



CALIFORNIA CORRECTIONAL
HEALTH CARE SERVICES

Orientación para el paciente sobre los servicios de atención médica



Índice

Introducción	3
Derechos respecto a su atención médica: los derechos del paciente.....	3
Adaptación razonable.....	3
Equipo médico duradero.....	4
Trabajadores de la Ley de Norteamericanos con Discapacidades (ADA).....	4
Comunicación efectiva.....	4
Servicios de atención médica	
Servicios de atención médica.....	5-12
Servicios de salud mental.....	13-15
Servicios odontológicos	16-20

Introducción

El Departamento Correccional y de Rehabilitación de California (California Department of Corrections and Rehabilitation, CDCR) y los Servicios de Atención Médica de las Correccionales de California (California Correctional Health Care Services, CCHCS) brindarán servicios de atención médica. Existen clínicas, áreas de tratamiento y unidades de vivienda especiales disponibles para satisfacer sus necesidades de atención médica.

Este manual le dará información sobre estos servicios de salud disponibles y cómo solicitarlos.

Derechos del paciente

Como paciente, tiene derecho a la privacidad, a solicitar y recibir atención médica, y a rehusarse a recibir atención médica y tratamiento. Las normas de seguridad a veces pueden limitar algunos derechos. Usted tiene derecho a:

- Recibir atención médica.
- Recibir servicios médicos prácticos y necesarios para proteger su vida, prevenir y tratar enfermedades y discapacidades, y aliviar dolores intensos.
- Ser tratado con respeto a su dignidad, incluida la privacidad en el tratamiento y la atención de las necesidades personales, excepto cuando esto contradiga las normas de seguridad.
- No recibir ningún tipo de abuso mental, verbal o físico por parte de los pacientes, los empleados del CDCR o del personal contratado.
- Mantener su historia clínica de manera confidencial de acuerdo con las leyes de privacidad. Las copias de los documentos sobre las leyes de privacidad están disponibles en la biblioteca legal.
- Tener acceso a su historial médico o que se le entregue a una persona con su consentimiento.
- Tomar decisiones sobre su atención médica, como:
 - ✓ Completar una Directiva Anticipada para la Atención Médica, el cual es un poder notarial sobre la atención médica y le permite declarar sus deseos por escrito.
 - ✓ Elegir a una persona para que tome decisiones de atención médica por usted, en caso de no poder tomar decisiones por sí mismo.
- Recibir información del personal de atención médica sobre su diagnóstico, tratamiento y pronóstico (si se conoce).
- Hablar acerca de sus opciones de tratamiento de atención médica con su proveedor de atención médica.
- Que su agente legalmente autorizado hable con su proveedor de atención primaria (Primary Care Provider, PCP) sobre sus opciones de tratamiento de atención médica, siempre y cuando la seguridad de la institución no se vea afectada.
- Recibir los servicios de un intérprete.
- Participar en las decisiones relacionadas con su atención médica con base en:
 - ✓ Una explicación clara sobre su afección.
 - ✓ Todos los procedimientos médicos propuestos.
 - ✓ El riesgo de muerte o los efectos secundarios graves.
 - ✓ Problemas relacionados con la recuperación.
 - ✓ Otras opciones de tratamiento.
- Dar un consentimiento informado para recibir cualquier tratamiento o procedimiento.
- Rechazar cualquier tratamiento o procedimiento, excepto en los casos en los que lo exija la ley, como:
 - ✓ La evaluación para detectar la tuberculosis (TB).
 - ✓ El tratamiento de salud mental en caso de sufrir una discapacidad grave, representar un peligro para usted o para los demás.
 - ✓ Negarse a recibir un tratamiento o procedimiento. Esto debe hacerse por escrito.
- Recibir información sobre el proceso de reclamación de las normas de la institución.

Los derechos mencionados solo se pueden rechazar o limitar por una buena causa. La atención solo se puede rechazar o limitar por procedimientos de seguridad razonables o según lo autorice la ley. Los motivos por los cuales sus derechos se rechacen o se limiten se documentarán en su historia clínica.

Adaptación razonable

Los pacientes con problemas de aprendizaje, salud mental o físicos que requieren asistencia para ver, escuchar, caminar, hablar o que se encuentren en tratamiento de diálisis, pueden llenar el Formulario 1824 del CDCR para que se les evalúe respecto a una adaptación razonable o una discapacidad. También puede usar este formulario para reportar si sufre de discriminación debido a su discapacidad. Pídale a cualquier miembro del personal que le entregue el formulario o le ayude a completarlo.

