

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

[¿Si tengo un trastorno mental soy una persona con discapacidad? \[1\]](#)

El trastorno mental puede ser leve, moderado o grave. Los dos primeros permiten hacer una vida normalizada. El trastorno mental grave afecta al funcionamiento, por lo que la persona necesita apoyos, pero no implica afectación de la capacidad intelectual o física. En algunos casos los problemas graves pueden causar discapacidad y afectar a la calidad de vida, pero la mayoría de las personas con trastorno mental mantienen su autonomía, sus capacidades personales y pueden tomar decisiones asumiendo las consecuencias.

[¿Puedo ver informes de pruebas en Mi Salud Digital? \[2\]](#)

La **plataforma de Mi Salud Digital se encuentra en constante desarrollo** para incorporar más informes disponibles para su visualización.

Si necesitas un informe que no está disponible en la plataforma de Mi Salud Digital puedes ponerte en contacto con el Servicio de Salud de Castilla-La Mancha por cualquiera de los mecanismos habilitados para ello, que puedes consultar en el apartado "Contacto" para solicitarlo.

[¿Tiene molestias y riesgos la colonoscopia? \[3\]](#)

La introducción de aire mientras se realiza la prueba para distender el colon ocasiona hinchazón abdominal. Puede producirse dolor al pasar el tubo por zonas anguladas propias del colon. Con la sedación/analgesia que se administre se intentará que estas molestias sean las menores posibles.

[¿Cuándo se solicitan y adjudican las plazas de Resultas? \[4\]](#)

Cada concursante podrá solicitar, por su orden de preferencia, todas las plazas que resulten de su interés, vacantes (Anexo II); de Resultas (Anexo III) o de ambos Anexos.

Por tanto, el plazo de solicitud es único y común para ambos tipos de plazas.

La adjudicación de las plazas de Resultas se realizará de forma automática y simultánea a la del resto de plazas.

[¿Los trastornos alimentarios son una forma de psicosis? \[5\]](#)

No. La percepción de la persona con trastorno alimentario sólo se distorsiona cuando se trata de su propia imagen, sensaciones corporales y alimentos. No sufre alucinaciones ni delirios aunque puede mostrarse más irritable como consecuencia del malestar físico y psicológico asociado al trastorno.

[¿La bulimia nerviosa o el trastorno por atracón son realmente graves? \[6\]](#)

Lamentablemente, las tasas de mortalidad y de morbilidad (enfermedades asociadas) son igualmente elevadas en la bulimia nerviosa y otros trastornos alimentarios.

El nivel de sufrimiento psíquico es, igualmente, elevado en todos los casos. La ausencia de delgadez no significa que no existan otros síntomas peligrosos y que deterioran la calidad de vida de la persona. Verla comer o en peso normal no significa que no tenga un problema alimentario. A veces el no ser consciente de la gravedad de estos trastornos provoca una demora a la hora de pedir ayuda, y por tanto, cuando la paciente (o la familia) decide acudir a consulta los síntomas de la enfermedad están más instaurados y cronificados.

Todo esto será un obstáculo en el tratamiento, por ello, se recomienda consultar con un profesional lo antes posible.

[¿Qué es la Tarjeta Sanitaria Virtual? \[7\]](#)

La **Tarjeta Sanitaria Virtual** permite visualizar la **imagen de la Tarjeta Sanitaria física** que el Servicio de Salud de Castilla-La Mancha te debe haber enviado si eres usuario activo de este Servicio.

La imagen muestra los mismos datos que tu tarjeta física en el lado anverso.

Junto a la imagen de la tarjeta sanitaria, la plataforma te muestra también un **código QR** con los datos de tu tarjeta, que te

permite identificarte en todos los ámbitos sanitarios del Servicio de Salud de Castilla-La Mancha.

[Borrar o añadir un CIP favorito](#) [8]

Para añadir o borrar CIP favoritos debes seleccionar la opción de “CIP Favoritos” en la pantalla principal de Cita Atención Primaria.

