

Procedimiento semFYC (artículo AMF), LLEGAR a un ACUERDO para prescripción o No de IT en SALUD MENTAL, no grave TMNG

PROTOCOLO IT POR TMNG
PUNTOS CLAVE Intervenciones terapéuticas centradas en el trabajo
PREVENIR: evitando la quiebra de la salud y/o acortando la recuperación de la funcionalidad, normalidad vida diaria personal y laboral
ETAPA 1: Recuperar la salud
La baja laboral es una PRESCRIPCIÓN MÉDICA para recuperar la salud mínima necesaria que permita la funcionalidad de la persona (trabaje, esté activa)
Evitar el perjuicio que puede suponer para el paciente interrumpir la actividad laboral. La IT es la prescripción médica de más alto coste del SCS
En problemas mentales no graves la salud mental se mantiene y recupera mejor trabajando. Cuando sea imprescindible, la IT será breve: la dosis optima son días, pocas semanas, no meses.
Desde el inicio se explicita el objetivo de la IT, se pactan su duración y los pasos concretos que se van a seguir para recuperar la salud
Los objetivos se centrarán en los autocuidados, recuperar hábitos básicos de salud, mantener una rutina activa y saludable.
Los objetivos se acuerdan con el paciente, individualizados y descritos en términos conductuales, pequeños, avanzando paso a paso, empezando por los más fáciles.
ETAPA 2: Preparar y apoyar la reincorporación laboral => normalización personal y laboral
Afrontar el miedo a volver al trabajo como algo normal para superar la situación y protegerse; comenzar entregando en persona el parte de confirmación
La vuelta al trabajo es posible y conveniente tras la recuperación mínima y suficiente para el desempeño habitual, sin esperar a estar al 100%. La recuperación completa se produce al retomar la normalidad diaria, con la vuelta al trabajo
Explicitar los cambios a realizar a la vuelta al trabajo para prevenir recaídas
ETAPA 3: Mantener la salud y prevenir recaídas
Es importante el apoyo y seguimiento intensivos tras la reincorporación, con la coordinación de sanitarios, paciente (y su familia) y la empresa (compañeros y mandos)
El miedo a recaer es útil para mantener los cuidados
Garantizar apoyo si fuera precisa una nueva baja
Intervención: temprana, rápido acceso, tratamiento-seguimiento intensivo y coordinado (SM-AP – otros especialistas)