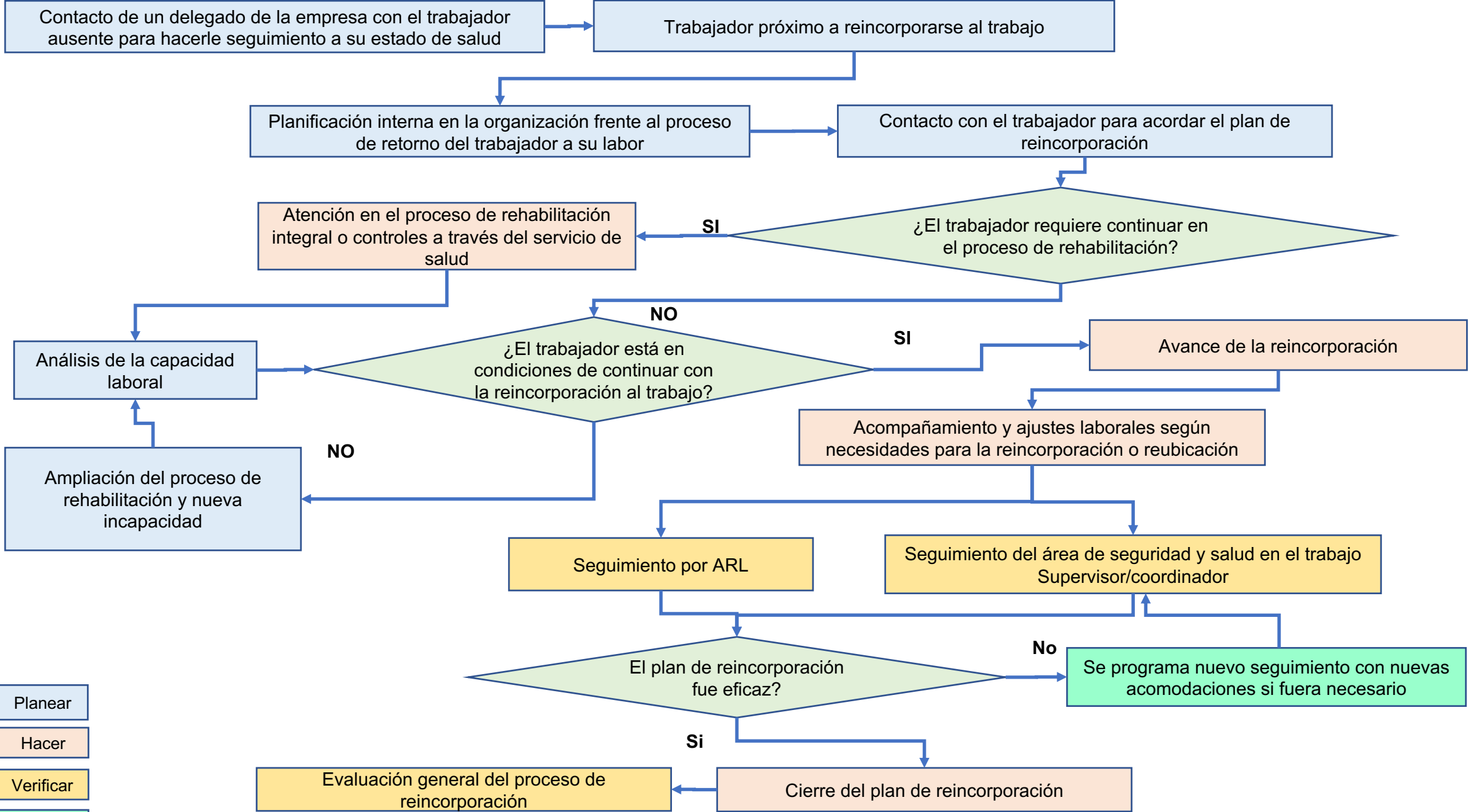


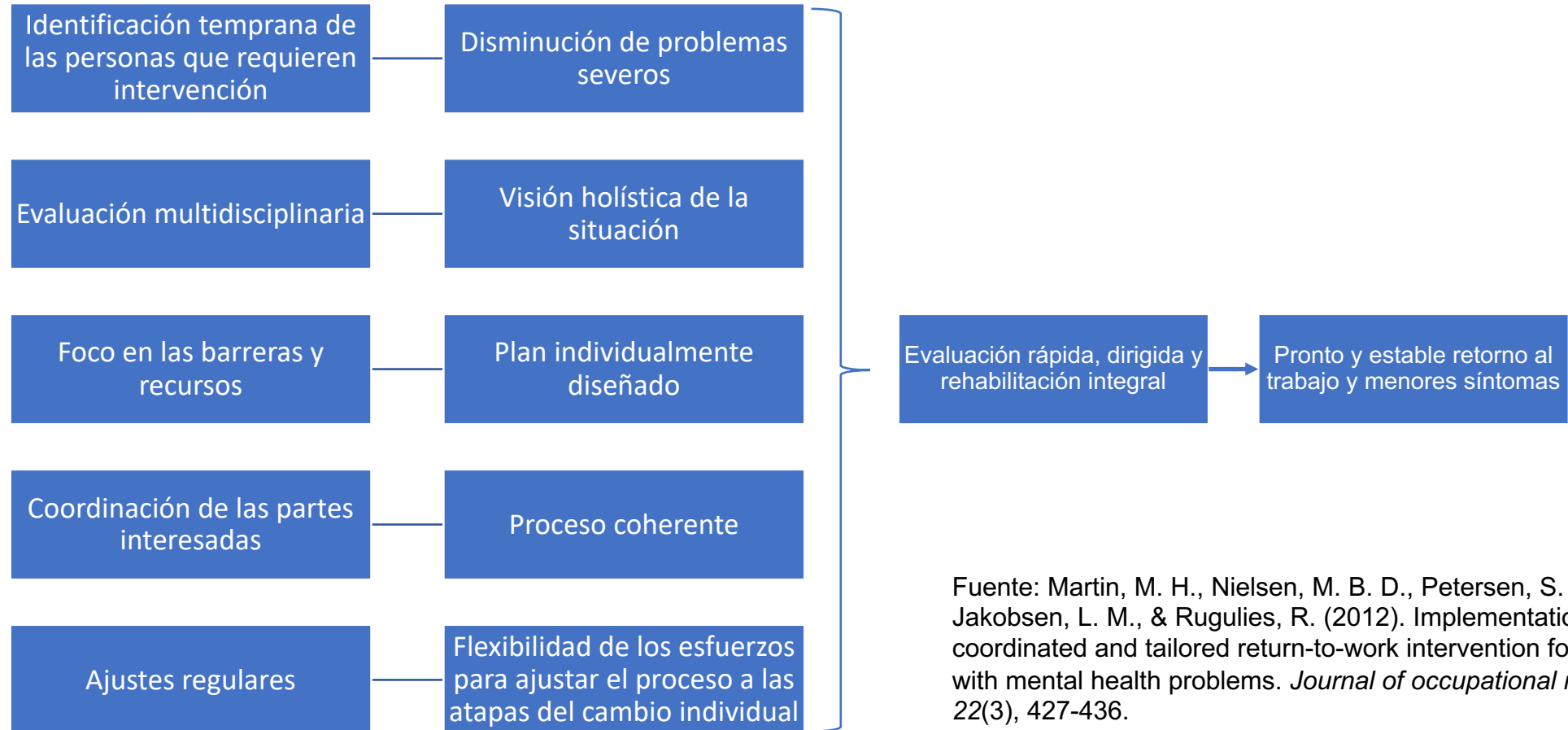


Salud Mental

