

Laboratorio-Observatorio de Riesgos Psicosociales de Andalucía

LARPSICO | Universidad de Jaén

DOCUMENTO CIENTÍFICO
28 DE JUNIO DE 2024

PsicoLan: Modelo de prevención e intervención en la salud emocional de las personas trabajadoras

Redactado por:

M^a Olárizu Fdz. de Romarategui Monte.
Psicóloga General Sanitaria PsicoLan.
Fundación Laboral San Prudencio.

Marta González Pescador.

Psicóloga clínica. Asesora externa PsicoLan.



Junta de Andalucía
Consejería de Empleo, Formación
y Trabajo Autónomo

INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
OBSERVATORIO

del IAPRL



**Universidad
de Jaén**

ÍNDICE

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y perspectivas	8
6. Bibliografía	11



Junta de Andalucía
Consejería de Empleo, Formación
y Trabajo Autónomo
INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
OBSERVATORIO
del IAPRL



Universidad de Jaén

PsicoLan: Modelo de prevención e intervención en la salud emocional de las personas trabajadoras

Redactado por:
M^a Olárizu Fdz. de Romarategui Monte, Psicóloga General Sanitaria PsicoLan. Fundación Laboral San Prudencio.

Marta González Pescador. Psicóloga clínica. Asesora externa PsicoLan.

Este documento ha sido redactado para su publicación por LARPSICO en formato "documentos específicos" y está basado en el Trabajo Fin de Master Psicología General Sanitaria de M^a Olárizu Fdz. de Romarategui Monte y dirigido por Isabel Morales Gil de la UNIR (Universidad Internacional de la Rioja) defendido en Enero 2024.

Tiene como antecedente las publicaciones: Publicaciones anteriores: Ficha científico-técnica preventiva de la Colección 06/2022 por LARPSICO. BOLETÍN CUATRIMESTRAL #01/2024 (enero-abril) por LARPSICO

1. Marco teórico

Este trabajo describe y evalúa el modelo de intervención del servicio PsicoLan en la atención a la salud emocional de las personas trabajadoras. El reto de PsicoLan, es intervenir con soluciones psicosociales "a medida" realizando cambios en la conducta de las personas que componen una organización con el objetivo de mejorar y proteger su salud, para ir avanzando en hacer la prevención desde la estructura organizativa.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), se refiere a la salud mental como el estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad.

El modelo de intervención y prevención del servicio PsicoLan, su operativa y estrategias, se ha fundamentado en el marco normativo nacional, europeo e internacional (Ley 31/1995 PRL; ESSENER 3, 2019; OECD; Marco Estratégico UE 2021-27; Estrategia Española Salud Mental 022-26; Estrategia Española SST, 2023-27). Ha tenido en cuenta el impacto de los factores de riesgos psicológicos y sociales en la salud mental de las personas trabajadoras (Observatorio Vasco de Acoso Moral, 2012; OIT, 2023). Ha considerado los costes de no cuidar la salud mental en el ámbito laboral (APA, 2023; OMS, 2022; Informe de la Confederación Salud Mental España y la Fundación Mutua Madrileña, 2023; Datos del Ministerio de trabajo-EU OSHA, 2023; Observatorio UGT, 2023). Ha revisado acciones de las empresas para promover el bienestar psicológico de su plantilla (Servicio Andaluz de Salud, 2012; Instituto Salud Carlos III, Otero y Gálvez, 2014; Guía NICE, 2019; Osalan, 2022; EU-OSHA, 2023).

2. Descripción operativa del servicio PsicoLan

La Fundación Laboral San Prudencio ha sido siempre sensible y consciente de la importancia de la salud laboral de la población trabajadora.

PsicoLan es una propuesta de acción versus a propuesta de evaluación. Se pretende ofrecer una respuesta integral a los trastornos de salud mental no grave (TMnG, trastornos psicoemocionales) de las personas trabajadoras, que suponen el segundo motivo de pérdida de salud laboral, tendiendo un puente entre el mundo de la salud y de las organizaciones.

