

Cómo evitar la Reclusión/Restricción:

- Evitar amenazas o la aparición de amenazas.

Ejemplo: alzar las manos, cerrar los puños, acercarse demasiado, amenazas verbales, voz alta, gritos fuertes.

- Evitar enfrentamiento

Aprender a alejarse/caminar

- Conozca qué puede hacer para tranquilizarse.

Ejemplo: música, respiración profunda, zona tranquila, hablar con alguien

- Comuníquese al personal lo que le molesta.

Ejemplo: ruido, zonas concurridas, personas que hablan en voz alta

Es Importante Saber de Usted Mismo/a:

Saber qué le ayuda a calmarse si usted se enoja o está ansioso/a, y lo comparte con el personal:

- Escuchar música
- Hable con sus compañeros
- Hablar las cosas en el grupo
- Ir a un lugar tranquilo para calmarse
- Tratar de respirar profundo o meditar
- Escribir en un diario
- Pida hablar con un miembro del personal

Comuníquese al personal si usted está teniendo un tiempo difícil; ellos están allí para ayudarle durante el proceso

LAS RESTRICCIONES SE UTILIZAN COMO ÚLTIMO RECURSO-USTED TIENE EL DERECHO A LOS MEDIOS MENOS RESTRICTIVOS DE RECLUSIÓN Y RESTRICCIÓN.

Si usted tiene cualquier pregunta o preocupación con respecto a sus derechos como paciente de salud mental, llame a los Servicios de Defensa de los Derechos de los Pacientes.



Si usted tiene cualquier pregunta o queja acerca de sus derechos, contacte a su defensor/a en:

MHS Patients' Rights Advocacy Services

(Servicios de Defensa y Derechos de los Pacientes de MHS)

600 West Santa Ana Blvd., Suite 805
Santa Ana, CA 92701

(714) 276-8145
(800) 668-4240

Fax: (714) 242-1579

Horario de Apertura

Lunes a Viernes
8 AM – 5 PM

mhsinc.org/pras

UNA GUÍA PARA PACIENTES A LA RECLUSIÓN Y RESTRICCIONES

Conozca sus Derechos



mhs MENTAL HEALTH SYSTEMS



Directiva de Reclusión y Restricción:

El personal le hará preguntas en la admisión respecto a lo que le ayude. Preguntas sobre la forma directiva de reclusión y la restricción ayudarán al personal ayudarle mejor en tiempos cuando usted sienta que está perdiendo el control de sus emociones. Por favor, tómese el tiempo para contestar las preguntas. Le ayudará a evitar la reclusión/restricción permitiendo que el personal sabe qué cosas le molestan y que lo/la tranquiliza.

Definiciones:

Restricción: Cualquier manual, físico o dispositivo mecánico que lo/la detenga de poder mover una parte del cuerpo libremente.

Reclusión: El confinamiento de una persona en una habitación o área en la cual el paciente está físicamente impedido salir.

Types of Restraints:

- **Confinamiento:** una **breve** restricción física de una persona que este teniendo comportamiento agresivo o este agitado/a y sea un peligro para sí mismo/a o para los demás. Es un medio para lograr un control mas rápido.

Ejemplo: Caminando y Acompañarlo de un brazo mientras caminan.

- **Comportamiento/físico:** El uso de un restricción manual para restringir la libertad de movimiento de todo o parte de su cuerpo, utilizado como una moderación de comportamiento.

Ejemplo: Que el personal lo/la detenga de los brazos y/o piernas hacia el piso, para mantenerlo a usted o a otros seguros

- **Mecánicas:** El uso de un dispositivo mecánico, materiales o equipos conectados a su cuerpo. Una restricción mecánica restring su libertad de circulación de todo o partes de su cuerpo. Estos no se pueden eliminar fácilmente.

Ejemplo: Esposas de cuero en las muñecas y/o los tobillos, cinturones y correas fijadas a una cama



El Personal No Puede:

- Colocar una almohada, manta o cualquier cosa en su cara.
- Obstruir su respiración colocando presión en el pecho o la espalda.
- Utilizar una restricción que pueda poner en peligro su vida debido a una condición médica.
- Si usted es colocado/a boca abajo, una persona tiene que controlar si hay cualquier señal de dificultad respiratoria o dolor.

Las Restricciones no pueden ser utilizadas:

- Para conveniencia del personal
- Como castigo o para descitarse
- Como disciplina
- Como amenaza

Las Restricciones sólo se pueden utilizar si:

- *Usted es un peligro inmediato para otros o para sí mismo/a*

Qué esperar si soy colocado/a en restricciones:

- Usted tendrá alguien con usted en todo momento si esta en **Reclusión Y Restricción**.
- El Personal hará revisiones de seguridad cada 15 minutos. El personal estara revisando sus restricciones para asegurarse de que no estén demasiado apretadas, y de que su respiración este BIEN y de que no tenga ninguna dificultad física.
- El personal le ofrecera baño, comida y/o bebida cada 2 horas
- *El Personal hablará con usted acerca de su experiencia dentro de 24 horas de estar en restricciones;* esto se llama una **sesión informativa**. Esto es para ayudar a todos a encontrar soluciones para que esto no vuelva a suceder.
- Usted puede seleccionar a la persona que usted designe llamarle cuando sea colocado/a en restricciones.