Manual de Capacitación para profesionales IMR

Manejo y Recuperación de un problema de salud mental grave

MODULO 2

Procesos centrales

Procesos centrales

- Una persona usuaria es referida a su programa IMR.
- El profesional presenta el programa IMR (Módulo 0)
- El profesional evalúa a la persona usuaria utilizando el **"Inventario de Fortalezas y Conocimientos de IMR".**
- La persona usuaria comienza el programa IMR, semanalmente o quincenalmente, individual o grupal, o una combinación de los dos.
- Los profesionales de IMR enseñan a las personas usuarias la información presentada en el programa IMR.
- Los profesionales de IMR ayudan a las personas usuarias a aplicar conocimientos y habilidades, usando los ejercicios y las tareas para casa.

Procesos centrales

- Los profesionales de la IMR ayudan a las personas usuarias a establecer y perseguir objetivos, usando los formularios y ejercicios.
- Los profesionales de IMR ayudan a las personas usuarias a construir apoyo involucrando a familiares y otros allegados.
- Los profesionales de IMR registran el avance de las personas usuarias, usando la **Nota de Progreso de IMR**.
- Los profesionales de IMR se reúnen semanalmente para supervisión (grupal o individual) con un líder IMR según sea necesario.

Procesos centrales

Involucrar a las personas usuarias es un proceso continuo

La participación de las personas usuarias en el proceso de IMR comienza en el momento en que son referidas al Programa

- **Es fundamental conocer sus necesidades y objetivos**
- **Hay que hacer una reunión de orientación en sesión individual**
- **Para ello se usa el Modulo 0 de "Orientación a IMR"**
- **También reunión con familiares y allegados, para explicar IMR**
- **El proceso de "enganche" nunca se detiene**

Procesos centrales

Evaluar las fortalezas y conocimientos de las personas usuarias

- **En su segunda y tercera sesión, use el "Inventario de Fortalezas y Conocimientos"**
- **Este formulario de evaluación se enfoca en los atributos positivos de las personas usuarias en lugar de en sus problemas o "déficits".**
  - Recopile información de una manera amigable, de manera discreta, usando un tono de conversación natural
  - Planifique tiempo para el debate
  - Solicite comentarios sobre las partes del programa que les parece más interesante para continuar el proceso de "enganche"

Procesos centrales

Siga el plan curricular

El plan curricular de IMR consiste de 11 Módulos:

1. Estrategias de recuperación
2. Información práctica sobre 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

Procesos centrales

Siga el plan curricular

- Por lo general, se puede seguir el plan curricular de IMR en el orden indicado.
- Pero para algunas personas usuarias es importante adaptar el programa para responder a sus necesidades individuales.
- Use su juicio clínico sobre el orden de los temas en el plan curricular de IMR.
- El Módulo 11: **Estilos de vida saludables** fue añadido más tarde, pero quizás encaja mejor en otro momento del programa, por ej. entre el 5 y el 6
- Las **Guías para profesionales** y los **Folletos de educación terapéutica** para las personas usuarias han sido desarrollados para guiar su trabajo con IMR.

Procesos centrales

Use las Guías para profesionales

- Dan una revisión rápida del objetivo general del tema y recomienda la estructura para cada sesión.
- Dan recordatorios y recomendaciones
- Incluyen sugerencias para estrategias motivacionales, educativas y cognitivo-conductuales que se adaptan al área temática

Hay dos tipos de Guías para profesionales:

- Para sesiones individuales
- Para sesiones grupales

Si la Guía se puede usar en cualquier formato, **ambos iconos** aparecerán.

Procesos centrales

Use los Folletos para las personas usuarias

- Hay **Folletos de educación terapéutica** para cada tema
- Para distribuir y revisar con las personas usuarias durante las sesiones
- Tienen información práctica y trabajan habilidades para el proceso de recuperación
- No están hechos para que sean documentos independientes

Igual que en la Guías se pueden usar de forma individual o grupal

- Individual
- Grupal

Procesos centrales

Espacie las sesiones

- Por lo general se ofrecen semanalmente y duran entre 45 y 60 minutos.
- La extensión del programa IMR varía entre 3 y 10 meses.

La duración del programa IMR y el ritmo de las sesiones dependen de una variedad de factores:

- Conocimiento previo y nivel de habilidad de las personas usuarias
- Las áreas problemáticas a trabajar
- La presencia de dificultades cognitivas o síntomas graves

Considere tomar descansos durante las sesiones o realizar sesiones breves más frecuentes, como reuniones de 20 a 30 minutos dos o tres veces a la semana en caso de presencia de dificultades cognitivas o síntomas graves

Procesos centrales

Considere el formato de las sesiones

- IMR puede ofrecerse en formato individual o grupal, o una combinación de los dos.

- La duración IMR y el ritmo de las sesiones serán diferentes dependiendo del formato que elija su servicio.

Usando un formato de grupo

- Establezca pautas generales del grupo. Pautas comunes:
  - Lo que se dice en la sesión se queda en la sesión;
  - Trate a todos los miembros del grupo y los materiales con respeto;
  - Se espera asistencia regular.

