

# Ibermutua

Mutua Colaboradora con la Seguridad Social nº 274

## Servicios integrales de atención sanitaria laboral



## ¿Qué es el Laboratorio de Biomecánica?

Es una unidad especializada en la que se **evalúa de forma objetiva el estado funcional del sistema músculo-esquelético** de aquellos trabajadores que se encuentran en una situación de incapacidad temporal, tras haber sufrido un accidente laboral o una enfermedad común, y que presentan algún tipo de limitación o dificultad para retornar a sus actividades habituales previas al accidente.

### ¿En qué casos se realiza la valoración funcional?



Se emplea fundamentalmente para **valorar y cuantificar las secuelas** que pueden acarrear los daños producidos por distintas patologías y si estas secuelas influyen de algún modo sobre la capacidad de trabajar.

Así como para **medir la eficacia del tratamiento** que está siguiendo, cuando es necesario analizar las modificaciones que pueden efectuarse respecto a dicho tratamiento y cuando, una vez finalizado el proceso patológico, hay que definir de forma objetiva y precisa las limitaciones funcionales que tiene el paciente.

### ¿En qué consisten las pruebas?



Para realizar estas mediciones, los Laboratorios de Biomecánica de Ibermutua disponen de numerosas herramientas, que varían en función de la técnica biomecánica que se utilice en el proceso de valoración y de la patología que se analice.

Es frecuente el uso de un sistema de fotogrametría o vídeo con diferentes cámaras sincronizadas, para registrar la imagen del paciente estudiado y analizar las características del movimiento que desarrolla cuando realiza un determinado gesto.

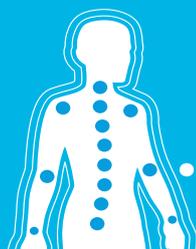
También se utiliza un programa electrónico capaz de medir de forma objetiva tanto la fuerza desarrollada por los diferentes grupos musculares como el rango de movimiento que es capaz de efectuar una determinada articulación.

### ¿Qué tipo de pruebas se realizan?



Las pruebas más frecuentes son:

- Valoración funcional de la capacidad de marcha.
- Valoración y tratamiento de los trastornos del equilibrio postural.
- Valoración funcional de las lumbalgias.
- Valoración funcional de la patología de rodilla.
- Valoración funcional de las cervicalgias.
- Valoración funcional del hombro.
- Valoración funcional de la fuerza de puño y pinza.
- Valoración de la fuerza muscular y la movilidad articular.



# Laboratorios de Biomecánica

## A Coruña

C/ María Puga Cerdido, 2  
Polígono Industrial Matogrande  
15009 A Coruña  
Tel. 981 13 55 29

## Alicante

C/ Colombia, 17  
03010 Alicante  
Tel. 965 20 32 99

## Barcelona

C/ Gran Via de les Corts Catalanes, 142  
08038 Barcelona  
Tel. 93 322 01 56

## Granada

Avda. del Conocimiento 15  
Parque Tecnológico Ciencias de la Salud  
18016 Granada  
Tel. 958 52 12 99

## Madrid

C/ Ramírez de Arellano, 27  
28043 Madrid  
Tel. 91 744 51 18

## Murcia

C/ Antonio Rocamora, 4  
30100 Espinardo (Murcia)  
Tel. 968 39 40 00

## Oviedo

C/ Julio Álvarez Mendo, 8  
33010 Oviedo  
Tel. 985 23 63

## Sevilla

C/ Rafael Beca Mateos, 7  
Polígono Industrial Carretera Amarilla  
41007 Sevilla  
Tel. 954 53 20 34

## Valencia

C/ Virgen del Puig, 23  
46011 Valencia  
Tel. 963 67 06 67

## Valladolid

C/ Juan de Juni, 1 A  
47006 Valladolid  
Tel. 983 33 44 88

Datos actualizados a marzo de 2019



Síguenos en



Certificaciones y acreditaciones



Garantía de seguridad,  
prevención y salubridad

## ¿Qué es la Escuela de la Espalda?

Es un **programa de educación y entrenamiento** para que el trabajador con dolor vertebral adquiriera los conocimientos y habilidades necesarios que le permitan alcanzar y mantener un estado de salud óptimo para su espalda.

