

Manual de instrucciones de deprexis

MANUAL DE INSTRUCCIONES

Este manual de instrucciones sirve para usar correctamente deprexis. Lee detenidamente esta información y sigue las instrucciones que aquí se incluyen. Además, el equipo de asistencia de deprexis estará a tu entera disposición en el horario habitual para atender cualquier consulta.

FINALIDAD PREVISTA

UE, Suiza, Reino Unido:

deprexis ha sido diseñado para ofrecer ejercicios y técnicas terapéuticas que se basan en métodos de tratamiento psicológicos-psicoterapéuticos demostrados por la evidencia y que están indicados para pacientes con depresión unipolar o episodio de depresión, ayudándoles a gestionar su depresión o episodio depresivo. deprexis está diseñado para el uso independiente como complemento de la asistencia habitual para pacientes con al menos 18 años de edad. El programa puede ser utilizado durante 90 días. deprexis no ha sido diseñado ni para sustituir tratamientos por parte de un profesional de la salud ni para suministrar información para la toma de decisiones diagnósticas o terapéuticas.

EE.UU.:

deprexis es una aplicación web para el tratamiento complementario de la depresión crónica o recurrente o bien trastornos depresivos como diagnóstico principal o secundario (p. ej. como una comorbilidad en epilepsia o esclerosis múltiple) para pacientes con al menos 18 años de edad que estén sufriendo un episodio depresivo.

Se puede acceder a deprexis como programa online interactivo a través de cualquier portal de Internet. El paciente recibirá una clave de acceso para usar deprexis. Esta clave de acceso autoriza el uso de deprexis durante 90 días tras el primer registro.

FUNCIONAMIENTO

deprexis es un programa online interactivo para el uso independiente por parte de pacientes con depresión unipolar o comportamiento depresivo. Incluye especialmente elementos de tratamiento de la terapia cognitivo-conductual reconocidos.

deprexis incluye ejercicios y técnicas para afrontar la enfermedad, proporciona información para llevar un estilo de vida saludable y facilita su puesta en práctica. deprexis funciona como diálogo virtual y te ofrece

continuamente distintas opciones de respuesta a elegir para adaptar los contenidos a tus deseos y necesidades. Si lo deseas, deprexis te enviará e-mails o SMS con regularidad para profundizar en los contenidos de los ejercicios e incorporarlos a tu día a día.

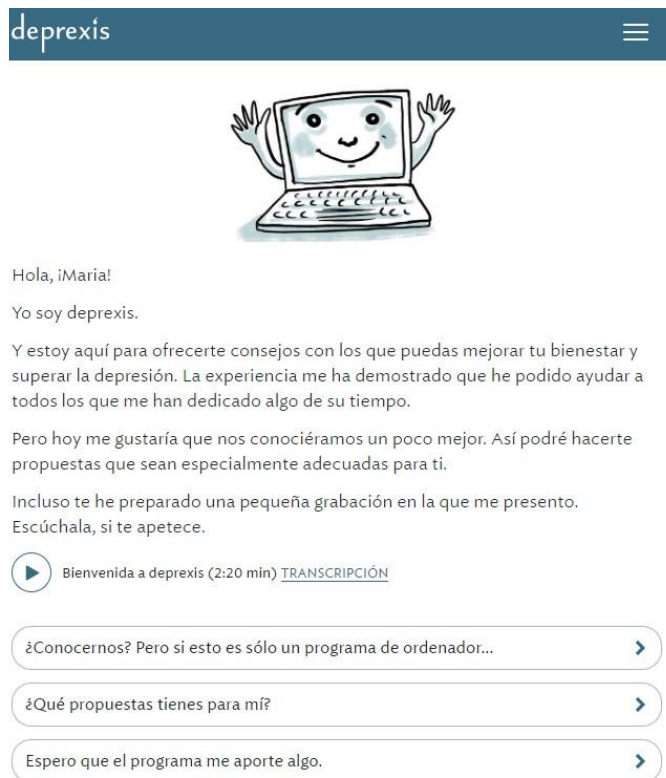


Fig.1 Ejemplo de diálogo en deprexis

Para registrarte necesitas una clave de acceso única. La duración normal de uso por clave de acceso es de 90 días naturales tras el primer registro. En caso de haber recibido la clave de acceso mediante receta médica, la duración de uso podrá ser diferente. Tras el registro podrás acceder en cualquier momento a deprexis mediante contraseña, si dispones de acceso a Internet y de un navegador compatible.

El tratamiento de datos personales siempre tiene lugar de conformidad con el Reglamento General de Protección de Datos (RGPD) de la UE y la ley estadounidense de responsabilidad y transferibilidad de seguros médicos (Health Insurance Portability and Accountability Act -HIPAA-) en los Estados Unidos. Encontrarás más información sobre protección de datos en la Política de privacidad.

REQUISITOS PARA EL USO

Necesitas un ordenador, un portátil, un smartphone o una tablet con acceso a Internet, así como una versión

actual del navegador Google Chrome, Mozilla Firefox, Edge o Safari. Recomendamos una resolución (lógica) mínima de 320 x 568 píxeles. Además, necesitarás una dirección de e-mail y, de forma opcional, un número de móvil para el servicio de SMS. Para los audios recomendamos un ancho de banda de 192 kbit/s.

Dado que deprexis te guía por el programa con un cuadro de diálogo dinámico, no se necesitan conocimientos informáticos especiales.

