



## Informació sobre les actuacions preventives en referència al nou coronavirus SARS-CoV-2 en l'àmbit de les persones amb trastorns de salut mental i/o addiccions

Benvolgudes i benvolguts,

Les recomanacions següents en relació a la infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2 estan dirigides a aquelles persones que tinguin algun problema de salut mental i/o addiccions i al seu entorn proper.

En primer lloc, cal recordar les **mesures bàsiques d'higiene personal**, dirigides a tota la ciutadania:

- ✓ Una higiene de mans freqüent i adequat (rentat amb aigua i sabó).
- ✓ Evitar el contacte estret amb persones que mostrin signes d'infecció respiratòria, com ara tos o esternuts o que tinguin febre.
- ✓ Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze en el moment d'estossegair o esternudar i rentar-se les mans de seguida.
- ✓ Com a norma general, mantenir una distància d'entre 1 i 2 metres.
- ✓ Evitar compartir menjar ni estris (coberts, gots, tovallons, mocadors...) i altres objectes sense netejar-los degudament.
- ✓ Després de manipular objectes de tercers, abstenir-se de tocar-se la boca, nas i ulls sense abans haver-vos rentat les mans.
- ✓ Evitar donar la mà, fer abraçades o petons

**Es recomana evitar les visites presencials** en els centres d'atenció comunitària de salut mental, les visites a urgències i les visites a persones ingressades en dispositius hospitalaris.

Les persones amb trastorn mental i/o d'addiccions que **ja estan vinculades a un dispositiu comunitari rebran atenció per via telefònica** sempre que la situació clínica ho requereixi. Les persones que **no estan vinculades a cap dispositiu de la xarxa de Salut mental** que volen consultar per un problema de salut mental hauran de **contactar amb l'equip d'atenció primària** i, en cas d'una **urgència**, amb el **061**. En cas d'**emergència** caldrà contactar amb el **112**.

**NOVETAT:**

Ara ja es pot anar a la farmàcia únicament amb la targeta sanitària per adquirir els medicaments que el metge prescrigui. No cal dur imprès el full del pla de medicació, ja que a través de la targeta sanitària a la Farmàcia el podran consultar.

**Suport:**

- Recomanacions a la ciutadania per a la gestió psicològica de l'alerta per coronavirus <https://www.copc.cat/ct/noticias/1026/Recomanacions-a-la-ciutadania-per-a-la-gestio-psicol-gica-de-l-alerta-per-coronavirus>
- La Federació Salut Mental Catalunya proporciona assessorament des dels serveis Espai Situa't de forma telemàtica, podeu trobar els contactes de cada territori en aquest enllaç <http://www.salutmental.org/2020/03/13/la-federacio-fa-teletreball-com-contactar-amb-nosaltres/>

Agraïm que tingueu en compte aquestes recomanacions davant d'aquesta situació excepcional. Us anirem informant puntualment dels canvis que es vagin produint.

**Ben cordialment,**

**Pla director de salut mental i addiccions. Departament de Salut. Generalitat de Catalunya**