Equipo médico duradero (DME)

Algunos artículos de equipo médico duradero (Durable Medical Equipment, DME) son:

- Andaderas o sillas de ruedas
- Aparatos y zapatos ortopédicos
- Aparatos auditivos
- Medidor del nivel de glucosa en la sangre
- Máquina para tratar la apnea del sueño
- Tanque de oxígeno
- Nebulizador
- Bastones

Se le proporcionará el DME cuando su equipo de atención médica lo indique. Se le permitirá mantener su DME, con excepción de los siguientes casos:

- Cuando represente un riesgo de seguridad o protección
- Cuando su equipo de atención médica decida que ya no lo necesita
- Cuando manipule o altere el equipo

Trabajadores de la Ley de Norteamericanos con Discapacidades (ADA)

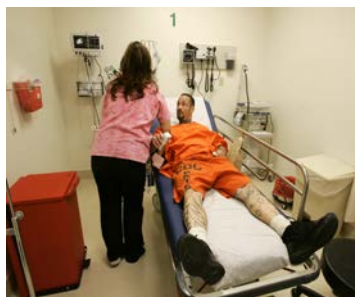
Todas las instituciones del CDCR cuentan con un programa de asistencia para presos que califican bajo la Ley de Norteamericanos con Discapacidades (Americans with Disabilities Act, ADA) para brindarles asistencia si tienen una discapacidad que pueda afectar su capacidad para acceder a los programas, los servicios y las actividades. Puede solicitar la asistencia de los trabajadores de la ADA por medio del personal o identificarlos por el chaleco que portan.

Comunicación efectiva

Se debe lograr una comunicación efectiva al comunicarse con todos los pacientes. El personal trabajará con usted si tiene discapacidades o problemas para comunicarse, como problemas auditivos, de la vista, del habla, un puntaje bajo en la Prueba de educación básica para adultos (Test of Adult Basic Education, TABE), discapacidades de aprendizaje, un dominio limitado del inglés (Limited English Proficiency, LEP), problemas de salud mental y discapacidades del desarrollo. El personal es quien debe proporcionarle la información para que usted pueda entenderla. También le ayudarán si tiene problemas para entender sus exámenes médicos, procedimientos y todos los demás procedimientos o audiencias.

Si necesita asistencia para comunicarse, avísele a su equipo de atención médica.

- Si el inglés no es su idioma principal, puede solicitar un intérprete.
- Si no puede entender lo que dicen, puede pedirle al personal que use palabras comunes para explicarle, que hablen despacio y más fuerte.
- Si desea elegir el lenguaje de señas estadounidense como su principal medio de comunicación, hay un intérprete de lenguaje de señas y otros dispositivos de asistencia disponibles.
- Si no puede oír, informe al personal de su unidad de vivienda para que puedan explicarle lo que dicen en los altavoces de la institución como avisos, alarmas, conteos y otras emergencias.



SERVICIOS DE ATENCIÓN MÉDICA



Servicios de atención médica

Los servicios de atención médica están disponibles en las instituciones en todo momento. Se le proporcionará la atención médica para recibir un diagnóstico y un tratamiento.

Nuevo ingreso a una institución del CDCR

Cuando ingrese a una institución del CDCR por primera vez, el personal de atención médica del Centro de Recepción (Reception Center, RC) le hará algunas preguntas sobre su historial médico, que incluyen: problemas médicos, mentales, dentales y cualquier tipo de discapacidad.

- Le realizarán una prueba cutánea para la detección de tuberculosis (TB) en el antebrazo y le leerán los resultados después de dos o tres días.
- Si ya le hicieron una prueba cutánea para la tuberculosis y resultó positiva, avísele a la enfermera, ya que es posible que necesite una radiografía del pecho.
- Le ofrecerán realizarse una prueba de enfermedades de transmisión sexual (ETS).
- Le ofrecerán realizarse una prueba de hepatitis (enfermedad del hígado).
- Si estaba tomando pastillas antes de ingresar, explíquelo a la enfermera qué pastillas está tomando y para qué afecciones; la enfermera hablará con el médico y decidirá si puede continuar tomando estas pastillas.
- Como nuevo integrante del CDCR, el personal de atención dental y mental, los médicos y las enfermeras le atenderán para garantizar que se revisen todos los aspectos de su salud.
- Se le permitirá obtener artículos en la cantina dentro de los 30 días calendario posteriores a su ingreso al RC, donde podrá adquirir productos de venta libre y anteojos para leer; además se le brindará información sobre estos productos.

Para mujeres únicamente

Se le realizará una prueba de Papanicolaou y un examen de los senos para detectar cáncer.

Si tiene menos de 60 años, se le realizará una prueba de orina para el embarazo. Si está embarazada, recibirá atención durante el embarazo y después del parto.

Servicios médicos

Usted contará con un equipo de atención médica en la institución. El equipo de atención médica consta de un médico, enfermeras, un dentista, un coordinador de citas, el personal de salud mental y USTED. Su equipo de atención médica se encarga de verificar que reciba la atención médica que necesita. Si necesita que una enfermera o un médico lo atienda de inmediato, lo llevarán a la clínica.

Usted es un elemento importante en el equipo de atención médica. Las enfermeras, los médicos y otros miembros del equipo trabajarán con usted para administrar su salud y sus afecciones médicas. Su función en este equipo es:

- Informar al equipo sobre cualquier cambio en su salud o afección médica.
- Seguir el plan de tratamiento, que incluye tomarse los medicamentos, realizarse las pruebas de laboratorio y los procedimientos.
- Presentarse en sus consultas de atención médica.
- Informar al equipo si no está de acuerdo con el plan de tratamiento o si se niega a recibir atención médica.
- Ser cortés y respetuoso al hablar con los miembros de su equipo de atención médica.