La detección temprana, hace posible ofrecer intervenciones eficaces breves, focalizadas en mantener la salud (antes de que se quiebre) y la funcionalidad laboral. Si la quiebra de salud (baja laboral) ya se hubiera producido, focalizar en acortar la recuperación de la salud y recuperar la funcionalidad laboral con apoyo en la reincorporación, coordinando a todas las personas implicadas en el retorno a su puesto de trabajo.

La coordinación se unifica durante todo el proceso de intervención a través de un único profesional sanitario (CAS, coordinación apoyo a la salud). El seguimiento intensivo, tras la plena recuperación, previene la recaída.



Junta de Andalucía
Consejería de Empleo, Formación
y Trabajo Autónomo
INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
OBSERVATORIO
del IAPRL



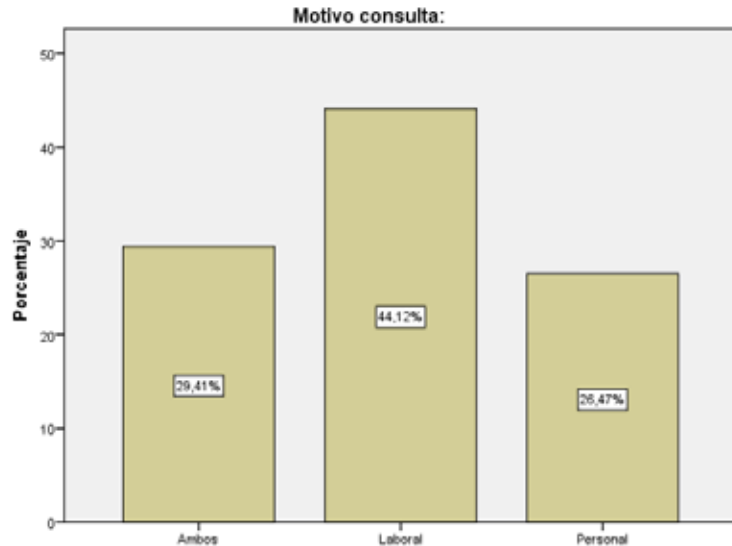
Universidad de Jaén

**PsicoLan:
Modelo de prevención
e intervención en la
salud emocional de las
personas trabajadoras**

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y prospectivas	8
6. Bibliografía	11

Tras la primera valoración psicológica, se atienden trastornos psicoemocionales (tanto por motivo laboral, personal o ambos), de salud mental no grave, con fines preventivos. Se ofrece orientación y seguimiento de soluciones al resto de los casos (TMG: Trastorno Mental Grave, o adicciones, por ejemplo).

Figura 1. Motivo de consulta



Este servicio PsicoLan, está dentro del programa TU SALUD ZURE OSASUNA, que integra PsicoLan (salud mental no grave, psicoemocional) y Nordic Klinika (tratamiento de trastornos musculoesqueléticos).

En PsicoLan se trabaja con el enfoque centrado en las soluciones: lo que funciona hágalo más (resuelve el problema) y lo que no funciona no lo repita (mantiene el problema).

Estas son algunas de las claves:

- Se formulan soluciones psicosociales a medida de cada persona, y de cada empresa.
- Se actúa indirectamente en la organización del trabajo.
- Se focaliza en un objetivo común, la salud, valor compartido por todos.
- La Fundación Laboral San Prudencio funciona como punto de encuentro “elkargunea” entre la persona trabajadora y la empresa, garantiza la voluntariedad, transparencia, confidencialidad, independencia/neutralidad, salud integral y confianza.

La actuación desde PsicoLan se puede realizar en tres momentos temporales:

- Proactiva - Previo a la quiebra de la salud (“Se veía venir”), identificando de manera temprana.
- Reactiva - Tras un periodo fuera del trabajo de baja médica para la recuperación de la salud, facilitando la adaptación y seguimiento del retorno al puesto de trabajo.
- Intervenciones puntuales “a medida” por eventos inesperados que generan un impacto emocional relevante en la organización.



Junta de Andalucía
 Consejería de Empleo, Formación
 y Trabajo Autónomo
 INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
 DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
 OBSERVATORIO
 del IAPRL



Universidad de Jaén

**PsicoLan:
 Modelo de prevención
 e intervención en la
 salud emocional de las
 personas trabajadoras**

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y perspectivas	8
6. Bibliografía	11

A partir de soluciones sencillas es posible resolver problemas complejos, con un enfoque sistémico e integral.