ÁMBITO DE APLICACIÓN

deprexis sirve para asistir a pacientes con depresión unipolar o comportamiento depresivo.

CONTRAINDICACIONES



deprexis no debería emplearse en caso de existir trastornos psicóticos (p. ej., esquizofrenia), trastornos bipolares o riesgo de suicidio.

Aclaración:

Existe riesgo de suicidio cuando un paciente ha tenido en los últimos 90 días la seria intención de quitarse la vida (independientemente de si había un plan concreto para llevarlo a cabo). También existe riesgo cuando un paciente ha intentado quitarse la vida en los últimos 12 meses.

FRECUENCIA DE USO

La experiencia demuestra que la frecuencia ideal para usar deprexis es de 1 a 2 veces por semana durante una media hora como mínimo.

EDAD MÍNIMA

18 años. No se dispone de datos para pacientes menores de 18 años.

ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD Y EFECTOS SECUNDARIOS



deprexis no sustituye a ningún médico ni terapeuta. No se debe cambiar la medicación y/o los tratamientos existentes sin consultar con el médico/psicoterapeuta. Deberías ponerte en contacto con tu médico o psicoterapeuta si no mejorara tu situación o estado de ánimo durante largo tiempo (varios días o semanas) o si empeoraran de forma aguda.

Es posible que no todos los pacientes se beneficien del uso del programa, lo que puede hacer que se sientan decepcionados bajo determinadas circunstancias.

Puede que te cueste enfrentarte a temas que te despierten emociones. Si te cuesta demasiado avanzar con el programa, deberías hacer un descanso, dejar de usar el programa y hablar de ello con tu médico/psicoterapeuta.

No todos los ejercicios son igual de adecuados para todos los pacientes. Si un ejercicio te resulta difícil, te genera incomodidad o te influye de forma negativa no sigas con ese ejercicio. En caso necesario, consulta a tu médico/psicoterapeuta.

Si experimentas efectos secundarios durante el uso de deprexis, informa de ello inmediatamente a tu médico o psicoterapeuta o envía un correo electrónico a info@deprexis.com.

Todo incidente grave ocurrido en relación con el producto será notificado al fabricante y a la autoridad competente del Estado miembro en el que usted resida.

Encontrarás otras opciones de contacto en el Aviso legal de deprexis bajo la opción de menú "Ayuda" o en la página de inicio de deprexis.

Hasta ahora no se conocen interacciones.

DATOS PARA CASOS DE EMERGENCIA

En casos de emergencia (p. ej., crisis, peligro de suicidio), ponte en contacto con el médico/psicoterapeuta que te está tratando o marca los números de emergencia válidos en tu país de los bomberos o la policía. He aquí algunos ejemplos:

España:

- Llamada de emergencia en general: 112
- Llamada de emergencia / servicio de socorro: 061
- Policía: 091
- Teléfono de la esperanza: 902500002
- Suicidio: 717 003 717

Francia:

- Llamada de emergencia general: 112
- Llamada de emergencia / servicio de socorro: 15
- Policía: 17
- Teléfono de la esperanza: 0147077777
- Suicidio: 3114

Alemania:

- Llamada de emergencia general: 112
- Llamada de emergencia / servicio de socorro: 112
- Policía: 110
- Teléfono de la esperanza: 0800 111 0 111, 0800 111 0 222
- Suicidio: 0800 111 0 111, 0800 111 0 222

Italia:

- Llamada de emergencia general: 112
- Llamada de emergencia / servicio de socorro: 118
- Policía: 113
- Teléfono de la esperanza: 199284284
- Suicidio: 800860022, 0633777740

Suiza:

- Emergencias médicas: 144
- Policía: 117
- Teléfono de ayuda "Dargebotene Hand": 143

Reino Unido:

- Llamada de emergencia en general: 999
- Llamada de emergencia / servicio de socorro: 999
- Policía: 999
- Teléfono de la esperanza: 111
- Suicidio: 116 123

EE.UU.:

- Llamada de emergencia en general: 911
- Llamada de emergencia / servicio de socorro: 911
- Policía: 911
- Teléfono de la esperanza: 1-800-784-2433
- Suicidio: 988

En caso de que nadie conteste en los números de teléfono indicados o no recibas ninguna ayuda, comprueba que dichos números de teléfono no hayan cambiado.

FABRICACIÓN

GAIA AG
Hans-Henny-Jahnn-Weg 53
22085 Hamburg
Alemania
www.gaia-group.com

**ACTUALIZACIÓN DEL SOFTWARE**

La versión actual del software de deprexis figura en el Aviso Legal de deprexis bajo la opción de menú "Ayuda".

ACTUALIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN

2023-04-20

OTRA INFORMACIÓN

En caso de preguntas técnicas puedes enviar un mensaje a info@deprexis.com.

Si deseas recibir este manual de instrucciones en versión impresa de forma gratuita, solicítalo en la dirección de e-mail de Soporte indicada anteriormente. Le enviaremos la versión impresa en un plazo de 7 días naturales.



Johner Medical Schweiz GmbH
Tafelstattstrasse 13a
6415 Arth

Responsable en el Reino Unido:

Emergo Consulting (UK) Limited
c/o Cr360 - UL International
Compass House
Vision Park Histon, Cambridge
UK - CB24 9BZ

EXPLICACIÓN DE SÍMBOLOS

- Precaución



- Fabricante



- Producto sanitario



- Consúltense las instrucciones de uso electrónicas

CH	REP
----	-----

- Indica el representante autorizado en Suiza