Programa de Discapacidad del Desarrollo (DDP)

Un miembro del personal se reunirá con usted y le hará algunas preguntas para evaluar sus habilidades cognitivas y de aprendizaje. Esto ayudará a ubicarlo en la vivienda correcta para garantizar que reciba la asistencia adecuada, se cumplan sus necesidades básicas y que comprenda las reglas del CDCR.

Cómo obtener sus medicamentos

Las filas de píldoras tienen horas programadas para que obtenga sus medicamentos. El personal de custodia de su unidad de vivienda le informará la hora, el lugar y el proceso de cada fila de píldoras.

- Medicamentos con receta médica: son medicamentos que su equipo de atención médica le receta para tratar ciertas afecciones médicas.
- Medicamentos sin receta médica: en la cantina hay ciertos medicamentos para enfermedades comunes a su disposición. Es posible que haya un límite en la cantidad de medicamentos sin receta médica que reciba cada mes. Las reglas están publicadas en el área de la cantina.
- Hay ciertas píldoras que le dará una enfermera, lo observará al tragarlas y revisará su boca para asegurarse de que las haya tragado.
- Hay medicamentos que puede llevarse y tomarlos como le indicaron (por ejemplo, píldoras, cremas, inhaladores, etc.). Manténgalos en el paquete original y asegúrese de que estén etiquetados con su nombre. El personal de custodia retirará los artículos que no estén marcados con su nombre.

Si lo transfieren a otra institución, llévese todos sus medicamentos. Los medicamentos que recibe en la fila de píldoras se enviarán a la institución a la que vaya.

Rechazo de los medicamentos con receta médica

Usted se rehúsa a tomar un medicamento si:

- Le dice a la enfermera que no quiere tomarlo.
- No se presenta en la fila de píldoras y no tiene un justificante.
- No recoge sus medicamentos después de cuatro días de haber recibido el aviso para pasar a recogerlos.
- No toma los medicamentos como le indicó su equipo de atención médica.

Usted tiene derecho a rehusarse a tomar medicamentos, a menos que exista una orden judicial que indique lo contrario.

Dígale a su equipo de atención médica si tiene efectos secundarios o reacciones al medicamento que está tomando.

Avísele a su equipo de atención médica si ya no desea tomar sus medicamentos.

Resurtido de medicamentos

- Si necesita un resurtido de medicamentos, llene una solicitud de atención médica, por ejemplo, resurtir Tylenol.
- También puede pedirle a la enfermera de la fila de píldoras que solicite un resurtido para usted.
- Los medicamentos que toma a diario para las afecciones crónicas se resurtirán automáticamente, por ejemplo, los medicamentos para la presión arterial y para la diabetes. Puede preguntarle a la enfermera de la fila de píldoras cuáles de sus medicamentos se resurtirán automáticamente.
- Se le informará cuando sus medicamentos estén listos para que los recoja. Tiene un plazo de cuatro días para recogerlos.
- No tire los envases vacíos, los inhaladores u otros envases de medicamentos. Es posible que tenga que presentarlos al recoger su resurtido.



Medicamentos continuos

Si no tiene más resurtidos de su medicamento con receta médica, su equipo de atención médica lo volverá a ordenar o le programará una consulta en la clínica antes de volverlo a ordenar.

Cómo recibir atención médica

- 1) Llene un Formulario CDCR 7362, también conocido como solicitud de atención médica. Puede encontrar la solicitud de atención médica en las unidades de vivienda y en las clínicas. También puede pedir la solicitud de atención médica al personal de custodia o de atención médica.
- 2) Si necesita ayuda, el personal de custodia o de atención médica pueden ayudarle a llenar la solicitud de atención médica.
- 3) Deposite la solicitud de atención médica en las cajas cerradas ubicadas en su unidad de vivienda o entréguesela a cualquier miembro del personal de atención médica u oficial de custodia en cualquier momento.
- 4) La enfermera recoge y revisa las solicitudes de atención médica todos los días.
- 5) Si el problema de salud que describió no se considera grave, la enfermera lo atenderá al día siguiente. Si el día siguiente es fin de semana o día feriado, la enfermera lo verá cuando la clínica abra nuevamente.
- 6) Si el problema de salud que describió se considera grave, la enfermera lo atenderá ese mismo día, incluso si es fin de semana o día feriado.
- 7) El oficial de custodia le dará un “ducat” o pase para ver a su equipo de atención médica el día de su consulta en la clínica.

Telemedicina

En muchas instituciones, su proveedor de atención médica, como un médico o un especialista, lo atenderá por video. Una enfermera le ayudará durante esta consulta en la clínica. Esta consulta ocurre en tiempo real para que pueda hablar con el médico o el especialista y hacerle preguntas.



“Ducat” o pase

Un “ducat” o pase tendrá la fecha y la hora de su consulta en la clínica. Si no desea ir a su consulta en la clínica, de igual modo tiene que ir a la clínica y firmar un formulario para rechazar la consulta. Su equipo de atención médica le informará sobre los riesgos de rechazar la atención médica.

Atención médica de emergencia

Si tiene un problema de salud y necesita atención de inmediato, comuníquese al personal de custodia o al personal de atención médica. El personal de atención médica evaluará su problema de salud y determinará la atención que necesita. Es posible que la enfermera se comunique con un proveedor para solicitarle una consulta o trasladarlo a un hospital.