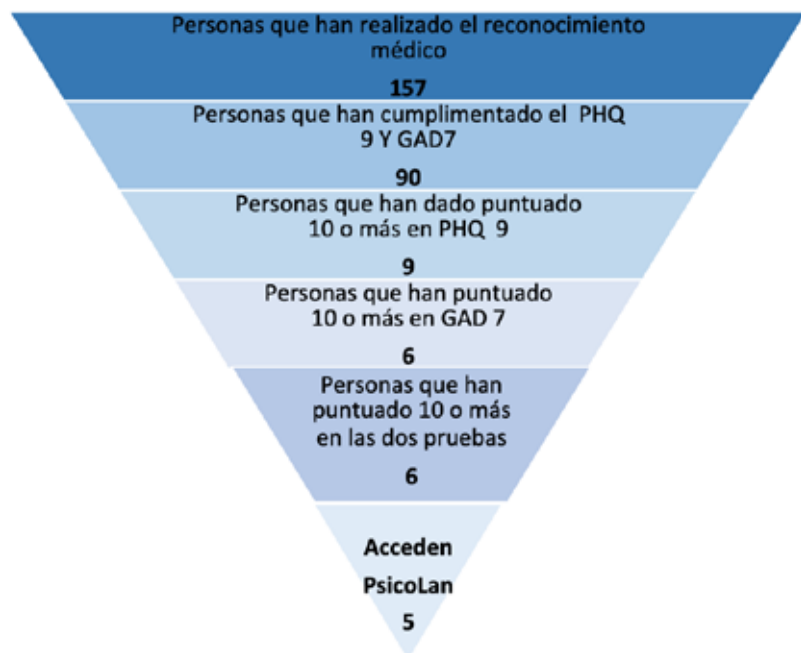
2.1. Metodología

Una vez presentado el programa y acordado la puesta en marcha con la empresa, se difunde el programa entre las personas trabajadoras indicando cómo pueden acceder al mismo.

La detección temprana en el lugar de trabajo se lleva a cabo por los posibles intervinientes (profesionales del servicio de prevención, sanitarios y técnicos de prevención, RRHH, línea de mando, compañeros, comités...).

De manera pionera a la propuesta de la Comisión EU sobre la evaluación de la salud mental en la Vigilancia de la salud, ya aplicamos estos cuestionarios, de forma voluntaria, a las personas trabajadoras en el marco del reconocimiento médico anual de las empresas del Servicio de Prevención Mancomunado San Prudencio que están adheridas al servicio.

Figura 2. “Ejemplo de Personas participantes en PsicoLan tras cribado en reconocimiento médico de una empresa”.



Tras la discusión de la mesa de Expertos en el XXII Congreso de La Fundación, en el servicio PsicoLan se han empezado a utilizar los cuestionarios de screening PHQ-9 y GAD-7.

A las personas trabajadoras que puntúan por encima del punto de corte, se les ofrece participar en el programa.

En PsicoLan se trabaja con tratamientos psicológicos coste-eficientes, basados en datos de evidencia científica: a) Terapia Breve b) Terapia Conductual Cognitiva. c) Programas de tratamiento conductual cognitivo transdiagnóstico PsicAP.



Junta de Andalucía
 Consejería de Empleo, Formación
 y Trabajo Autónomo
 INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
 DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
 OBSERVATORIO
 del IAPRL



Universidad de Jaén

**PsicoLan:
 Modelo de prevención
 e intervención en la
 salud emocional de las
 personas trabajadoras**

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y prospectivas	8
6. Bibliografía	11

La duración media estimada del tratamiento con la persona trabajadora es de 4 a 6 sesiones.

Una vez obtenido con éxito los resultados terapéuticos y mejoría en la salud emocional se evalúa el cambio cuantitativamente aplicando de nuevo los cuestionarios PHQ-9 y GAD-7, y valorando el avance en los objetivos terapéuticos con pregunta de escala (1 a 10). Se mantiene un seguimiento, sesión de cierre con nueva reevaluación a los tres meses (siguiendo la recomendación de la guía NICE, 2019), y se realiza un nuevo seguimiento y evaluación de resultados a los 12 meses del cierre.