Procesos centrales

Estructure las sesiones

	SESIONES INDIVIDUALES	SESIONES GRUPALES
Socializar informalmente e identificar cualquier problema importante	1-3 minutos	1-3 minutos
Revisar sesiones anteriores	1-3 minutos	1-3 minutos
Revisar la tarea de casa	3-5 minutos	5-10 minutos
Seguimiento de objetivos	1-3 minutos	5-10 minutos
Revisar la agenda para actual sesión	1-2 minutos	1-2 minutos
Enseñar material nuevo o revisar material previamente enseñado	30-40 minutos	20-25 minutos
Ponerse de acuerdo sobre la nueva tarea a revisar en casa para la próxima sesión	3-5 minutos	5-10 minutos
Resumir el progreso hecho en la sesión actual	3-5 minutos	3-5 minutos

Procesos centrales

Proporcione las tareas para casa

- Las tareas para casa, entre sesiones, son un medio clave
- Las Guías para profesionales incluyen sugerencias para tareas para casa.
  - Revisar una sección del Folleto
  - Terminar un ejercicio que se inició durante la sesión
  - Practicar activamente una habilidad recién adquirida

- Tenga en cuenta que algunas personas pueden sentirse incómodas con el término "tareas para casa".
- Si este es el caso, use terminología diferente, como:
  - *"Seguir con lo que hablamos hoy, un oportunidad de practicar lo que estamos aprendiendo, o pasos de acción para la recuperación"*

Procesos centrales

Haga seguimiento de tareas asignadas

Explore las siguientes preguntas:

- ¿Qué llegó a hacer?
- ¿Qué no pudo hacer?
- ¿Qué podría hacer diferente en el futuro para seguir hasta el final la tarea?

Si no completaron una tarea asignada, **identificar obstáculos** que puedan tener, resolver problemas de manera que puedan superar estos obstáculos

Si no completaron la tarea, trate las razones y modifique conjuntamente **la tarea para que sea más alcanzable.**

En el formato grupal de IMR puede utilizar las respuestas de las personas a las **preguntas de repaso** al final de cada sesión, para evaluar cuánta información y habilidades dominan

Procesos centrales

Establecer y perseguir objetivos

- Establecer y perseguir los objetivos personales **son una parte esencial de la recuperación.**

- Se trabaja en el **Modulo 1**, pero a lo largo del programa los profesionales de IMR ayudan a las personas a establecer objetivos personales significativos y como hacer el seguimiento

Dos ejercicios ayudan a las personas a establecer y perseguir objetivos (Módulo 1):

"Trabajando sobre los objetivos"

"Solución de Problemas Paso a Paso y Logro de los Objetivos

Se dejan plasmados en el formulario: **Metas establecidas en el Programa IMR**

Procesos centrales

Establecer y perseguir objetivos

- En formato grupal, haga seguimiento de los objetivos de 2 o 3 personas durante cada sesión.
- Céntrese en diferentes personas cada semana

Monitorizar varios aspectos de progreso :

- Desglosar los objetivos en pequeños pasos
- Reconocer el progreso en el logro de cada paso
- Ayudar a las personas usuarias a ajustar o revisar objetivos
- Establecer nuevas metas cuando las viejas han sido alcanzadas

- Considere recompensar los logros de las personas usuarias (con aplausos, diplomas etc.)

Procesos centrales

Complete las Notas de Progreso

- Después de cada sesión de IMR, complete una Nota de Progreso de IMR

- Ayudarán a hacer un seguimiento de:
  - Metas personales de las personas usuarias;
  - Tipos de intervenciones proporcionadas
  - Habilidades basadas en la evidencia enseñadas
  - Tareas a revisar para la próxima sesión

- La **Nota de Progreso de IMR** esta disponible en la carpeta Herramientas de evaluación

Procesos centrales

Participe en la supervisión

- El Programa IMR prevé reuniones semanales de los profesionales que imparten IMR con el líder del proyecto, para supervisión individual o en grupo
- Se tratan los objetivos de las personas usuarias y el progreso que están haciendo hacia su recuperación.
- Asimismo, se pueden tratar los problemas que surgen en las sesiones IMR
- El programa también prevé una evaluación semestral de resultados y la formulación de recomendaciones, basada en la aplicación de la escala evaluación de la fidelidad IMR.
- La **Escala de Fidelidad IMR** está disponible en español (en carpeta Herramientas de evaluación)

Procesos centrales

Involucre a otras personas de apoyo

- Desarrollar y mejorar los apoyos naturales es un objetivo del programa IMR
- Aunque el Tema 4 : Desarrollar un sistema de apoyo social se dedica específicamente a construir una red de apoyo, se debe integrar este apoyo en cada sesión.
- Busque maneras de ayudar a las personas a construir sus redes de apoyo social.
- Recuerda que la decisión de involucrar a un familiar u otro allegado es la elección de la persona usuaria.
- Por lo tanto, es importante escuchar a las personas y respetar sus decisiones sobre si, y de qué manera, involucrar a la familia u otros allegados.

Procesos centrales

Resumen

Este Módulo 2 ha tratado los procesos nucleares de IMR, incluyendo:

- Como derivar al programa,
- Procedimientos de evaluación
- El plan curricular de IMR
- El formato para las sesiones IMR

El próximo modulo introduce el concepto de:

- **Recuperación**
- **Modelo de vulnerabilidad al estrés**

Procesos centrales

- **Ejercicio:** Compare procedimientos de evaluación
- **Ejercicio:** Complete una Nota de Progreso
- **Ejercicio:** Involucre a otras personas de apoyo
- **Ejercicio:** Mejore su programa

- Manual de capacitación para profesionales de Manejo y Recuperación de un problema de salud mental grave (IMR). Adaptado al español por la Asociación Española de Enfermería de Salud Mental en el año 2020, basado en el siguiente material:

- Substance Abuse and Mental Health Services Administration. Illness Management and Recovery: Training Frontline Staff HHS Pub. No. SMA-09-4462, Rockville, MD: Center for Mental Health Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, U.S. Department of Health and Human Services, 2009.

CC BY NC ND