Flujograma Programa de Vigilancia Epidemiológica

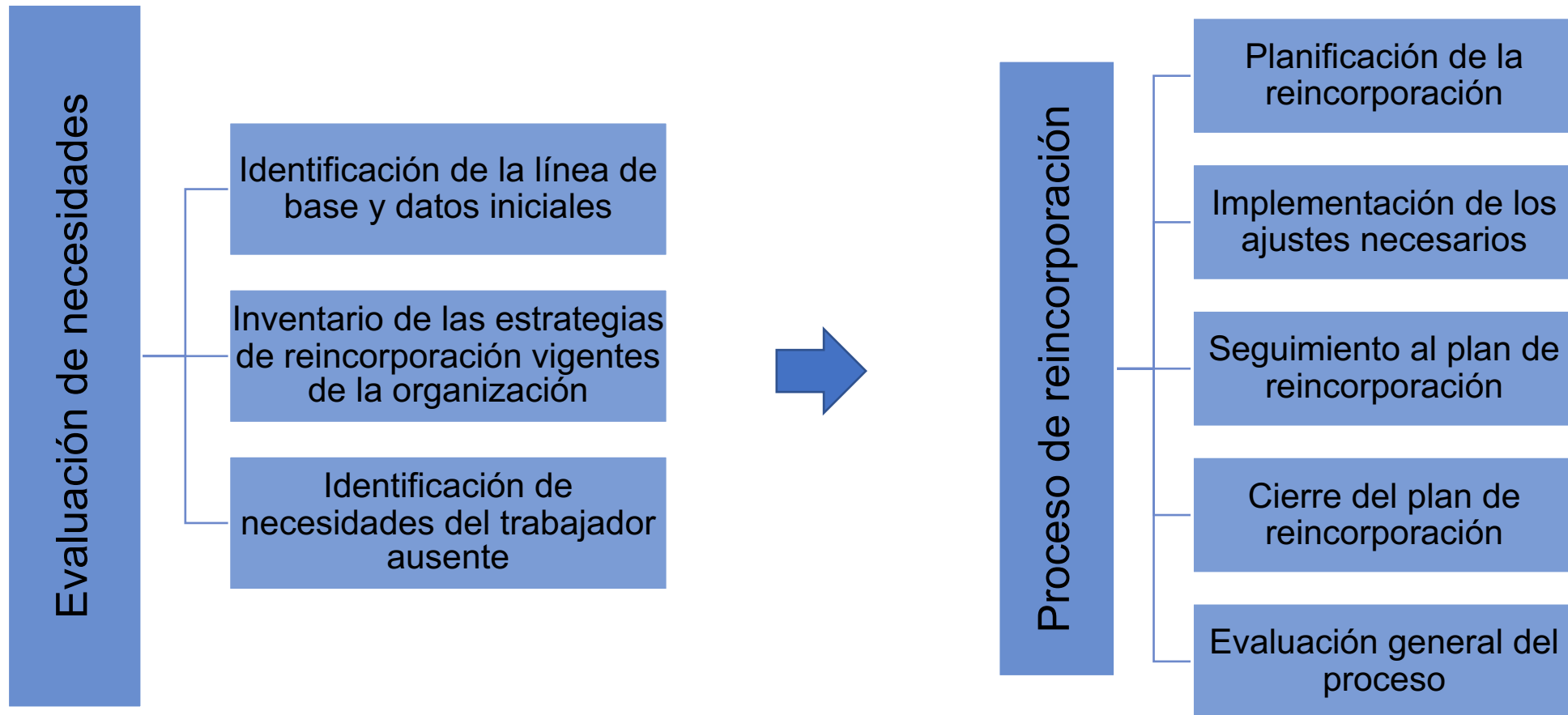


Mecanismos para promover el retorno al trabajo y disminuir los síntomas por problemas de salud mental