En el caso de que existan personas trabajadoras de baja por cuestiones emocionales se les ofrece la posibilidad de valoración y tratamiento en PsicoLan con el objetivo de acortar la recuperación de la salud y preparación de la reincorporación y minimizar el riesgo de recaída (siguiendo el procedimiento semFYC). Es el profesional sanitario responsable de la coordinación de apoyo a la salud (CAS) quien coordina con los distintos para promover las adaptaciones del puesto, al menos temporalmente, que facilitarán el retorno, al alta médica.

La recogida de todos los datos de funcionamiento del servicio se realiza a través de una herramienta informática, diseñada a medida. En ella, se recogen las puntuaciones de los cuestionarios, los contenidos de cada sesión de valoración y tratamiento, y las respuestas a los indicadores de evaluación de resultados (sesión de valoración, sesión final, sesión de seguimiento y cierre a los 3 meses y sesión de seguimiento al año). Lo que permite medir la eficacia de las intervenciones, identificar áreas de mejora del servicio y ajustar el plan de tratamiento a las necesidades individuales de cada usuario.

El acceso a los datos de consulta está restringido a los profesionales responsables de cada tratamiento. El análisis estadístico de resultados se realiza con códigos, anonimizando los datos personales.

2.2. Equipo

El modelo PsicoLan apuesta por el trabajo en equipo entre los profesionales sanitarios:

- Psicología (Clínica y General Sanitaria), realiza la valoración inicial para proponer intervención psicológica adecuada u orientación a otro dispositivo, en su caso.
- CAS (Profesional sanitario que coordina el Apoyo a la Salud), realiza la coordinación de todas las actuaciones a realizar.
- Medicina y Enfermería del trabajo del Servicio Prevención Mancomunado, desde vigilancia de la Salud y asistencia sanitaria, podrán hacer la valoración voluntaria y cribado de salud emocional en el reconocimiento médico, así como recomendar pautas y adaptación del puesto tras baja prolongada, y su seguimiento.
- Técnico de Prevención SPM: proponer medidas preventivas a la empresa para adaptar el puesto de trabajo según recomendaciones del CAS, Vigilancia de la salud y/o Servicio médico.



Junta de Andalucía
Consejería de Empleo, Formación
y Trabajo Autónomo
INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
OBSERVATORIO
de IAPRL



Universidad de Jaén

2.3. Objetivos de PsicoLan

- Prevenir y mantener la salud emocional de la persona trabajadora.
- Reducir el absentismo laboral vinculado a los problemas de salud emocional de la población trabajadora.
- Identificar para prevenir los efectos de los riesgos psicosociales de las organizaciones que están produciendo un daño en la salud.
- Ofrecer soluciones preventivas a medida de otras necesidades demandadas por las empresas interesadas.

Figura 3. Flujograma procedimiento PsicoLan



Fuente: Elaboración propia, 2024

3. Evaluación

A continuación, se presentan los resultados obtenidos del análisis de datos en la medición realizada a través de los instrumentos PHQ-9, GAD-7, pregunta de escala y criterios de evaluación de resultados de Éxito, Fracaso y Abandono a los 3 meses.

Las medias obtenidas:

- En el Pretest PHQ-9, en la sesión de valoración, indica que los sujetos presentan depresión menor, distimia o depresión mayor moderada. En la sesión de evaluación, al final del tratamiento psicológico, indica que los sujetos tienen síntomas mínimos de depresión
- En el Pretest GAD-7, en la sesión de valoración, indica que los sujetos tienen síntomas de ansiedad leve. En la sesión de evaluación, al final del tratamiento psicológico, indica que los sujetos tienen síntomas mínimos de ansiedad.
- En la Pregunta de Escala en la valoración, los sujetos puntúan 3,818 (antes). En la evaluación, los sujetos puntúan 8,222 (después).

PsicoLan: Modelo de prevención e intervención en la salud emocional de las personas trabajadoras

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y perspectivas	8
6. Bibliografía	11



Junta de Andalucía
Consejería de Empleo, Formación
y Trabajo Autónomo
INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
OBSERVATORIO
de IAPRL



Universidad de Jaén

En la reevaluación a los 3 meses, se encuentra un 100% de Éxito.

