient Actiu



**GENERALITAT
VALENCIANA**

Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública

QUÈ ÉS EL PROGRAMA PACIENT ACTIU?

És un programa de suport a les persones que viuen amb alguna malaltia crònica, per a ajudar-los a adquirir un millor autoatenció de la seua salut.

Es desenrotlla a través de tallers on es facilita l'intercanvi de coneixements entre persones que compartixen l'experiència d'alguna malaltia crònica, amb la finalitat de millorar la seua qualitat de vida.

A QUI ES DIRIGIX?

A aquelles persones que presenten una o diverses malalties cròniques com diabetis, malalties cardiovasculars, respiratòries, amb dolor crònic o altres malalties físiques o mentals de llarga duració; i també a les persones cuidadores de pacients dependents.

QUINS SÓN ELS OBJECTIUS?

Recolzar i capacitar les persones que acudixen als tallers per a:

- Millorar les seues habilitats, motivació i confiança per a manejar els símptomes de la malaltia
- Afavorir hàbits de vida més saludables (alimentació, exercici...)
- Complir millor les recomanacions i tractaments.
- Millorar els resultats en salut
- Millorar la comunicació amb els professionals sanitaris
- Utilitzar els recursos sanitaris de forma eficient

EN QUÈ CONSISTIX?

Els tallers, basats en la formació entre iguals, són impartits per 2 tutors que són professionals i pacients afectats per malalties cròniques, que han sigut formats i acreditats per la Universitat de Stanford d'EUA.

A través de diferents activitats, comencen a aconseguir xicotets canvis, augmentant la confiança en les seues habilitats per a manejar els símptomes i problemes causats per la malaltia. Aprenen a manejar el dolor, resoldre conflictes, adequar la seua alimentació, augmentar el seu nivell d'activitat física, controlar l'estat d'ànim i la manera en què la malaltia influïx en les seues relacions personals.

DURACIÓ DELS TALLERS

Cada taller té una duració de 6 setmanes consecutives, amb sessions de 2 hores i mitja setmanals. Les persones que participen han d'estar motivades i comprometre's a acudir.

TIPUS DE TALLERS

- TALLER PREVENT CONTROL DE LA TEUA SALUT (TCS): per a persones amb malalties cròniques, en què es tracten característiques comunes a la majoria d'elles.

ON ES REALITZEN?

En diferents punts de la Comunitat, tant en centres sanitaris com en altres seus. Consulta les pròximes dates en el portal www.san.gva.es

COM PUC SOL·LICITAR-HO?

Emplene el formulari de sol·licitud que li proporcionarà el seu personal sanitari i remet-ho al seu centre de Salut o a l'adreça de correu electrònic pacientactiu@gva.es. Ens posarem en contacte amb vosté.

Si necessita més informació, pregunte al personal sanitari.



Pacient Actiu