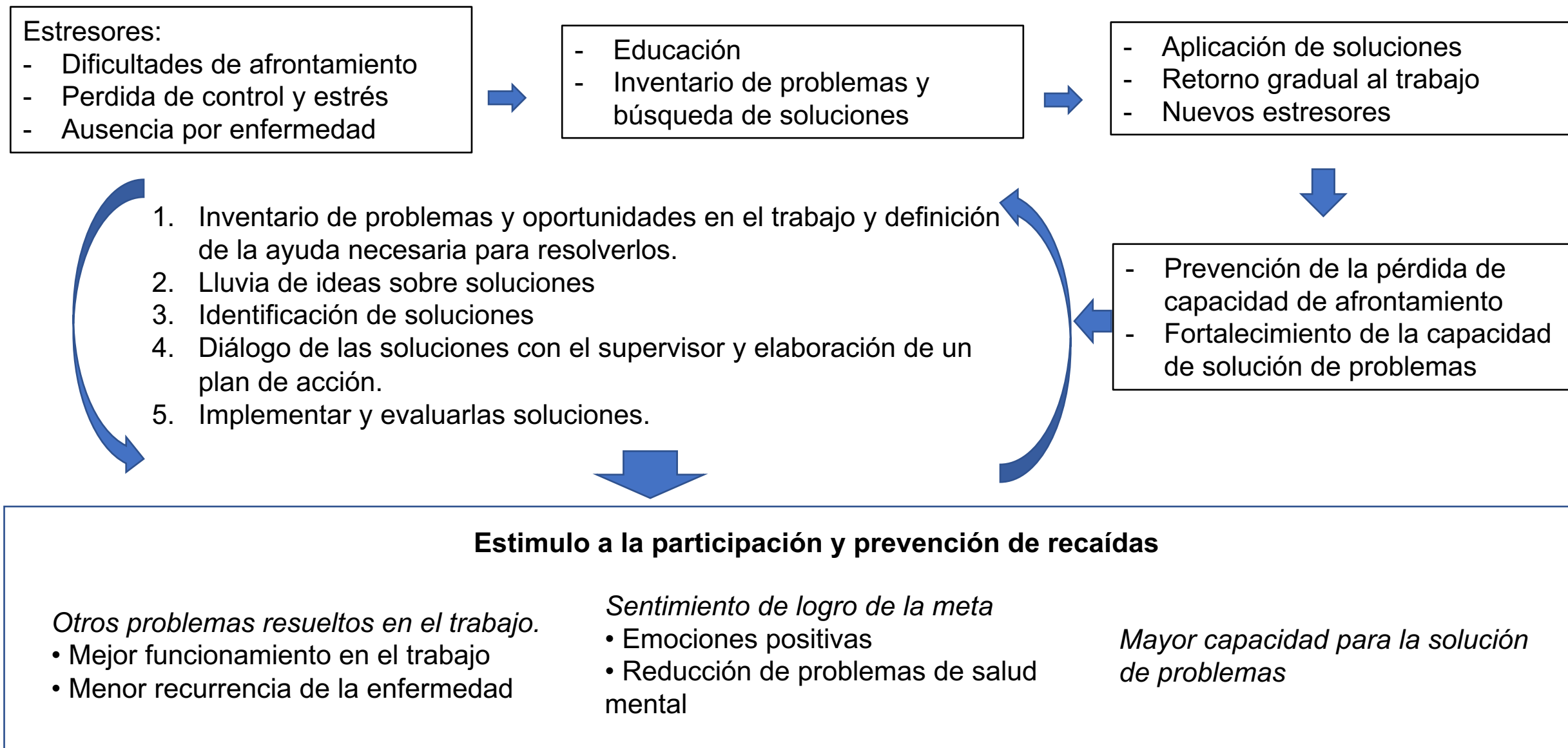


Fuente: Martin, M. H., Nielsen, M. B. D., Petersen, S. M., Jakobsen, L. M., & Rugulies, R. (2012). Implementation of a coordinated and tailored return-to-work intervention for employees with mental health problems. *Journal of occupational rehabilitation*, 22(3), 427-436.

Fases del proceso de reincorporación laboral luego de una ausencia por motivos de salud mental



Modelo de prevención de ausencias recurrentes en trabajadores con trastorno mental común



Mitos sobre la enfermedad mental. Fuente: The Australian Human Rights Commission's Guide for Managers:

1. Las personas con enfermedades mentales pueden trabajar

2. La enfermedad mental es tratable

3. La gran mayoría de las personas con enfermedades mentales NO son peligrosas. Por el contrario, suelen víctimas de violencia.

4. Las personas con enfermedades mentales viven y trabajan cerca de nosotros

5. Las personas con enfermedades mentales tienen la misma capacidad intelectual que otras personas

Trasforme su pensamiento

- Comprenda el valor del trabajo para la salud y la recuperación.
- Conozca los síntomas y desencadenantes de su problema de salud mental.
- Conozca los efectos de los medicamentos que está tomando y cómo estos podrían afectar su trabajo.

Dialogue

- Hable sobre el regreso al trabajo con su profesional de la salud.
- Analice y busque soluciones para abordar las barreras para volver al trabajo.
- Acuerde con su jefe un plan para manejar la posibilidad de una recaída.

Emprenda acciones

- Manténgase en contacto con su empleador cuando esté ausente.
- Participe activamente en su programa de regreso al trabajo
- Busque ayuda de profesionales de la salud, familiares, amigos y colegas cuando lo necesite.
- Aprenda y practique técnicas para el manejo del estrés

Melbourne School of Population and Global Health, University of Melbourne. (sf) Managing return to work - quick reference guide. Work - Topics for Employees Disponible en returntowork.workplace-mentalhealth.net.au/print_employees

Estructura general del material educativo para la reincorporación al trabajo

