

Asistencia de su médico de cabecera si tiene una discapacidad intelectual



¿Qué es una discapacidad intelectual?



Una **discapacidad intelectual** es una capacidad intelectual reducida y una dificultad para realizar las actividades cotidianas (por ejemplo, las tareas domésticas, la socialización o la gestión del dinero) que afecta a alguien durante toda su vida.



Las personas con discapacidad intelectual suelen tardar más en aprender y pueden necesitar ayuda para desarrollar nuevas habilidades, comprender información complicada e interactuar con otras personas.



La discapacidad intelectual puede ser leve, moderada, severa o profunda, y puede afectar de diferentes maneras.



Las personas con discapacidad intelectual tienen más probabilidades de padecer problemas de salud a largo plazo, como epilepsia o diabetes.



Es importante asegurarse de que su centro de salud sepa que usted tiene una discapacidad intelectual. Esto le permitirá obtener asistencia adicional y ser incluido en el Registro de discapacidad intelectual.



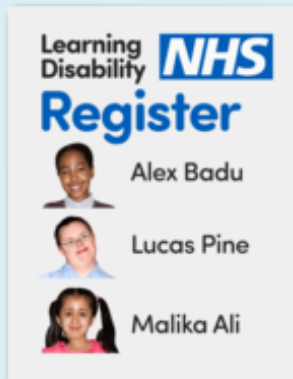
Una **dificultad o trastorno de aprendizaje** es diferente de una discapacidad intelectual. Las personas con dificultad o trastorno de aprendizaje necesitan ayuda para leer, escribir o hacer cuentas. Pueden tener dislexia o discalculia.



No se le puede incluir en el Registro de discapacidad intelectual si tiene una dificultad o trastorno de aprendizaje.



El Registro de discapacidad intelectual



El Registro discapacidad intelectual es una lista de personas que tienen una discapacidad intelectual.



Los médicos lo utilizan para asegurarse de que las personas con discapacidad intelectual obtienen la asistencia adecuada de la forma correcta.



Puede solicitar que se le incluya en el Registro de discapacidad intelectual poniéndose en contacto con su centro de salud.



No todos los recepcionistas conocerán el registro y es posible que no puedan comprobarlo.



Es posible que tenga que concertar una cita con su médico de cabecera para informarse sobre el Registro de discapacidad intelectual.



Su médico de cabecera probablemente le hará algunas preguntas sobre su discapacidad intelectual y cómo le afecta.



Puede utilizar diferentes palabras para describir su discapacidad intelectual, como dificultad de aprendizaje, trastorno de aprendizaje o diferencia de aprendizaje. Sin embargo, puede resultar más útil decir que usted tiene una **discapacidad intelectual** al médico de cabecera o al recepcionista del centro de salud desde el primer momento.



Puede decirle qué tipo de asistencia necesita en su día a día.



Puede contarle cualquier cosa que le dificulte el cuidado de su salud.



Puede decirle las **prestaciones por discapacidad** que recibe.



Puede decirle si tiene un **trabajador social**.



También puede decirle si ha tenido o tiene asistencia en la **escuela**.



No es necesario recibir asistencia de los servicios sociales para ser incluido en el Registro de discapacidad intelectual.



No tiene que hacer ninguna prueba para ser incluido en el Registro de discapacidad intelectual.



No es necesario percibir una prestación por discapacidad para ser incluido en el Registro de discapacidad intelectual.



¿Qué asistencia pueden obtener de su médico de cabecera las personas con discapacidad intelectual?



Por ley, el centro de salud debe realizar cambios prácticos en su forma de actuar para facilitar las cosas a las personas con discapacidad intelectual.



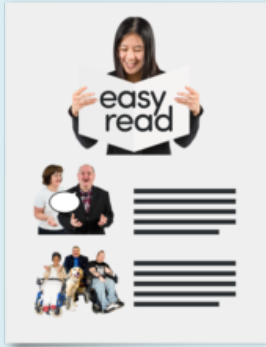
Puede solicitar a su centro de salud que adopte algunos cambios en su funcionamiento para facilitarle las cosas.



Esto se llama hacer «**ajustes razonables**». Los ajustes razonables pueden incluir:



Permitirle disponer de más tiempo en sus citas



Proporcionarle información sobre su salud en formato de lectura fácil, letra grande, caracteres Braille o en su idioma preferido



Asegurarse de que no tenga que esperar mucho tiempo para sus citas o esperar en otro lugar que no sea la sala de espera



Si le resulta imposible acudir al centro de salud debido a su discapacidad, el médico de cabecera podría atenderle en su domicilio.



Si le resulta más difícil tener citas por teléfono o por Internet, puede solicitar ver a un médico en persona.

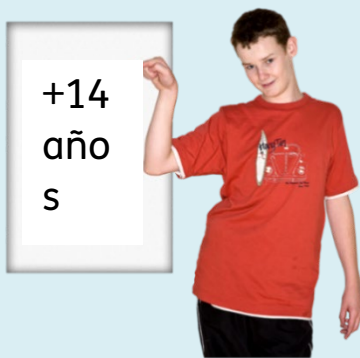


El centro de salud puede anotar en su historial médico la asistencia o los cambios que más le convienen.



Si está incluido en el Registro de discapacidad intelectual, su médico de cabecera debería realizarle una revisión médica anual cada año.

Revisiones médicas anuales



Todas las personas con discapacidad intelectual mayores de 14 años pueden someterse a una revisión médica anual.