Impartido por profesionales especialmente cualificados en esta materia, la Escuela de Espalda facilita información sobre diferentes aspectos relacionados con la patología vertebral (anatomía básica, causas del dolor vertebral, mecanismos de protección, normas básicas de higiene vertebral, etc.) que permite combatir mejor los episodios dolorosos.

Además, proporciona un entrenamiento preciso para adquirir hábitos posturales correctos y desarrolla un programa específico de ejercicios de columna, destinado a conseguir un mejor estado funcional y un estilo de vida más saludable para el trabajador, manteniendo un seguimiento periódico de los pacientes tratados.

### ¿A quién va dirigido?



A trabajadores con dolor vertebral, con procesos de incapacidad temporal derivados de una contingencia cubierta por Ibermutua.

### ¿Cuáles son los objetivos de la Escuela de la Espalda?



Enseñar los cuidados y mecanismos corporales de protección para que el paciente con dolor de espalda pueda **reanudar su actividad** normal más rápidamente, **evite** nuevos **episodios** dolorosos y **disminuya el riesgo de incapacidad**.

### Beneficios de la Escuela de la Espalda



- Potencia la habilidad del trabajador para el cuidado de la espalda y el automanejo de las crisis dolorosas.
- Enseña al paciente a adoptar un papel activo en la evolución clínica del proceso doloroso.
- Modifica los factores negativos mediante el aprendizaje del control de los síntomas.
- Desmitifica el dolor vertebral como síntoma indicativo de enfermedad.



## Escuelas de Espalda en funcionamiento

### A Coruña

C/ María Puga Cerdido, 2  
Polígono Industrial Matogrande  
15009 A Coruña  
Tel. 981 13 55 29

### Alicante

C/ Colombia, 17  
03010 Alicante  
Tel. 965 20 32 99

### Almería

Carretera Ronda, 21  
04004 Almería  
Tel. 950 62 11 38

### Asturias

Gijón  
C/ Domínguez Gil, 2  
33201 Gijón  
Tel. 985 35 70 95

### Oviedo

C/ Julio Álvarez Mendo, 8  
33010 Oviedo  
Tel. 985 23 63 50

### Badajoz

Avda. Godofredo Ortega y Muñoz, 31  
06011 Badajoz  
Tel. 924 20 76 30

### Barcelona

C/ Gran Vía de les Corts Catalanes, 142  
08038 Barcelona  
Tel. 93 322 01 56

### Bilbao

Avda. Sabino Arana, 25  
48013 Bilbao  
Tel. 94 439 60 77

### Burgos

Avda. de La Paz, 21 Bajo  
09004 Burgos  
Tel. 947 24 51 15

### Cádiz

Chiclana de la Frontera  
Avda. Alameda de Solano, 2  
Semiesquina callejón de la Rosa  
11130 Chiclana de la Frontera  
Tel. 956 20 50 08

### Ciudad Real

C/ Severo Ochoa, 14 Bajo  
13005 Ciudad Real  
Tel. 926 274 757

### Córdoba

Carretera de Trassierra s/n esq.  
Arroyo del Moro  
14011 Córdoba  
Tel. 957 41 41 39

### Granada

Avda. del Conocimiento, 15  
Parque Tecnológico Ciencias de la Salud  
18016 Granada  
Tel. 958 52 12 99

### Jaén

Avda. de Andalucía, 106  
23006 Jaén  
Tel. 953 29 55 70

### León

C/ Padre Isla, 19  
24002 León  
Tel. 987 23 77 36

### Logroño

Avda. de Burgos, 155  
26007 Logroño  
Tel. 941 22 15 73

### Madrid

C/ Ramírez de Arellano, 27  
28043 Madrid  
Tel. 91 744 51 18

### Alcorcón

C/ Industria, 79  
Polígono Industrial Urtinsa, Sector 4  
28925 Alcorcón  
Tel. 91 643 41 41

