

[Inicio](#) > [Preguntas más frecuentes](#) >

---

### [¿Qué es la salud mental?](#) [1]

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental es “un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y puede hacer frente al estrés normal de la vida, trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad”. Es una definición en sentido positivo según la cual la salud mental es el fundamento del bienestar de cada persona y del funcionamiento eficaz de la comunidad.

La salud mental y el bienestar son fundamentales para nuestra capacidad colectiva e individual de pensar, manifestar sentimientos, interactuar con los demás, ganar el sustento y disfrutar de la vida.

La salud mental concierne nuestro bienestar emocional, psicológico y social.

Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando afrontamos las situaciones de la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones.

La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la adultez.

Las actividades de promoción de la salud mental de las personas adolescentes van destinadas a fortalecer su capacidad para regular sus emociones, potenciar conductas alternativas a los comportamientos de riesgo, desarrollar la resiliencia ante situaciones difíciles, es decir, la capacidad de superar adversidades.

### [Identificación mediante usuario y contraseña](#) [2]

Para identificar a través del sistema de usuario y contraseña es necesario tener el usuario activo en Mi Salud Digital.

Para activar el usuario es necesario estar adscrito al Sistema de Salud de Castilla-La Mancha y tener a mano la Tarjeta Sanitaria para consultar los datos necesarios.

Una vez activado tu usuario, puedes identificarte mediante este mecanismo introduciendo el nombre de usuario y la contraseña generados en el proceso de activación.

## [VIDEO TUTORIAL PARA OBTENER USUARIO Y CONTRASEÑA](#) [3]

### [Gerencia de Atención Especializada de Toledo](#) [4]

- La Gerencia de Atención Especializada de Toledo, a la que pertenece el Complejo Hospitalario Universitario de Toledo constituido por el Hospital Universitario de Toledo, Hospital Virgen de la Salud, Hospital Virgen del Valle, Hospital Provincial y los Centros de Especialidades, Diagnóstico y Tratamiento de Illescas, San Ildefonso de Toledo, Torrijos y Ocaña.
- La Gerencia del Hospital Nacional de Paraplégicos.

### [¿Quién puede ser donante?](#) [5]

Toda persona que en vida decida que después de su muerte quiere que sus órganos sirvan para salvar o mejorar la vida de otras personas. Esta voluntad ha de ser transmitida a sus familiares más directos para que sea conocida.

A priori cualquier persona puede ser donante independientemente de su edad, aunque para hacerse el carné de donante los menores necesitan del consentimiento de sus padres o tutores.

### [Mecanismos de identificación en Mi Salud Digital](#) [6]

Existen diferentes mecanismos de identificación en Mi Salud Digital, en función del módulo al que se acceda:

- **Identificación mediante CIP** para el acceso al módulo de Cita Atención Primaria
- **Identificación mediante los datos de la Tarjeta Sanitaria** para el acceso al módulo de WiSESCAM

- **Identificación mediante el sistema [Cl@ve](#) [7]** para el acceso a los módulos que requieran identificación.

Este mecanismo requiere que estés identificado en el sistema [Cl@ve](#) [7] mediante:

- DNI electrónico
- Certificado digital
- Clave Permanente con nivel de registro avanzado

- **Identificación mediante el nuevo mecanismo de usuario y contraseña** para el acceso a los módulos que requieran identificación.

#### [Lista de Espera Quirúrgica \(LEQ\) \[8\]](#)

Hace referencia a pacientes pendientes de intervención quirúrgica programada (no urgente), indicada por un médico especialista quirúrgico, una vez concluidos sus estudios diagnósticos, aceptada por el paciente, y para cuya realización el hospital tiene previsto la utilización de quirófano.

#### [Gerencia de Atención Integrada de Cuenca \[9\]](#)

- Las Zonas Básicas de Salud de Belmonte, Beteta, Carrasposa del Campo, Carboneras de Guadazaón, Cañaveras, Cañete, Cuenca 1, Cuenca 2, Cuenca 3, Honrubia, Huete, Landete, Minglanilla, Mira, Montalbo, Motilla del Palancar, Priego, San Lorenzo de la Parrilla, Talayuelas, Tarancón, Torrejoncillo del Rey, Tragacete, Valverde del Júcar, Villas de la Ventosa, Villalba de la Sierra, Villalba del Rey, Villamayor de Santiago, Villares del Saz, Cardenete, Horcajo de Santiago y Campillo de Altobuey.
- Hospital “Virgen de la Luz”.

#### [¿Qué es la listeriosis? \[10\]](#)

La listeriosis es una infección causada por la bacteria *Listeria monocytogenes*.

La listeria se encuentra en animales, así como en el agua o los suelos. Asimismo, puede encontrarse en una variedad de alimentos crudos, en alimentos procesados y hechos con leche no pasteurizada.

Las verduras, las carnes y otros alimentos pueden resultar infectados si entran en contacto con superficies contaminadas por listeria.

La leche cruda o los productos hechos de ella pueden portar estas bacterias. También alimentos procesados o poco cocinados

#### [Gerencia de Atención Integrada de Albacete \[11\]](#)

- Las Zonas Básicas de Salud de Alcazote, Alcaraz, Balazote, Bogarra, Casas de Juan Núñez, Casas Ibáñez, Chinchilla de Montearagón, La Roda, Madrigueras, Tarazona de la Mancha, Zona 1-Hospital, Zona 2-Municipal, Zona 3-Villacerrada, Zona 4-Residencia, Zona 5, Zona 6, Zona V-B, Zona 7-Feria, Villamalea, Zona 8, Casasimarro, Iniesta y Quintanar del Rey.
- Complejo Hospitalario Universitario de Albacete.

#### [¿Qué es el cáncer de cuello de útero? \[12\]](#)

Es el cáncer que se origina en el cuello del útero o cérvix. Ocurre cuando las células del cuello del útero se vuelven anormales y empiezan a crecer de forma incontrolada.

En mujeres es el cuarto tumor más frecuente en el mundo y el quinto en España.

Generalmente tarda mucho tiempo en desarrollarse, más de diez años, por lo que se dispone de muchas oportunidades para detectarlo a tiempo, tratarlo y curarlo

- [primera](#) [13]
- [1](#) [14]
- ...
- [12](#) [15]
- [13](#) [16]
- [14](#) [17]
- [15](#) [14]
- 16
- [17](#) [18]
- [18](#) [19]
- [19](#) [20]
- [20](#) [21]
- ...
- [2](#) [18]
- [última](#) [22]

---

**Source URL:** <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=15>

### Links

- [1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/que-es-la-salud-mental>
- [2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/identificacion-mediante-usuario-y-contrasena-0>
- [3] [https://youtu.be/wml9Hf\\_CDww](https://youtu.be/wml9Hf_CDww)
- [4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/gerencia-de-atencion-especializada-de-toledo>
- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/quien-puede-ser-donante>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/mecanismos-de-identificacion-en-mi-salud-digital>
- [7] <mailto:CI@ve>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/lista-de-espera-quirurgica-leq>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/gerencia-de-atencion-integrada-de-cuenca>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/que-es-la-listeriosis>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/gerencia-de-atencion-integrada-de-albacete>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/que-es-el-cancer-de-cuello-de-utero>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=14>
- [15] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=11>
- [16] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=12>
- [17] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=13>
- [18] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=16>
- [19] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=17>
- [20] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=18>
- [21] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=19>
- [22] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=43>