

## Manejo y recuperación de una enfermedad

CONTACT INFO  
HERE



EVIDENCE-BASED  
PRACTICES

**KIT**

Knowledge Informing Transformation  
(Transformación basada en la información)

**Evidencia aplicada al tratamiento**



*Ofreciendo información, apoyo y habilidades para ayudar a los usuarios a manejar su enfermedad y avanzar en su propio proceso de recuperación.*

## ¿Qué es el manejo y la recuperación de una enfermedad (IMR, por sus siglas en inglés)?

El IMR es una práctica basada en la evidencia que le da a los usuarios información acerca de las enfermedades mentales y habilidades para sobrellevarlas con el fin de ayudarles a:

- manejar sus enfermedades;
- desarrollar metas y
- tomar decisiones informadas sobre su tratamiento.

## ¿Por qué participar en el IMR?

El conocimiento capacita a las personas. Entre más comprendan las personas la información básica de sus enfermedades mentales, mejor capacitadas estarán para hablar por sí mismas y asumir un papel activo en su recuperación.

**El manejo y la recuperación de una enfermedad apoya a los usuarios en su proceso de recuperación.**

## ¿Cómo funciona el IMR?

### ■ Los usuarios definen la recuperación

Los profesionales que trabajan en el IMR ayudan a los usuarios a definir la recuperación por sí mismos y a identificar metas de recuperación que les sean importantes a nivel personal.

### ■ La información es poder

La educación acerca de las enfermedades mentales es la base de la toma de decisiones informadas.

### ■ La colaboración es la clave

Los profesionales ayudan a los usuarios a crear redes sociales e invitan a las personas de apoyo a participar en actividades que promueven la recuperación.

### ■ Los planes pueden ayudar a prevenir las recaídas

Los usuarios aprenden a identificar señales tempranas de alerta y a planear los pasos que pueden seguir para prevenir las recaídas.

### ■ Las estrategias del manejo de una enfermedad dan resultado

Los usuarios aprenden nuevas estrategias que les ayudan a manejar sus síntomas, sobrellevar el estrés y mejorar sus vidas de una manera considerable.