### Arganda de Rey

Avda. de Madrid, 4  
28500 Arganda del Rey  
Tel. 91 871 10 59

### Pinto

C/ Coto de Doñana, 17  
Parque Empresarial Andalucía, sector 1  
28320 Pinto  
Tel. 91 681 38 43

### Málaga

Avda. Obispo Herrera Oria, 3  
29007 Málaga  
Tel. 952 61 39 61

### Estepona

Avda. Andalucía, 115, bajo Edif. Pinar  
29680 Estepona  
Tel. 952 79 50 54

### Murcia

C/Antonio Rocamora, 4  
30100 Espinardo (Murcia)  
Tel. 968 39 40 00

### Yecla

C/ Rambla, 50  
30510 Yecla  
Tel. 968 71 87 53

### Palencia

Avda. Santiago Amón, 7 – 9  
34005 Palencia  
Tel. 979 16 54 71

### Palma de Mallorca

C/ Blanquerna, 2 Bajos  
07003 Palma de Mallorca  
Tel. 971 72 59 40

### Salamanca

C/ Pérez Oliva, 14-16  
37005 Salamanca  
Tel. 923 21 64 39

### Santander

C/ Ruiz de Alda, 9 – 11  
39009 Santander  
Tel. 942 22 76 02

### Segovia

Avda. Juan Carlos I, 24  
40006 Segovia  
Tel. 921 43 08 02

### Sevilla

C/ Rafael Beca Mateos, 7  
Polígono Industrial Carretera Amarilla  
41007 Sevilla  
Tel. 954 53 20 34

### Tenerife

Santa Cruz de Tenerife  
C/ Carlos J.R. Hamilton. s/n, (local 11)  
Edif. Torre del Mar - Residencial Anaga, s/n  
38001 Santa Cruz de Tenerife  
Tel. 922 53 19 53

### Toledo

Talavera de la Reina  
Avda. Portugal, 47  
45600 Talavera de la Reina  
Tel. 925 72 15 66

### Valencia

C/ Virgen del Puig, 23  
46011 Valencia  
Tel. 963 67 06 67

### Valladolid

C/ Juan de Juni, 1 A  
47006 Valladolid  
Tel. 983 33 44 88

### Vigo

C/ Rosalía de Castro, 18  
36201 Vigo  
Tel. 986 44 35 03

### Zamora

Avda. Príncipe de Asturias, 8 A - Bajo  
49012 Zamora  
Tel. 980 67 13 24

Datos actualizados a marzo de 2019

## ¿Qué es la Unidad de Rehabilitación Cardíaca?

Es un servicio especializado en la **rehabilitación integral** de los pacientes que han padecido recientemente una angina de pecho, un infarto de miocardio, etc. y se encuentran en un proceso de incapacidad temporal (baja médica) cubierto por Ibermutua.

Estas unidades reducen el número de incapacidades permanentes originadas por la enfermedad coronaria y mejoran la calidad de vida de estos pacientes. En ellas, se consigue además:

- Recuperar la máxima capacidad funcional, mediante un programa de entrenamiento físico controlado.
- Controlar los factores de riesgo cardiovascular, a través de un seguimiento clínico de los mismos.
- Disminuir el periodo de convalecencia.
- La readaptación personal, social y laboral del paciente, mediante técnicas psicológicas para ayudar a superar la enfermedad y sus complicaciones asociadas, como la depresión.
- Disminuir la mortalidad asociada a nuevos eventos cardíacos.

