

Aturar la sobremedicació en persones amb discapacitat intel·lectual i/o TEA

Treballem junts per aturar
l'ús excessiu de
medicaments psicotròpics
i per millorar la qualitat de vida
de les persones



dincat



IAS Institut
d'Assistència
Sanitària



Generalitat
de Catalunya

Índex

Què és STOMP.CAT? / pàgina 4

Sobre els medicaments psicotròpics / pàgina 5

Fes les coses millor pel meu benestar / pàgina 7

**Com pots donar suports de qualitat
a les persones? / pàgina 9**

La història de la Marta / pàgina 10

Fer les coses d'una altra manera / pàgina 12

Socis de STOMP.CAT / pàgina 13

Què és STOMP.CAT?

STOMP.CAT és un projecte per fer front al problema de l'ús excessiu de medicaments psicotròpics.

Podeu trobar més informació sobre aquests medicaments a www.stomp.cat.

Els medicaments psicotròpics es fan servir per tractar problemes de salut mental.

A vegades també s'utilitzen per millorar problemes de conducta.

Les persones amb discapacitat intel·lectual i/o TEA tenen més probabilitat de prendre aquests medicaments que la resta de la població.

Aquests medicaments ajuden les persones a sentir-se bé i a sentir-se segures. Però també hi ha altres maneres d'ajudar-les, amb menys medicaments o fins i tot sense.

El projecte STOMP.CAT vol que les persones se sentin bé i que tinguin una bona qualitat de vida.



Sobre els medicaments psicotròpics

Els medicaments psicotròpics són medicaments que canvien com funciona el cervell.

S'utilitzen per tractar problemes de salut mental com l'esquizofrènia, l'ansietat o la depressió. També es poden fer servir per ajudar a dormir i alguns serveixen per tractar l'epilèpsia.

A vegades també es fan servir per millorar problemes de conducta encara que no hi hagi cap problema de salut mental o epilèpsia.



A Catalunya gairebé 18.000 persones amb discapacitat intel·lectual prenen medicaments psicotròpics sense tenir cap problema de salut mental.

Això inclou joves i infants.

Els medicaments psicotròpics poden causar problemes quan la gent se'ls pren durant massa temps, se'n pren dosis massa altes o els pren per motius equivocats.

Hi ha altres maneres d'ajudar les persones que fan que necessitin menys medicaments.

Mai canvieu la dosi ni deixeu de prendre aquests medicaments sense haver-ho parlat amb el vostre metge.

Consulteu els vostres dubtes sobre la medicació amb les persones que us donen suport o amb el vostre metge.

Fes les coses millor pel meu benestar

Per donar-me un tractament correcte, treballa amb mi, amb la meva família, amb les persones que em donen suport i amb el meu metge.

Assegura't que se'm revisa periòdicament la pauta de medicació.

Ajuda'm a cuidar la meva salut.

Si prenc medicaments psicotròpics, assegura't que els prenc pels motius correctes, en les quantitats adequades i durant el temps mínim necessari.



Pensa en altres maneres
de donar-me suport.

Dona'm informació que pugui comprendre.
He d'entendre el meu tractament
i poder fer preguntes.

Recorda que tinc dret
a participar en les decisions
sobre la meua salut.

Dona a la meua família
i a les persones que em donen suport
la informació que necessiten
per ajudar-me adequadament.



Com pots donar suports de qualitat a les persones?

Fes plans centrats en la persona
i amb la participació de la persona.

Coneix quan la persona té dificultats
i entén per què les té.

Utilitza el suport conductual positiu
quan la persona
té problemes de conducta.

Ajuda-la, a ella i
a les persones que li donen suport,
a entendre i a gestionar
els medicaments que pren.

Facilita que entengui la informació.

Tingues en compte si necessita
sistemes augmentatius
de comunicació.

Dona suport a les persones
perquè tinguin cura
de la seva salut.

Assegura't que tothom
que dona suports a la persona
rep també el suport necessari.



La història de la Marta

Aquesta història és real,
però hem canviat
el nom de la protagonista.

Quan la Marta es va mudar
a una casa nova,
es posava molt nerviosa.
A la gent li costava
entendre-la i donar-li suports.

Per aquest motiu,
va ingressar a l'hospital.
I tot i no tenir cap problema
de salut mental,
prenia 5 medicaments psicotròpics
cada dia.
Llavors va començar
a tenir problemes de salut.

En sortir de l'hospital,
la Marta i la seva família
van buscar ajuda en
el metge de capçalera,
un psiquiatra i un psicòleg.



El metge de capçalera
va elaborar un pla de salut
amb l'ajut de la Marta
i de la seva família
per reduir els medicaments
que estava prenent.

Gràcies al suport conductual positiu,
la seva família
i les persones que li donaven
suport a la seva nova llar
van entendre la seva conducta
i van aprendre altres maneres
d'ajudar la Marta
sense necessitar tants medicaments.

Amb temps i aquests suports,
la Marta va començar
a sentir-se millor.

Avui en dia la Marta
ja no necessita medicaments
per estar sana, ser feliç
i sentir-se inclosa en la comunitat.



Fer les coses d'una altra manera

La iniciativa STOMP.CAT vol que algunes coses relacionades amb els medicaments psicotròpics canviïn durant els propers anys.

Diverses entitats i organitzacions treballen conjuntament amb els serveis socials i de salut per aconseguir-ho.



Socis de STOMP.CAT

- Sistema Català de la Salut de la Generalitat de Catalunya
- Departament de Drets Socials i Inclusió de la Generalitat de Catalunya
- Departament de Presidència de la Generalitat de Catalunya
- Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya
- Institut d'Assistència Sanitària a Girona
- Societat Catalana de Psiquiatria i Salut Mental
- Societat Catalana de Psiquiatria Infantojuvenil
- Dincat. Plena inclusió Catalunya

S'hi estan adherint altres socis.

Edita:



Generalitat de Catalunya
**Departament
de Salut**

Amb el suport de:

dincat



Autor:

NHS. The National Health Service

Traducció del text:

IAS. Institut d'Assistència Sanitària

Correcció del text: Maria Deulofeu

Il·lustracions: Miguel Gallardo

Disseny: Pilar Gorriz, Laura Santiago

Primera edició: desembre de 2024

Contacte:

Carrer del Consell de Cent, 445-449, Eixample, 08013 Barcelona

Telèfon: 93 490 16 88 | fax: 93 490 96 39

info@dincat.cat | www.stomp.cat

✕ **Twitter:** @_dincat

@ **Instagram:** @_dincat

f Facebook: @dincat.federacio



Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada
3.0 Espanya (CC BY-NC-ND 3.0 ES)