

Programa

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 influeix 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 PRENENT CONTROL DE LA TEUA SALUT (TCS): per a persones amb malalties cròniques, en què es tracten característiques comunes a la majoria d'elles.
- TALLER MANEIG DE LA DIABETIS (DE L'ADULT): per a persones amb diabetis, les quals també poden optar pel taller Prenent Control de la teua Salut

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.cuidatecv.es

COM PUC SOL·LICITAR-HO?

Accedix al formulari de sol·licitud en www.cuidatecv.es i ens posarem en contacte amb tu.

Si necessites més informació o tens dubtes, contacta a través de l'e-mail: pacientactiu@gva.es o [pregunta al personal sanitari del teu centre de salut.](#)



Pacient Actiu



Pacient Actiu