### ¿En qué consiste la rehabilitación cardíaca?



Es un programa terapéutico global para la recuperación, en el menor tiempo posible, del estado físico, psicológico y sociolaboral del paciente que ha sufrido un infarto o una angina de pecho, mediante:

- **Valoración de los factores de riesgo:** en la Unidad de Rehabilitación Cardíaca se identifican las causas que han conducido al infarto y se realiza un Plan Integral de Tratamiento.
- **Programas específicos de ayuda:** se hacen a la medida de las necesidades de cada uno de nuestros pacientes, bajo la dirección de nuestros cardiólogos y coordinadamente con otras unidades de Ibermutua (Medicina Interna, Psicología, etc.).
- **Entrenamiento físico:** los pacientes coronarios necesitan recuperar de nuevo su capacidad funcional. Sin embargo, al principio, hace falta una supervisión muy especial bajo la dirección de un cardiólogo y con los medios técnicos necesarios.
- **Controles periódicos y estrechos:** realizamos una monitorización exhaustiva de todas las constantes de los pacientes, para ajustar exactamente los tratamientos y conseguir un control idóneo.
- **Educación sanitaria:** mediante charlas informativas trasladamos información a nuestros pacientes para que conozcan perfectamente las causas de su enfermedad, sepan identificar sus síntomas y obtengan el mejor resultado de los tratamientos.
- **Apoyo psicológico:** nuestros psicólogos son parte clave del equipo de Rehabilitación Cardíaca y apoyan a nuestros pacientes tras el infarto en su proceso de readaptación personal, social y laboral.





Ibermutua también lleva a cabo un programa de **rehabilitación cardiaca domiciliaria, mediante un sistema de monitorización cardiológica remota.**

Este programa está dirigido a los pacientes en situación de baja laboral por cardiopatía isquémica que, tras realizarles una valoración cardiológica inicial en Ibermutua consistente en una historia clínica detallada, exploración física, ecocardiografía (si no se le hubiera realizado durante su ingreso hospitalario) y prueba de esfuerzo (para descartar la existencia de isquemia residual y valorar la capacidad funcional de referencia, de cara a programar el ejercicio a realizar durante la rehabilitación cardiaca)-, son clasificados como **pacientes de bajo riesgo.**

De acuerdo con los criterios de las guías clínicas de la Sociedad Europea y Española de Cardiología para pacientes que han sufrido un infarto de miocardio, se entiende por paciente de bajo riesgo el que presenta las siguientes características:

- Evolución intrahospitalaria del infarto buena y sin complicaciones.
- Revascularización coronaria completa (todas las arterias con lesiones obstructivas están revascularizadas).
- Prueba de esfuerzo pronóstica, clínica y eléctricamente negativa, en la que no se inducen arritmias significativas.
- Ventrículo izquierdo con función contráctil (de ambos ventrículos) normal.

Antes de iniciar la rehabilitación cardiaca domiciliaria, el paciente realizará unas sesiones de aprendizaje en las instalaciones de la Unidad de Rehabilitación Cardiaca. En ellas, el personal sanitario de Ibermutua le enseñará el tipo de ejercicio físico a realizar diariamente, la duración e intensidad del mismo y cómo utilizar el dispositivo de monitorización cardiológica remota, compuesto por una camiseta o banda torácica de registro con electrodos incorporados y una grabadora de electro cardiografía portátil, que permite registrar la frecuencia cardiaca, la aparición de arritmias o alteraciones de la conducción durante el tiempo que el paciente realice la actividad física o la presencia de síntomas como mareo, palpitaciones o dolor precordial.

Asimismo, se enseñará al paciente a tomarse las constantes vitales (frecuencia cardiaca o pulso radial y/o carotídeo y la tensión arterial) antes de iniciar y de finalizar la actividad física y se le explicará cómo rellenar tanto la hoja de control, con el tipo y duración del ejercicio realizado cada día, como la hoja de registro de las constantes vitales y la sintomatología, si la hubiese durante la sesión. También recibirá instrucciones sobre qué hacer en caso de tener síntomas clínicos o situaciones de emergencia.

Con una periodicidad semanal o quincenal, el paciente acudirá a los controles preestablecidos por su médico de Ibermutua, que le valorará médicamente y le resolverá posibles dudas e incidencias y volcará los datos grabados en el sistema de monitorización cardiológica remota, para su análisis, estudio y seguimiento.