Las diferencias en las puntuaciones señalan que el cambio es significativo.

4. Resultados

- Del total de 34 pacientes que realizan la primera valoración:
- 17,66% (6) no comienza tras la valoración.
- 82,34% (28) comienza tras la valoración.
- 52,94 % (18) del total han realizado la evaluación al finalizar el tratamiento
- El seguimiento a los 3 meses se ha realizado en la actualidad de 12, cuya valoración ha sido Éxito un 100%
- Quedan 6 pacientes que no han pasado 3 meses para realizar el cierre
- 23,53% (8) continúan en tratamiento
- 5,88% (2) abandona tras iniciar el tratamiento
- De los 34 pacientes:
 - 8 de ellos estaban de baja en la valoración inicial
 - 3 no siguen terapia, por diferentes motivos: TMG, otra terapia y otro decide no comenzar
 - Los 5 restantes finalizaron la terapia de alta

PsicoLan: Modelo de prevención e intervención en la salud emocional de las personas trabajadoras

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y perspectivas	8
6. Bibliografía	11



Junta de Andalucía
Consejería de Empleo, Formación
y Trabajo Autónomo
INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
OBSERVATORIO
del IAPRL



Universidad de Jaén

**PsicoLan:
Modelo de prevención
e intervención en la
salud emocional de las
personas trabajadoras**

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y perspectivas	8
6. Bibliografía	11

Figura 4. Resultados programa

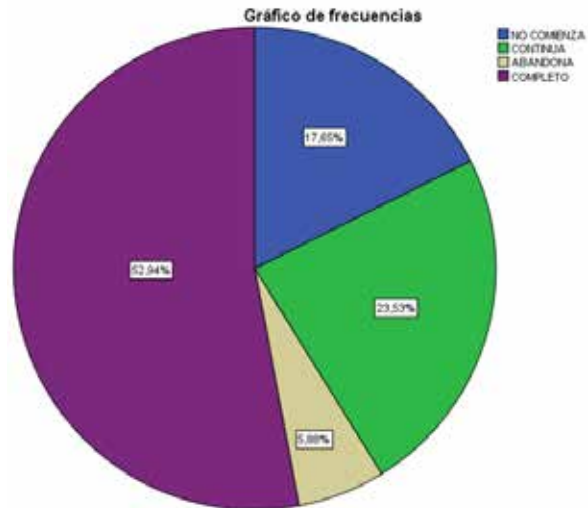
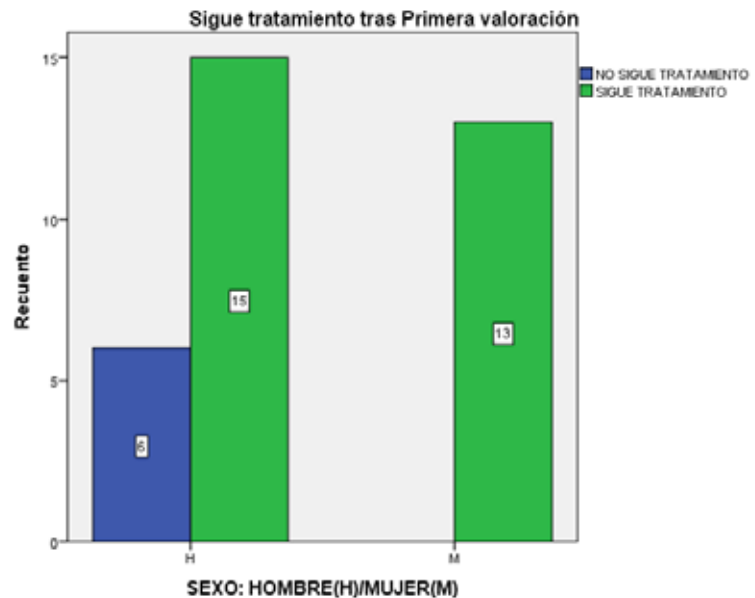


Figura 5. Siguen tratamiento tras Primera Valoración



Tras analizar los datos, se ve que, tras la Primera Valoración, el 100% de las mujeres comienzan el tratamiento y que 6 de los 21 hombres que hicieron valoración, no siguen el tratamiento.