Servicios de diagnóstico

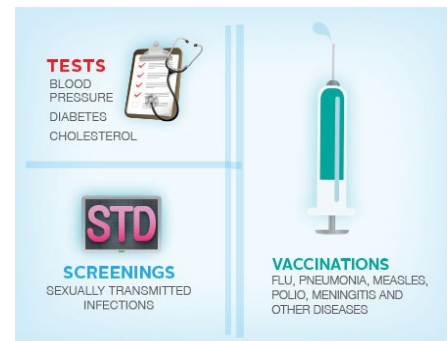
Es posible que sea necesario realizar ciertas pruebas y exámenes para controlar su salud, como un análisis de sangre y radiografías. Hay pruebas en las que se requiere un ayuno o no comer varias horas antes. Es posible que para realizar algunas pruebas tenga que recolectar una muestra de orina o heces en un contenedor de plástico con tapa. Se le entregará un documento con un recordatorio de lo que debe hacer antes de cada prueba. Su equipo de atención médica le informará los resultados.



Servicios preventivos

Los servicios preventivos se proporcionan para mantenerlo saludable, evitar que contraiga enfermedades y para saber, de manera oportuna, si tiene una enfermedad grave. Estos servicios incluyen:

- Pruebas de detección de cáncer
- Vacunas
- Clases de enseñanza sobre estilos de vida saludables
- Prueba de enfermedades de transmisión sexual (ETS), hepatitis y VIH



Prueba de detección de tuberculosis (TB)

Cada año, le harán algunas preguntas relacionadas con los síntomas de la tuberculosis (TB). **No puede** rehusarse a contestar las preguntas anuales sobre la TB.

Vacuna contra la gripe

Cada año se le ofrecerá aplicarle una vacuna contra la gripe. Puede rehusarse a recibir la vacuna contra la gripe.

Prueba de detección del virus de inmunodeficiencia humana (VIH)

El VIH es un virus que causa el SIDA. Usted puede solicitar una prueba de VIH. Su equipo de atención médica hablará con usted sobre los resultados.

Coccidioidomicosis (cocci) o fiebre del valle

La coccidioidomicosis o fiebre del valle es causada por un hongo que vive en el suelo en ciertas regiones de California. Puede permitir que le realicen una prueba cutánea para conocer el riesgo de sufrir la enfermedad. Si tiene un alto riesgo, no lo alojarán en una institución en el área donde la fiebre del valle sea común.

Hepatitis

La hepatitis es una infección del hígado causada por un virus. Su equipo de atención médica le recomendará que se realice una prueba de hepatitis y usted también puede solicitarla. El tratamiento para la hepatitis depende del tipo de virus.

La hepatitis C es muy común entre los presos. Si tiene la hepatitis C, su equipo de atención médica trabajará con usted para que conozca las opciones de tratamiento.

Otras formas de protegerse contra las enfermedades son:

- No comparta artículos para el uso de drogas, como agujas o equipo de inhalación de drogas como popotes.
- Use condón al mantener relaciones sexuales. Puede obtener condones en su unidad de vivienda.
Nota: Aunque puede obtener condones, no está permitido mantener relaciones sexuales mientras está en prisión y es ilegal.
- No comparta NINGUNA aguja (para tatuajes o perforaciones).
- No comparta los cubiertos para comer.
- No comparta las navajas de afeitar, los cortaúñas ni los cepillos de dientes.

Para mujeres únicamente

Las leyes de California exigen que las mujeres presas tengan servicios de salud reproductiva seguros y disponibles, incluidos el control de natalidad y la atención médica en caso de embarazo.

Los siguientes servicios están disponibles para usted:

- Servicios de salud reproductiva y métodos de control de natalidad.
- Su equipo de atención médica hablará con usted sobre los métodos anticonceptivos.
- Si está embarazada, recibirá atención durante el embarazo y después del parto.
- Las toallas sanitarias son gratuitas; puede obtenerlas en su unidad de vivienda.



Consultas con especialistas

Su equipo de atención médica puede referirlo a un experto en ciertas enfermedades o en ciertos procedimientos y tratamientos. Algunos ejemplos de médicos especialistas son:

- Cardiólogo (experto en enfermedades del corazón)
- Hepatólogo (experto en enfermedades del hígado)
- Fisioterapeuta (le ayuda a recuperarse de una lesión o enfermedad)

Servicios de nutrición y asesoría nutricional

El CDCR le proporciona tres comidas al día. Cada comida contiene intencionalmente MÁS calorías de las que necesita, por lo que puede omitir algo que no le guste y aun así obtener calorías suficientes. Si continuamente come toda la comida, es posible que suba de peso. Su equipo de atención médica puede mandarle una dieta especial, refrigerios adicionales, suplementos o asesoramiento de acuerdo a sus necesidades de atención médica. Coménteles a su equipo de atención médica si sufre de alergias a algunos alimentos, o si tiene alguna restricción religiosa o dietética.



