



Los medicamentos psiquiátricos pueden cambiar la forma en que nos sentimos. Algunos de los cambios nos hacen sentir bien. Sin embargo, a veces los medicamentos nos cambian de una manera que dificulta o imposibilita hacer las cosas que más nos importan. Por ejemplo, puede que seas una persona que crea arte hermoso, pero los medicamentos han interferido con tu creatividad. Esta hoja de trabajo lo ayudará a decirle a su equipo qué es lo único de usted y qué no desea que cambie el medicamento.

En el espacio a continuación, escriba un breve resumen de lo que es único en usted. ¿Qué cosas te gusta hacer? ¿Eres extrovertido o más callado? ¿Eres una persona mañanera o un noctámbulo? Si lo desea, también puede agregar la letra de una canción, una película u otra obra de arte que ayude a su equipo a conocerte como una persona única.

Mi descripción de MI



Medicina psiquiátrica y yo

¿Cuáles eran mis esperanzas sobre lo que los medicamentos podrían hacer por mí? (Ejemplo: *esperaba que los medicamentos ayudaran a calmar mi mal genio para poder ser una mejor madre*).

Mis palabras:

¿Cuáles son mis preocupaciones sobre cómo los medicamentos me han cambiado o podrían cambiarme? (Ejemplo: *estoy preocupado porque los medicamentos me cansan tanto que no puedo seguir el ritmo de mis hijos*).

Mis palabras:

doblez
aquí

Mi plan para compartir con mi equipo



Compartiré mi descripción de mí y cómo los medicamentos me han cambiado con mi equipo: (marque todo lo que corresponda)

- ☐ Se lo daré a:
 - ☐ Mi terapeuta
 - ☐ Mi compañero especialista
 - ☐ Mi doctor
 - ☐ Otro: _____
- ☐ ¿Cómo lo compartiré?:
 - ☐ Tomaré una foto de mi hoja de trabajo en mi teléfono y la enviaré por mensaje de texto
 - ☐ Lo enviaré por correo electrónico
 - ☐ Le pediré a un seguidor que me acompañe cuando lo lea
 - ☐ Le pediré a un seguidor que me lo lea
 - ☐ Lo quiero incluido en mi historia clínica
 - ☐ Dejaré que mi equipo lo lea con anticipación y luego podremos hablar de ello.
 - ☐ Otro: _____