El análisis estadístico de datos se ha realizado con la ayuda de Rosa Ayesa (Directora de Grupo de Investigación en Salud Mental, de IDIVAL).

5. Conclusiones y perspectivas

Tras realizar el estudio, se han confirmado las 4 hipótesis de investigación:

La primera hipótesis, se confirma que el porcentaje mayor de personas trabajadoras que acceden a PsicoLan son hombres, con formación en ciclos, y que en ambos sexos el trastorno más frecuente por el que acuden a consulta es en Trastorno Adaptativo mixto.

La segunda hipótesis, los cuestionarios PHQ-9 y GAD-7 han cribado a la población de riesgo. La media en la primera valoración de PHQ-9



Junta de Andalucía
 Consejería de Empleo, Formación
 y Trabajo Autónomo
 INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
 DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
 OBSERVATORIO
 del IAPRL



Universidad de Jaén

**PsicoLan:
 Modelo de prevención
 e intervención en la
 salud emocional de las
 personas trabajadoras**

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y perspectivas	8
6. Bibliografía	11

es de 11,12 (Dt 5,62), indica depresión menor, distimia o depresión mayor moderada y la media en la primera valoración de GAD-7 es de 9,76 (Dt 4,486), lo que indica ansiedad leve.

La tercera hipótesis se refiere a los resultados tras la intervención:

- Los pacientes al finalizar la intervención psicológica (postest) tienen una puntuación significativamente menor al responder de nuevo al cuestionario PHQ-9.
- Los pacientes al finalizar (postest) la intervención psicológica tiene una puntuación significativamente menor al responder de nuevo al cuestionario GAD-7.
- Los pacientes obtienen una diferencia de puntuación de igual o mayor a dos puntos (3,88) en la respuesta a la pregunta de escala de bienestar/malestar emocional.

La cuarta hipótesis, establece que los resultados del servicio PsicoLan confirmarán, al cierre del tratamiento a los tres meses, una mejora del bienestar emocional, salud mental.

Tras la evaluación de los resultados obtenidos a los tres meses con los 12 pacientes con los que se ha realizado el cierre, el 100% ha cumplido criterios de Éxito de evaluación de resultado terapéutico; siguiendo criterios de evaluación de resultados Rodríguez-Arias, J.L. (1997), Revuelta, C. (2021). La eficacia del tratamiento se mantendrá o mejorará en los resultados de seguimiento al año del cierre (a los 15 meses desde la sesión de evaluación), queda pendiente de ser comprobada al seguimiento a los 12 meses desde el cierre.

Tal y como se señala en la Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud, 2022-2026 el trabajo es beneficioso para la salud mental, los servicios de prevención y los profesionales de salud laboral pueden ayudar a las organizaciones a diseñar y desarrollar intervenciones para protegerla y promoverla.

Las claves del éxito es la implicación de todas las partes interesadas. Y esto es uno de los puntos fuertes del modelo PsicoLan.

Entre los principales beneficios del servicio PsicoLan, destacan:

- > Detecta tempranamente el problema.
- > Ofrece tratamiento inmediato.
- > Realiza terapias eficaces centradas en el trabajo.
- > Prepara y apoya el retorno.
- > Coordina a todos los intervinientes por un profesional sanitario (CAS) a lo largo del proceso.
- > Hace seguimiento a 3 meses del logro de objetivos / Seguimiento al año.
- > Se coordina con otros recursos sanitarios, Nordic Klinika, Osakidetza.



Junta de Andalucía
 Consejería de Empleo, Formación
 y Trabajo Autónomo
 INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
 DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
 OBSERVATORIO
 del IAPRL



Universidad de Jaén

-> Ofrece diferentes modalidades de tratamiento.