Educación sobre la atención médica

Su equipo de atención médica hablará con usted sobre:

- La prevención de enfermedades
- Los planes de tratamiento recomendados
- Los recursos disponibles para la atención médica

Los temas de educación sobre la atención médica pueden incluir:

- El bienestar y la prevención
- Las afecciones o enfermedades recién diagnosticadas
- Los planes de tratamiento (por ejemplo, dietas, medicamentos, aparatos especiales o equipos)
- Los procedimientos y las pruebas que hay
- Los cuidados antes y después de una cirugía
- El cumplimiento del plan de tratamiento
- Los cambios en el estilo de vida (por ejemplo, hacer ejercicio, dejar de fumar, nutrición, tomar los medicamentos)

Planificación de la atención para el fin de la vida

Las Ordenes del Médico de Tratamiento para el Mantenimiento de la Vida (Physician Orders for Life Sustaining Treatment, POLST) y la Directiva Anticipada para la Atención Médica son documentos legales que usted llena para informarle a su equipo de atención médica y a otras personas sobre qué tipo de atención desea recibir si tiene una enfermedad grave o en caso de no poder tomar decisiones por sí mismo. Puede elegir a una persona para que tome decisiones en su nombre. Puede cambiar la instrucción de estos documentos en cualquier momento. Hable con su equipo de atención médica si desea llenar estos formularios o si tiene alguna pregunta.

Cuidados paliativos y de hospicio

Estos son la atención especializada para pacientes con enfermedades graves que les ayuda a controlar los síntomas, sentirse cómodos, reducir el dolor y mejorar su calidad de vida. Si tiene una enfermedad que podría ocasionarle la muerte dentro de los próximos seis meses, es posible que tenga la opción de trasladarse a la unidad de cuidados paliativos en el Centro Médico de California (California Medical Facility, CMF).

Quejas sobre la atención médica que recibe

Si tiene alguna queja sobre su atención médica o el personal de atención médica, puede presentar un reclamo de atención médica CDCR 602 HC. Puede encontrar los formularios CDCR 602 HC en las unidades de vivienda y en la biblioteca legal. Debe adjuntar documentos de respaldo a su queja. Envíe el formulario completado y los documentos de respaldo al coordinador de quejas.

Hay dos niveles de revisión para las quejas de atención médica. Para obtener más información, puede consultar el Código de Reglamentos de California (California Code of Regulations), Título 15, sección 3087.

Divulgación de la información de atención médica

Si usted u otra persona quiere ver su información de atención médica, debe llenar un formulario CDCR 7385 Autorización para la divulgación de información protegida sobre la salud. Una vez que haya llenado este formulario, entréguelo en el Departamento de Administración de Información sobre la Salud (Historias Clínicas) de su institución.

El CDCR 7385 debe:

- Estar firmado por usted o por su representante legal autorizado.
- Establecer qué información quiere que se divulgue.
- Establecer quién obtendrá la información y su dirección.
- Indicar por qué necesitan la información.
- Indicar un plazo en el que la información estará disponible.

Debe solicitar por escrito si desea actualizar, cambiar o retirar su CDCR 7385.

Sistema electrónico de historias clínicas

El CDCR almacena sus historias clínicas de manera electrónica. Para asegurarse de que sus registros sean precisos, siempre porte su tarjeta de identificación cuando acuda a:

- 1) Su consulta en la clínica
- 2) La fila de píldoras
- 3) Las citas fuera del sitio



La tarjeta de identificación confirmará que su historia clínica se actualice correctamente.

Si tiene preguntas sobre el sistema electrónico de historias clínicas, siéntese libre de preguntarle a su enfermera o a su proveedor.

Sistema de clasificación médica

El sistema de clasificación médica se usa para asegurar que se encuentra en una institución que satisfaga sus necesidades de atención médica. Pueden transferirlo a otra institución si su institución actual no puede satisfacer sus necesidades de atención médica.

Ley para la Eliminación de Violaciones en las Prisiones (PREA)

El acoso sexual, cualquier contacto sexual entre los presos o entre un preso y el personal están prohibidos.

Si es víctima de agresión o acoso sexual, informe al personal de custodia o al equipo de atención médica de inmediato. Conserve cualquier evidencia de agresión sexual.

Si no se siente cómodo contactando al personal, pídale a un amigo o un familiar que lo reporte por usted.

Opiáceos

¿Qué son los opiáceos?

Los opiáceos son drogas ilegales como la heroína, los medicamentos con receta médica que se usan para tratar el dolor como la morfina, la codeína, la oxycodona, la hidrocodona (algunos sobrenombres para este medicamento incluyen: "Norco", "T-3", "Oxy", etc.) y el fentanilo. Su función es reducir la percepción del dolor en el cuerpo.

¿Los opiáceos causan adicción?

Cualquier persona que consuma cualquier tipo de opiáceo se puede volver adicto.

¿Se pueden evitar los riesgos relacionados con los opiáceos?

No. Los opiáceos representan un riesgo para todos los que los consumen. Cualquier persona que tome opiáceos está en riesgo de sufrir una sobredosis, volverse adicto o morir.

¿Cómo se produce una sobredosis?

La sobredosis por opiáceos puede ocurrir cuando se hace mal uso de un medicamento con receta médica, se ingiere el medicamento con receta médica de otra persona o se consume una droga ilícita o callejera como la heroína. Las drogas ilícitas o callejeras a menudo son mezclas que contienen otras sustancias peligrosas.