Una vez que visualices el CIP que deseas borrar de la lista, puedes pulsar en el icono de la papelera que aparece a la izquierda del CIP. El sistema te pedirá confirmación antes de borrarlo.

[Descargar la APP SESCAM para dispositivos IOS](#) [9]

Puedes descargar la app SESCAM para sistemas iOS desde Apple Store o desde el enlace:

<https://apps.apple.com/es/app/sescam/id824742584> [10]

También puedes acceder desde la página de la Consejería de Sanidad:

<https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/citaprevia> [11]

[¿Cómo mantener el equilibrio una persona que se enfrenta a una situación de adversidad?](#) [12]

Todas las personas atravesamos momentos difíciles a lo largo de nuestra vida. En esos momentos es normal sentir emociones negativas, como tristeza, ansiedad o ira y es beneficioso expresarlas con palabras a través de la familia, amistades, o bien escribirlas. De esta forma, las emociones se hacen más conscientes y es más fácil deshacer esos ‘nudos’ emocionales. Poner palabras a lo que sentimos ayuda a conectar emociones con pensamientos y librarnos de aquellos que detectamos que están distorsionados por ser catastróficos o demasiado generalizadores. Si relatamos o expresamos la situación adversa estamos más cerca de aceptarla y seguir adelante. Siempre podemos elegir la actitud que adoptar; sentirse víctima o culpable de las cosas no ayuda, pero cada cual necesita su tiempo para asimilar las circunstancias.

- La creatividad es una buena forma de canalizar las emociones: escritura, música, pintura, un baile, deporte o teatro.
- Confía en ti, busca los propósitos que tienes, cómo te gustaría estar a largo plazo e identifica objetivos a corto plazo, pequeños y alcanzables. Cada paso puede ir fortaleciéndote. Ser vulnerables nos hace personas, y como personas debemos aceptarnos y cuidarnos.
- Haz tu propio plan de recuperación personal, identificando los apoyos que tienes, y que es lo que te ayuda en los momentos más difíciles.
- Muestra gratitud hacia los aspectos positivos que te acompañan, eso suele reconfortar.
- Si es posible, intenta potenciar el sentido del humor, es un recurso que ayuda a veces.
- El pertenecer a un grupo, una asociación que comparta valores solidarios, es con frecuencia un refuerzo añadido.
- Si todo esto no funciona, pide ayuda a tus padres, profesores, orientadores u otra persona cercana, incluso ayuda profesional.

Páginas

- [primera](#) [13]
- [<](#) [14]
- ...
- [28](#) [15]
- [29](#) [16]

- [30](#) [17]
- [31](#) [14]
- 32
- [33](#) [18]
- [34](#) [19]
- [35](#) [20]
- [36](#) [21]
- ...
- [»](#) [18]
- [última](#) [22]

Source URL: <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=31>

Links

- [1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/si-tengo-un-trastorno-mental-soy-una-persona-con-discapacidad>
- [2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/puedo-ver-informes-de-pruebas-en-mi-salud-digital>
- [3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/tiene-molestias-y-riesgos-la-colonoscopia-0>
- [4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/cuando-se-solicitan-y-adjudican-las-plazas-de-resultas>
- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/los-trastornos-alimentarios-son-una-forma-de-psicosis>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/la-bulimia-nerviosa-o-el-trastorno-por-atracon-son-realmente-graves>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/que-es-la-tarjeta-sanitaria-virtual>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/borrar-o-anadir-un-cip-favorito>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/descargar-la-app-sescam-para-dispositivos-ios>
- [10] <https://apps.apple.com/es/app/sescam/id824742584>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/citaprevia>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/como-mantener-el-equilibrio-una-persona-que-se-enfrenta-una-situacion-de-adversidad>
- [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=30>
- [15] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=27>
- [16] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=28>
- [17] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=29>
- [18] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=32>
- [19] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=33>
- [20] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=34>
- [21] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=35>
- [22] <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/mi-salud-digital/preguntas-frecuentes/all?page=40>