

# Manejo y Recuperación de un problema de salud mental grave

## *Illness Management and Recovery-IMR*

# MÓDULO

# O

## Guía para profesionales

## ORIENTACIÓN A IMR



ASOCIACIÓN  
ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA  
DE SALUD MENTAL



# Manejo y Recuperación de un problema de salud mental grave (IMR)

## Guías para Profesionales y Folletos de educación terapéutica

### Reconocimiento

Este documento fue elaborado para el *Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)* por el *New Hampshire-Dartmouth Psychiatric Research Center* bajo el número de contrato 280-00-8049 y por *Westat* bajo número de contrato 270-03-6005, con SAMHSA, U.S. *Department of Health and Human Services (HHS)*. Pamela Fischer, Ph.D. y Crystal Blyler, Ph.D. fueron las asesoras técnicas de la SAMSHA para este proyecto.

### Adaptación al español

Este documento fue adaptado al español por el grupo de trabajo “Recuperación y cuidados en salud mental” de la Asociación Española de Enfermería de Salud Mental (AEESME). Para ello se han usado los materiales en inglés y la información educativa traducido al español por Delia Cortés de *Illness Management and Recovery toolkit*.

## MODULO 0

### Adaptación realizada por:

Evelyn Huizing





Sesión individual

Sesión grupal

**Manejo y Recuperación de un problema de salud mental grave (IMR)  
Guía para profesionales**

**Tema 0: Orientación a IMR**

**Guías para profesionales y Folletos de educación terapéutica para personas usuarias**

Las Guías para Profesionales y los Folletos de educación terapéutica para las personas usuarias han sido desarrollados para guiar el trabajo a través de los diferentes Módulos del programa “Manejo y recuperación de un problema de salud mental grave, *Illness Management and Recovery* (IMR) en inglés. Usándolo conjuntamente con el documento “Capacitación de Profesionales” (*Training frontline staff*), este documento tiene todas las Guías para profesionales y Folletos de educación terapéutica para las personas usuarias necesarios conforme se vaya desarrollando el programa IMR.

**Los contenidos del programa IMR consiste en un Módulo 0 de Orientación al programa IMR, y los siguientes 11 temas.**

1. Estrategias de Recuperación
2. Información práctica sobre los problemas de salud mental graves
3. Modelo de vulnerabilidad al estrés y las estrategias de tratamiento
4. Desarrollando un sistema de apoyo social
5. Manejo eficaz de la medicación
6. El uso de sustancias tóxicas
7. Reduciendo las recaídas
8. Afrontar el estrés
9. Afrontar los problemas y síntomas persistentes
10. Conseguir que sus necesidades sean satisfechas por el sistema socio-sanitario
11. Estilos de vida saludables\*

\* Este Módulo fue añadido posteriormente y no está en el documento “*Practitioner Guides and Handouts*”. Para referencias, ver el documento “*The Evidence*”

Contenidos del documento:

**Capacitación de profesionales** (*Training frontline staff*),

**Guías para Profesionales y Folletos de educación terapéutica**

**Tema 0:** Orientación a Manejo y Recuperación de un problema de salud mental grave (IMR)

**Tema 1:** Estrategias de Recuperación

**Tema 2:** Información práctica sobre problemas de salud mental graves

Tema 2 a: Información práctica sobre la esquizofrenia

Tema 2 b: Información práctica sobre el trastorno bipolar

Tema 2 c: Información práctica sobre la depresión

Tema 2 d: Estrategias y recursos para responder al estigma

**Tema 3:** Modelo de vulnerabilidad al estrés y las estrategias de tratamiento

**Tema 4:** Desarrollando un sistema de apoyo

**Tema 5:** Manejo eficaz de la medicación

Tema 5 a: Antipsicóticos

Tema 5 b: Estabilizadores de ánimo

Tema 5 c: Antidepresivos

Tema 5 d: Ansiolíticos y mediación sedante

Tema 5 e: Manejo de efectos secundarios

**Tema 6:** El uso de sustancias tóxicas

**Tema 7:** Reduciendo las recaídas

**Tema 8:** Afrontar el estrés

**Tema 9:** Afrontar los problemas y síntomas persistentes

**Tema 10:** Conseguir que sus necesidades sean satisfechas en el sistema socio-sanitario

**Tema 11:** Estilos de vida saludables

## **Tema 0: Orientación a IMR**

# Capacitación de Profesionales

## Guías para Profesionales y Folletos de educación terapéutica

Hay **Guías para Profesionales** y **Folletos de educación terapéutica** para las personas usuarias para cada tema. **Los Folletos de educación terapéutica** contienen información práctica y recursos que las personas usuarias pueden usar en su proceso de recuperación. Los Folletos están escritos en un lenguaje sencillo y fácil de entender e incluye textos, resúmenes, preguntas tipo test y ejercicios que ayudan a las personas a aprender del material de diferentes maneras. **No están diseñados para ser usados como documentos separados.** El material en su conjunto ayuda a las personas usuarias a integrar los conocimientos y las habilidades presentados en el mismo.

**Las Guías para Profesionales** de cada tema fueron diseñados para ayudar a proveer servicios IMR efectivos. Las Guías ofrecen un repaso rápido de los objetivos generales de cada tema y la estructura recomendada para cada sesión.

Las Guías también facilitan recordatorios y recomendaciones como las siguientes:

- Le avisa de los próximos ejercicios para que pueda dedicar tiempo a completarlos
- Le recuerda de conectar la información del Folleto con los objetivos personales de recuperación de las personas usuarias
- Sugiere tareas para casa que refuercen adecuadamente el conocimiento y las habilidades

**Las Guías para profesionales** también incluyen sugerencias para estrategias motivacionales, educativas y cognitivo-conductuales que se adaptan al área temática. Para obtener más información sobre cómo proporcionar servicios de IMR, consulte el **Manual de Capacitación de Profesionales** que está adaptado al español. (*Training frontline staff*)

Dado que se puede ofrecer el programa **IMR en formato individual, grupal o en ambos**, muchas Guías para profesionales y Folletos se han adaptado al formato en el que se proporcionarán.

Por este motivo, cada Guía para profesionales y Folleto está marcado con uno de los siguientes íconos en la esquina superior derecha de la página para identificar si se desarrolló para el formato individual o grupal:

 Individual

 Grupal

Si se puede utilizar la Guía para profesionales o el Folleto de educación terapéutica en cualquiera de los dos formatos, aparecerán ambos iconos. Se pueden necesitar varias sesiones para cubrir un tema específico en el formato de grupo. En este caso, encontrará una Guía para profesionales para cada sesión.

Antes de cada sesión, seleccione y revise la Guía para profesionales y el Folleto de educación terapéutica indicado para el tema que trabajará. Utilice este material para cubrir de manera integral los temas del plan curricular de IMR.