¿Qué pasa en su cuerpo cuando tiene una sobredosis?

- Sus pulmones se llenan de líquido.
- Su cerebro no recibe oxígeno.
- Su corazón deja de latir.
- Deja de respirar.
- Si no se trata, existe una gran posibilidad de que muera.

¿Cuáles son los signos y síntomas de una sobredosis por opiáceos?

- Somnolencia excesiva
- Respiración lenta y superficial
- Las uñas o los labios se tornan azules o morados
- Pupilas “puntiformes” o muy pequeñas
- Ritmo cardíaco lento
- Sentirse confundido o actuar como si estuviera borracho
- Vómito

Si usted, su compañero de celda u otra persona tiene los síntomas mencionados, ¡pida ayuda de inmediato!

Tratamiento para la sobredosis de opiáceos

El CDCR usa Narcan (también conocido como naloxona), que es un medicamento “antídoto” para el tratamiento de emergencia de una sobredosis por opiáceos. El uso de Narcan, junto con la ayuda de los servicios de emergencia (911), aumentará las posibilidades de sobrevivir.

Cómo prevenir una sobredosis

- Tome sus medicamentos como se le indicó.
- No tome los medicamentos o fármacos de otros pacientes.
- No consuma drogas ilegales o callejeras.

Recursos

Si le preocupa su propio consumo de opiáceos, no espere más. Presente un Formulario de solicitud de atención médica CDCR 7362 y hable con el personal de atención médica. El personal de atención médica puede ayudarle a obtener ayuda, información y asistencia. El tratamiento para las drogas con ayuda de medicamentos está disponible en algunas prisiones.

SERVICIOS DE SALUD MENTAL



ESTÁ BIEN PEDIR AYUDA

Servicios de salud mental

El sistema de prestación de servicios de salud mental (Mental Health Services Delivery System, MHSDS) del CDCR le brinda acceso a los servicios de salud mental.



Remisión al MHSDS

Un miembro del personal de salud mental le hará algunas preguntas en privado sobre su salud mental. Dígame al miembro del personal si recibió tratamiento por problemas de salud mental antes de llegar a la institución y si está tomando algún tipo de píldoras para tratar sus problemas de salud mental.

Lo remitirán al MHSDS por las siguientes situaciones:

- Evaluación por nuevo ingreso en el Centro de Recepción (RC).
- Autorreferencia mediante una solicitud de atención médica (CDCR 7362).
- Referencia de otro proveedor o miembro del personal del CDCR.

Para remitirlo al MHSDS debe tener una afección de salud mental. Una afección de salud mental puede incluir:

- Tener pensamientos o la intención de dañarse a sí mismo o a alguien más.
- La adaptación a la institución y a sus normas.
- Tener problemas que surgen en el hogar, como el divorcio, la custodia de los hijos, la enfermedad de un familiar o la muerte.
- Depresión.
- Ansiedad.
- Oír voces.
- Sospechar de la gente, los lugares o las cosas.

Las crisis de salud mental

Puede solicitar hablar con un miembro del personal de salud mental en cualquier momento. Avísele a cualquier miembro del personal si siente ganas de lesionarse, matarse o lesionar o matar a otra persona, si se siente confundido o si no puede pensar con lucidez.

Autorreferencia

Cuando envíe una solicitud de atención médica (CDCR 7362) para solicitar servicios de salud mental, describa con el mayor detalle posible su problema. El personal de salud mental lo atenderá con base en el problema que tenga. Si tiene algún deseo de lesionarse o lesionar a otros, avise a los miembros del personal de inmediato.

Programa de tratamiento del MHSDS

Si lo remitieron al MHSDS, ocurrirá lo siguiente:

- Le asignarán un médico clínico principal asignado.
- Tendrá consultas de rutina programadas en la clínica o en la celda, según el nivel de atención que necesite.
- Se le pedirá participar en su plan de tratamiento.
- Podrá rehusarse a tomar el tratamiento, excepto cuando exista una orden judicial.

La atención de salud mental será proporcionado por los siguientes individuos:

- Psiquiatras
- Psicólogos
- Trabajadores sociales clínicos
- Terapeutas recreativos
- Enfermeras certificadas
- Técnicos psiquiátricos
- Enfermeras vocacionales certificadas

Los servicios de salud mental incluyen:

- Medicamentos
- Terapia individual
- Terapia de grupo
- Terapia recreativa
- Planificación después del tratamiento

Hay cuatro niveles de tratamiento dentro de los programas de salud mental. La ubicación en cierto nivel de atención dependerá de sus necesidades de salud mental. Su médico clínico principal trabajará con usted para determinar cuál es el mejor programa para usted.