-> Trabaja en equipo de profesionales sanitarios (Psicología general sanitaria, Medicina y Enfermería del Trabajo, Psicología clínica, Medicina de Familia, Fisioterapia) y de otras disciplinas relacionadas (Prevención de Riesgos Laborales)

Los resultados tras el análisis de datos, muestran que tras la participación en el servicio PsicoLan, del programa TU SALUD ZURE OSASUNA, se produce una reducción de síntomas de depresión y de ansiedad y una mejora en bienestar emocional. En conclusión, según los resultados del estudio, la intervención realizada desde PsicoLan, mejora significativamente la salud psicoemocional, salud mental de los participantes. Debido a que la muestra no es representativa, se sigue realizando una evaluación continua con los nuevos casos.

Propuestas de desarrollo futuro de PsicoLan:

- PsicoLan, forma parte del Programa Tu Salud Zure Osasuna de la Fundación Laboral San Prudencio, en el que se atiende también los TME en Nordic Klinika. Ambos trastornos psicoemocionales (SE) y musculoesqueléticos (TME) son lo que con mayor frecuencia y volumen de casos y costes afectan a la población trabajadora por lo que una línea de estudio futuro será poder relacionar estos dos tipos de trastornos y ver qué soluciones producen sinergias de mejoría de salud en ambos.
- Aumentar el número de personas beneficiarias del servicio
- Diseñar módulos de formación-sensibilización en riesgos psicosociales: Salud Emocional (SE) y TME.
- Formar a los profesionales sanitarios de PsicoLan, en determinados ámbitos de salud mental.
- Estar al día en las actualizaciones que se puedan dar en la Ley de Prevención de Riesgos Laborales 31/1995.
- Divulgar en prensa la auto responsabilización de cada persona en la su propia salud.
- Seguir ofreciendo intervenciones preventivas grupales, según las necesidades de las empresas.
- Mantener la colaboración con Universidades e Institutos (como IDOCAL, UCM, UNIR, ...) para la investigación y desarrollo de otros conceptos, como seguridad psicológica, workability.

**PsicoLan:
 Modelo de prevención
 e intervención en la
 salud emocional de las
 personas trabajadoras**

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y perspectivas	8
6. Bibliografía	11



Junta de Andalucía
Consejería de Empleo, Formación
y Trabajo Autónomo
INSTITUTO ANDALUZ DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



LABORATORIO
OBSERVATORIO
del IAPRL



Universidad de Jaén

PsicoLan: Modelo de prevención e intervención en la salud emocional de las personas trabajadoras

1. Marco teórico	2
2. Descripción operativa del servicio PsicoLan	2
2.1 Metodología	4
2.2 Equipo	5
2.3 Objetivos de PsicoLan	6
3. Evaluación	6
4. Resultados	7
5. Conclusiones y perspectivas	8
6. Bibliografía	11

6. Bibliografía

- Beyebach, M. (2006). 24 ideas para una psicoterapia breve. Herder Editorial, S.L.
- Cano Vindel, A. (2013). Manual para Terapeutas. Proyecto PsicAP. Universidad Complutense de Madrid.
- Ragne G. H. Gjengedal, Suzanne E. Lagerveld, Silje E. Reime, Kåre Osnes, Kenneth Sandin, Odin Hjemdal. The Return-to-Work Self-efficacy Questionnaire (RTWSE): A Validation Study of Predictive Abilities and Cutoff Values for Patients on Sick Leave Due to Anxiety or Depression. *Journal of Occupational Rehabilitation* (2021) 31:664–673
- Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) (2023). Estrategia Española de Seguridad y Salud en el Trabajo 2023-2027.
- Lagerveld SE, Blonk RW, Brenninkmeijer V, Wijngaards-de Meij L, Schaufeli WB. (2012). Work-focused treatment of common mental disorders and return to work: a comparative outcome study. *National Library of Medicine*.
- Lagerveld, S. et al. (2020). Work-focused therapy for common mental disorders: A naturalistic study comparing an intervention group with a waitlist control group. *Oslo University*.
- Losilla Domínguez, M., González Pescador, M. y Sobrino López, A. Negociar la baja en un Trastorno mental no grave. *AMF* 2018; 14(9), 513-520.
- Rodríguez-Arias Palomo, J y Venero Celis, M. (2022). *Terapia familiar breve. Guía para sistematizar el tratamiento psicoterapéutico*. Editorial CCS.
- OpenAI (2024). ChatGPT (GPT-3.5). Recuperado mayo 2024