Debería ser una cita más larga para que usted hable de su salud y realizar algunas revisiones médicas. Normalmente dura una hora.



Debería ser con su médico de cabecera, pero puede ver a un/a enfermero/a.



Puede llevar a alguien a la cita, como su asistente, cuidador o familiar.

Durante la revisión, el médico o enfermero/a puede:



Hablar de su salud y de cómo se siente. Por ejemplo, puede preguntarle qué alimentos come o cómo se encuentra en general.



Revisar su cuerpo. Por ejemplo, comprobar su peso, corazón y presión arterial.



Hablar de los medicamentos que toma.
Puede pedirle que se haga un análisis de sangre o que dé una muestra de orina.



Al final de la revisión médica, debería recibir un plan de acción de salud. Se trata de un plan para cuidar su salud durante el próximo año y las medidas que deberá adoptar.



Usted y su médico pueden consultar el plan de acción de salud a lo largo de todo el año y comprobar cómo le va.



Su plan de acción de salud debe ser fácil de entender.

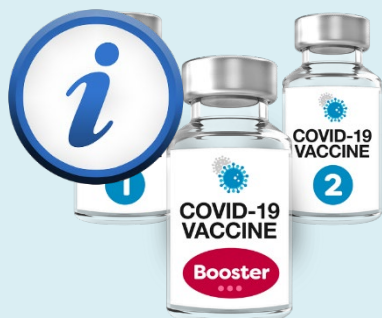
Vacunas



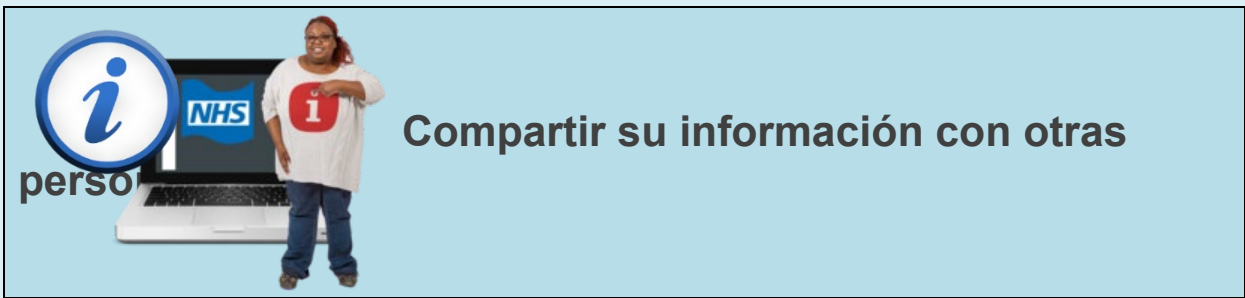
Las personas incluidas en el Registro de discapacidad intelectual pueden vacunarse de forma gratuita contra la gripe y pueden recibir la vacuna contra el coronavirus y la dosis de refuerzo antes que muchas otras personas.



No está obligado a vacunarse solo por estar incluido en el Registro de discapacidad intelectual, pero sí tiene la posibilidad de elegir.



[Para obtener más información sobre las vacunas, consulte nuestra página web aquí.](#)



Compartir su información con otras



Otras personas del centro de salud pueden conocer sus necesidades especiales con el fin de asegurarse de que recibe la asistencia que necesita.



Puede solicitar a su médico de cabecera que se asegure de que esta información se comparte con otros profesionales sanitarios a los que pueda acudir, por ejemplo, en el hospital o centro de salud.



Esto puede ayudar a garantizar que todos los profesionales sanitarios a los que acuda sepan qué asistencia y adaptaciones especiales necesita.



Obtener un traductor



Si no habla inglés o necesita ayuda con otros idiomas, su médico de cabecera debería poner a su disposición un traductor.



Las personas con discapacidad intelectual pueden solicitar un traductor.



Los cuidadores de personas con discapacidad intelectual también pueden solicitar un traductor.



Pida a su médico de cabecera que anote en su historial que necesita un traductor cuando tenga una cita.



Si necesita más ayuda:



Hable con alguien de su centro de salud



Hable con una organización de su comunidad en la que confíe



Si todavía está en la escuela, hable con su profesor/a



Hable con el equipo de discapacidad intelectual de su comunidad aquí o con un/a enfermero/a especializado/a en discapacidad intelectual, si tiene uno/a.



Puede llamar a la línea telefónica de ayuda de Mencap Learning Disability: 0808 808 111



O [haga clic aquí](#) para enviarnos un correo electrónico.



Si su médico de cabecera no está seguro de incluirle en el Registro de discapacidad intelectual y necesita más información, [puede encontrar una guía del NHS England aquí](#).



Organizaciones de defensa que pueden ayudar:

Organizaciones en Sussex



Amaze

<https://amazesussex.org.uk/>
01273 772289



Brighton and Hove Speak Out

<https://www.bhspeakout.org.uk/>
01273 421921



Impact Initiatives

<https://impact-initiatives.org.uk/>
01273 322940

Organizaciones nacionales



POhWER

<https://www.pohwer.net/>
0300 456 2370



Self Advocacy Groups

<https://selfadvocacygroups.co.uk/>



La historia de Youssef



«Mi médico de cabecera me llama por teléfono para recordarme mi revisión médica, porque a veces se me olvida.



No me di cuenta de que tenía un nivel bajo de vitamina B12 hasta que me hice la revisión médica anual.



Ahora tomo vitaminas para corregirlo.



Si no me hubiera hecho la revisión, podría haber enfermado sin darme cuenta».