Prevención del suicidio

Los servicios de salud mental son privados y pueden ayudarle cuando no sepa a dónde acudir. Nuestro personal de salud mental capacitado puede ayudarle con las siguientes situaciones:

- Enfrentar los cambios
- Problemas de adaptación y transición
- Asesoramiento en momentos de crisis
- Servicios de medicamentos

Lo que debe saber:

- No está solo, aunque a veces sienta que lo está. Muchas personas experimentan momentos difíciles pero tienen ayuda disponible.
- Piense antes de actuar. Existen otras opciones.
- Siéntase seguro de usted mismo y de lo que lo rodea. Por ejemplo, evite las drogas y el alcohol porque pueden hacer que se sienta peor y que no piense con claridad.
- Tome todos sus medicamentos como se le indicó. No suspenda ni haga cambios en sus medicamentos a menos que usted y su proveedor de atención médica lo decidan.
- Tome solo los medicamentos que su proveedor de atención médica le haya recetado.
- Identifique cuando no se siente bien y pida ayuda. Haga una lista de cómo se siente y hable con su psiquiatra o médico clínico.
- Hable con alguien de confianza. Hay personas que pueden ayudarlo y apoyarlo.

Señales de advertencia: (cuando necesite ayuda, hable con un miembro del personal o llene una solicitud de atención médica CDCR 7362)

- El consumo de alcohol, drogas y otras sustancias para enfrentar las situaciones.
- Sentirse atrapado.
- Sentir vergüenza o culpa.
- Sentir ira o rabia.
- Sentir depresión o ansiedad.
- No temer a nada, sentir que no tiene nada que perder.
- Recibir malas noticias, como un aumento de sentencia o problemas en el hogar (divorcio, fallecimiento de un ser querido o noticias de una enfermedad).
- Sentirse solo o aislado.
- Recibir un diagnóstico médico grave o sufrir de dolor crónico.
- Ser trasladado a la zona de segregación administrativa.
- Falta de sueño.
- Dejar de disfrutar las cosas como antes.

Señales de advertencia graves:

- Sentir ganas de morir o de no despertar más.
- Oír voces o ver cosas que otros no ven.
- Sentir un dolor emocional o físico insoportable.
- Hacer planes para suicidarse.
- Dormir todo el tiempo o no dormir nada.
- Despedirse de sus seres queridos, por medio de cartas, por ejemplo.
- Regalar objetos personales.

SERVICIOS ODONTOLÓGICOS



Servicios odontológicos

Usted recibirá los servicios **odontológicos** que el dentista ha determinado son necesarios desde el punto de vista clínico según se definen en el Código de Reglamentos de California, Título 15, secciones 3999.200(a) y 3999.98. Encontrará una copia de esta información en la biblioteca legal.

Los servicios odontológicos le pueden ayudar a aliviar el dolor en los dientes y las encías. Los servicios odontológicos incluyen la detección y el tratamiento de problemas dentales que pueden representar un peligro para su salud o que no le permiten masticar los alimentos.

Los servicios odontológicos incluyen:

- Exámenes
- Limpiezas
- Empastes de amalgama (color plata) para los dientes de atrás
- Empastes compuestos (del color de los dientes) solo para los dientes de adelante
- Cirugía oral/extracciones (extracción del diente)
- Coronas de acero inoxidable (tapas)
- Dentaduras completas y parciales (dientes postizos)
- Tratamiento para mantener sus dientes y encías saludables
- Información para mantener sus dientes y encías saludables

El CDCR NO proporciona los siguientes servicios dentales:

- Coronas de oro o porcelana (tapas) o puentes
- Implantes (dientes artificiales que se atornillan a la mandíbula)
- Ortodoncia (tratamiento para enderezar los dientes)
- Blanqueamiento de los dientes
- Odontología cosmética (cuidado dental solo para lucir mejor)
- Endodoncia o tratamiento de conducto en los dientes de atrás
- Cirugía de los conductos radiculares
- Tratamiento para el dolor de las articulaciones de la mandíbula
- Extracción innecesaria de las muelas del juicio
- Cirugía para extraer las muelas del juicio que son demasiado difíciles de extraer, incluso por un especialista

Si necesita recibir servicios dentales, presente una solicitud de atención médica (CDCR 7362).

Le proporcionarán los servicios dentales de acuerdo a la clasificación de prioridad. El dentista decidirá la prioridad de sus problemas dentales mediante un examen dental.

Las clasificaciones de prioridad dental (dental priority classifications, DPC) son:

- DPC 1. Atención de urgencia: necesita tratamiento para una lesión, dolor, infección, hinchazón u otro problema dental grave.
- DPC 2. Atención interceptiva: necesita tratamiento dental menos urgente, pero que no es de rutina. Por ejemplo, si tiene caries profundas o muchas caries o no tiene suficientes muelas para masticar la comida.
- DPC 3. Atención de rutina: necesita tratamiento para problemas dentales que no son tan graves y pueden esperar. Su nivel de higiene bucal (qué tan bien se limpia los dientes) y el tiempo restante de su sentencia determinarán si califica para los servicios de DPC 3.
- DPC 4. No necesita tratamiento dental.
- DPC 5. Tiene necesidades dentales especiales.

Tratamiento odontológico de emergencia está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana. Si necesita tratamiento dental de inmediato, avísele a cualquier miembro del personal. Los problemas de DPC 1 son más urgentes, por lo que es posible que el dentista necesite tratarlos antes de atender los problemas de DPC 2 o DPC 3.

El dentista puede hacer una prueba de detección en el RC y decirle si necesita tratamiento dental. En el RC, solo puede recibir tratamiento para problemas dentales de DPC 1 y de emergencia. El personal dental del RC también puede enseñarle cómo debe cepillarse los dientes y usar el hilo dental, en caso de que el dentista decida que lo necesita.

