

## LECTURA DE PILAR R. T. - ASCASAM

"Buenos días.

Mi nombre es Pilar. Soy socia de ASCASAM y fui usuaria de su servicio de atención domiciliaria especializado desde 2009 hasta 2011.

Tengo 55 años, estoy soltera y vivo sola.

Actualmente mi estado de salud es bueno a pesar de tener diagnosticada varias enfermedades crónicas que están siendo tratadas por profesionales tanto de atención primaria como de atención especializada.

Tengo diagnosticado esquizofrenia paranoide desde hace muchos años. Estoy siguiendo un tratamiento que es supervisado por la enfermera y la psiquiatra. Además tengo diagnosticado hipertensión y diabetes desde hace unos tres años, aproximadamente. Estoy siguiendo un tratamiento que es supervisado por mi médico de atención primaria.

Llevar todo esto no ha sido fácil y ha sido posible gracias a la implicación que mis profesionales sanitarios han tenido en mis problemas de salud y que han sido capaces de hacerme entender la importancia de que yo misma me implique y responsabilice en el cuidado de mi propia salud.

A día de hoy sé que para tratar mi diabetes e hipertensión, además de tomar pastillas, debo llevar una dieta, hacer ejercicio diario y tener mucho autocontrol.

Por tanto, una buena comunicación con los profesionales que me atienden es básico, para sentirme escuchada, comprendida y tener un papel más activo en el cuidado de mi salud.

En mi caso, puedo decir que soy una afortunada porque, sabiendo que esto no es lo habitual, mis problemas de salud física están siendo tratados de forma independiente a mis problemas de salud mental y se les está dando la importancia suficiente y el tratamiento requerido.

Por todo ello, desde aquí quiero mostrar mi agradecimiento a mis profesionales sanitarios".