

El rol de Terapia Ocupacional en la Recuperación de la Salud Mental

De acuerdo a la Declaración de Consenso Nacional de la Recuperación en Salud Mental, la recuperación mental se define como “un viaje de curación y transformación que capacita a la persona con una condición de salud mental a llevar una vida significativa en la comunidad y en la búsqueda continua para alcanzar su máximo potencial”. El Modelo de Recuperación en la Salud Mental requiere de un proceso de toma de decisiones compartidas que sea centrado en el cliente y dirigido hacia éste. La conexión terapeuta- cliente apoya esas decisiones a través de la evaluación e intervención y todos los procesos terapéuticos. La meta principal del Modelo de Recuperación en Salud Mental es facilitar el desarrollo de la resiliencia, la salud y el bienestar de las personas en la comunidad, más allá del simple manejo de los síntomas.



Existen 10 principios del Modelo de Recuperación: 1) la autodirección, 2) centrado e individualizado en la persona, 3) el apoderamiento, 4) holístico, 5) no lineal, 6) basado en fortalezas, 7) apoyado por pares, 8) el respeto, 9) responsabilidad del consumidor de servicios, y “el catalítico del proceso de recuperación”, 10) la esperanza. Estos principios de recuperación están totalmente alineados con la filosofía de la práctica en terapia ocupacional, la cual es inherentemente centrada en el cliente, colaborativa, focalizada en apoyar la resiliencia, la participación social, la promoción de la salud y la calidad en el estilo de vida.



Los profesionales de terapia ocupacional trabajan colaborativamente con las personas, los grupos, las organizaciones y la comunidad en general para promover el sentido de esperanza, el apoderamiento y eventualmente, propiciar el cambio y la adaptación. Preparados científicamente en los principios de neurofisiología, desarrollo psicosocial, análisis de actividad y del contexto, la dinámica de grupos, los terapeutas ocupacionales ayudan a las personas a participar exitosamente en las ocupaciones de su interés.

Los siguientes son ejemplos de cómo el conocimiento y las destrezas en terapia ocupacional son utilizados en el proceso de asistir a las personas en el proceso de recuperación de su salud mental:

- Enseñar y apoyar el uso activo de estrategias de auto manejo para ayudar a manejar los efectos de los síntomas de la enfermedad, incluyendo el involucramiento en las actividades seleccionadas.
- Ayudar a identificar e implementar hábitos de vida saludables y rutinas que apoyen un estilo de vida saludable.
- Apoyar la identificación y clarificación de valores, necesidades y metas para promover decisiones informadas como cuando se considera la compra de una propiedad o la evaluación de diferentes alternativas de empleo.
- Ofrecer información para aumentar la concienciación de los recursos de apoyo disponibles en la comunidad.
- Proveer información de cómo monitorear estado de salud general y reconocer y responder a cambios agudos en la condición.

Preparado por Dr. Arnaldo Cruz para:



Colegio de Profesionales de Terapia Ocupacional de Puerto Rico

PO Box 36-1558
San Juan, PR 00936-1558

Teléfono: 787-282-6966
Fax: 787-282-6966

Página Electrónica del Colegio:

<http://www.cptopr.org/>

Preparado por la Comisión de Relaciones Públicas
y Servicios a la Comunidad 2011