Poco después de ingresar a un establecimiento asignado, el personal dental le notificará que puede realizarse un examen dental. Después de recibir la notificación, debe enviar una CDCR 7362 si desea ver a un dentista para realizarse un examen dental. El dentista hará una lista de sus problemas dentales durante el examen. Puede recibir tratamiento por problemas dentales de emergencia y de DPC 1 sin importar cuánto tiempo le quede en su sentencia. Solo puede recibir tratamiento por problemas dentales de emergencia, DPC 1 y DPC 2 si le quedan menos de 12 meses de sentencia. Si le quedan más de 12 meses de sentencia, puede recibir tratamiento para todos sus problemas dentales.

Debe firmar un formulario de consentimiento para autorizar el tratamiento dental. Si se rehúsa a recibir tratamiento dental, debe firmar un Formulario de rechazo del examen o tratamiento dental, CDCR 7225-D.

Para recibir tratamiento para problemas dentales DPC 3 en un establecimiento asignado (excepto el tratamiento para la enfermedad de las encías), debe mantener sus dientes lo suficientemente limpios para tener un buen nivel de higiene bucal.

Un miembro del personal dental revisará cuántos de sus dientes tienen placa y calculará el porcentaje del índice de placa. La placa dental es un material pegajoso que se encuentra en sus dientes y encías y que contiene bacterias. Estas bacterias causan caries. Un porcentaje de índice de placa del 20 % o inferior indica un buen nivel de higiene bucal.

Cuando su porcentaje de índice de placa es superior al 20 %, el personal dental le brindará atención para mejorar su porcentaje. Esta atención consiste en realizarle una limpieza dental o enseñarle cómo debe cepillarse los dientes y usar el hilo dental. El porcentaje de índice de placa le ayuda al personal dental a mostrarle lo importante que es mantener sus dientes y encías limpios.

Debe cepillarse los dientes y usar el hilo dental durante 30 días calendario después de que el personal dental le indique la manera en que debe hacerlo. Esto es para revisar que su porcentaje de índice de placa mejore. Debe presentar una CDCR 7362 al final de los 30 días calendario para ver si su porcentaje de índice de placa es lo suficientemente bueno para calificar para los servicios dentales DPC 3.

Si su porcentaje de índice de placa se mantiene por encima del 20 %, o si se rehúsa a seguir las instrucciones de cómo debe cepillarse los dientes y usar el hilo dental, solo podrá recibir atención dental de emergencia, DPC 1, DPC 2 (dependiendo del tiempo restante en su sentencia) y DPC 5.

Guía para la higiene bucal (cuidado personal)

Mantenga sus dientes y encías saludables

¿Qué puedo hacer para mantener mi boca sana?

- Lleve una dieta nutritiva.
- Limite los bocadillos entre comidas.
- Cepille bien sus dientes y use el hilo dental todos los días.

Cepillado

Establezca una rutina para cepillarse los dientes.

- Cepílese los dientes dos veces al día, cuando se levante y antes de irse a dormir.
- Cuando se cepille, hágalo durante al menos tres minutos.
- Use un cepillo de dientes de cerdas suaves con pasta dental o polvo dentífrico que contenga fluoruro.
- Sostenga el cepillo de dientes en un ángulo de 45 grados en la línea de las encías.



- Cepille todos los dientes. Comience en un lugar y continúe alrededor de la boca.
- Cepille suavemente la parte exterior e interior de los dientes, así como la superficie de masticación con pequeños movimientos circulares.



- Gire el cepillo de dientes y use la punta para cepillar la parte posterior de los dientes de adelante superiores e inferiores.



- Cepille la lengua.



- Enjuáguese la boca con agua después de cepillarse.

Uso del hilo dental

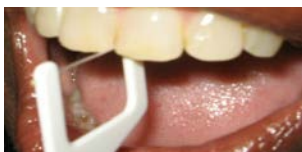
Usar el hilo dental entre los dientes y debajo de las encías es tan importante como el cepillado. Use el hilo dental al menos una vez al día.

El CDCR ha autorizado que use un dispositivo de hilo dental.



Cómo utilizar el dispositivo de hilo dental:

- Coloque el hilo dental justo en la separación entre dos dientes.



- Con un movimiento de frotación suave, aplique una presión suave para introducir el hilo entre los dientes.



- Deslice el hilo dental primero debajo de la encía alrededor de uno de los dientes en forma de U.



- Mueva el hilo dental hacia arriba y hacia abajo sobre el costado del diente de 3 a 5 veces. El hilo dental tiene que llegar debajo de la encía.
- Dé vuelta la U y pase el hilo dental en el otro diente.



- Retire el hilo dental e introdúzcalo entre los siguientes dos dientes.
- Repita el proceso en todos los demás dientes.
- Después de usar hilo dental, enjuáguese la boca con agua.

La protección de sus dientes y encías depende de usted. Las caries dentales y la enfermedad de las encías pueden dañar su boca y afectar su bienestar. El cepillado y el uso del hilo dental todos los días, le ayudarán a prevenir las caries dentales y la enfermedad de las encías. Así que, ¡tome el control para mantener su boca saludable ahora!