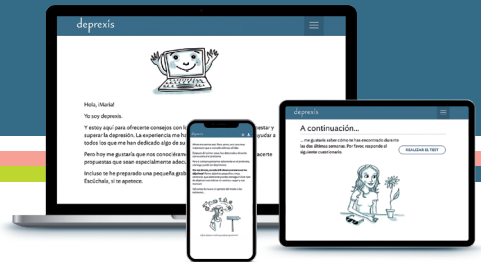


deprexis®

Un producto sanitario clase I con marcado CE



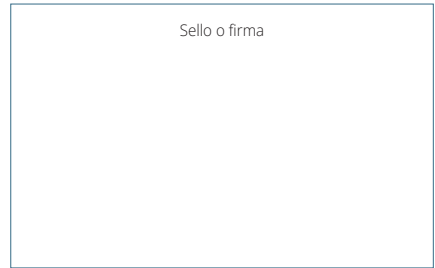
Para:

Una terapia con deprexis® durante 90 días*

Frecuencia de utilización recomendada:
de 1 a 2 veces por semana durante
30 minutos cada vez.¹



Sello o firma



¿Cómo se puede acceder a deprexis®?

Escanee el código QR o visite directamente
www.deprexis.es



1
Adquiero mi código de acceso en www.deprexis.es



2
Recibo mi enlace de activación por correo electrónico



3
Creo mi cuenta deprexis®



4
Sigo mi terapia durante 90 días a mi propio ritmo



¿Cómo puede ayudarme deprexis®?¹

deprexis® es una terapia digital personalizada disponible online basada en los principios reconocidos de la terapia cognitivo-conductual y otros enfoques como la psicología positiva. Es un producto sanitario clase I con marcado CE.

deprexis® integra **3 funciones principales** para ayudarle a tratar su depresión de forma autónoma:



Las conversaciones personalizadas según sus necesidades y preferencias para:

- Comprender los mecanismos del pensamiento, la emoción y la conducta que se sitúan al origen de la depresión
- Aprender técnicas terapéuticas mediante ejercicios que le ayuden a controlar los síntomas de su depresión
- Aplicar estas técnicas a diario gracias a las fichas de ejercicios y de resumen descargables

Las 10 conversaciones:**

Módulo de introducción	Activación conductual	Resolución de problemas	Reestructuración cognitiva	Experiencias vividas en la infancia
Psicología positiva	Aceptación y atención plena	Modificación del estilo de vida	Habilidades interpersonales	Sueños y terapia centrada en las emociones



Los cuestionarios de autoevaluación del estado de ánimo y de la depresión para realizar un seguimiento de su propio progreso



Envío diario de SMS o correos electrónicos (opcional) para ayudarle a aplicar las técnicas terapéuticas aprendidas y mantener la motivación


* deprexis® está disponible a un precio de 300 €, impuestos incl. www.deprexis.es.

** en función de las necesidades que indique en deprexis®, tendrá acceso a todas o a una selección de las conversaciones disponibles.

Finalidad: deprexis® ha sido diseñado para ofrecer ejercicios y técnicas terapéuticas que se basan en métodos de tratamiento psicológico-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.

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

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.

Instrucciones: Lea atentamente las instrucciones de uso  disponibles en <https://www.ethypharm-digital-therapy.com/our-digital-therapies/deprexis/>

Distribuidor: Ethypharm Digital Therapy SAS - 194 Bureaux de la Colline - Bâtiment D - 92210 Saint-Cloud - Francia

Fabricante: GAIA AG - Hans-Henny-Jahnn-Weg 53 - 22085 Hamburgo - Alemania | www.gaia-group.com 