El sistema de monitorización cardiológica remota, mientras el paciente realiza actividad física fuera de las instalaciones de la Unidad de Rehabilitación Cardiaca de Ibermutua, permite:

- Optimizar el tratamiento farmacológico del paciente para lograr un control adecuado de la frecuencia cardiaca (tanto en reposo como durante la realización de ejercicio físico).
- Proporcionar un complemento diagnóstico ante la aparición de síntomas clínicos durante o después de la realización del ejercicio (sensación de mareo, palpitaciones, etc...), permitiendo confirmar e identificar la existencia de arritmias o trastornos de la conducción que pudieran estar relacionados con los síntomas señalados.
- El registro del número, intensidad y duración de las sesiones de ejercicio físico permite ajustar de forma progresiva las cargas de ejercicio a su rendimiento, para obtener una mejoría de su capacidad funcional.
- La supervisión médica a distancia genera en el paciente una progresiva autoconfianza para normalizar su actividad física y alcanzar los estándares de vida previos al infarto.

## Unidades de Rehabilitación Cardíaca

### Alicante

C/ Colombia, 17  
03010 Alicante  
Tel. 965 20 32 99

### Granada

Avda. del Conocimiento 15  
Parque Tecnológico Ciencias de la Salud  
18016 Granada  
Tel. 958 52 12 99

### Madrid

C/ Ramírez de Arellano, 27  
28043 Madrid  
Tel. 91 744 51 18

### Málaga

Avda. Obispo Herrera Oria, 3  
29007 Málaga  
Tel. 952 61 39 61

### Murcia

C/ Antonio Rocamora, 4  
30100 Espinardo (Murcia)  
Tel. 968 39 40 00

### Oviedo

C/ Julio Álvarez Mendo, 8  
33010 Oviedo  
Tel. 985 23 63 50

### Sevilla

C/ Rafael Beca Mateos, 7  
Polígono Industrial Carretera Amarilla  
41007 Sevilla  
Tel. 954 53 20 34

### Valladolid

C/ Juan de Juni, 1 A  
47006 Valladolid  
Tel. 983 33 44 88

## Unidades de Telerrehabilitación Cardíaca

### A Coruña

C/ María Puga Cerdido, 2  
Polígono Industrial Matogrande  
15009 A Coruña  
Tel. 981 13 55 29

### Barcelona

C/ Gran Vía de les Corts Catalanes, 142  
08038 Barcelona  
Tel. 93 322 01 56

### Valencia

C/ Virgen del Puig, 23  
46011 Valencia  
Tel. 963 67 06 67



## Unidades con programa de rehabilitación cardiaca domiciliaria

### **A Coruña**

C/ María Puga Cerdido, 2  
Polígono Industrial Matogrande  
15009 A Coruña  
Tel. 981 13 55 29

### **Alicante**

C/ Colombia, 17  
03010 Alicante  
Tel. 965 20 32 99

### **Barcelona**

C/ Gran Via de les Corts Catalanes, 142  
08038 Barcelona  
Tel. 93 322 01 56

### **Granada**

Avda. del Conocimiento, 15  
Parque Tecnológico Ciencias de la Salud  
18016 Granada  
Tel. 958 52 12 99

### **Madrid**

C/ Ramírez de Arellano, 27  
28043 Madrid  
Tel. 91 744 51 18

### **Málaga**

Avda. Obispo Herrera Oria, 3  
29007 Málaga  
Tel. 952 61 39 61

### **Oviedo**

C/ Julio Álvarez Mendo, 8  
33010 Oviedo  
Tel. 985 23 63 50

### **Sevilla**

C/ Rafael Beca Mateos, 7  
Polígono Industrial Carretera Amarilla  
41007 Sevilla  
Tel. 954 53 20 34

### **Valencia**

C/ Virgen del Puig, 23  
46011, Valencia  
Tel. 963 67 06 67

Datos actualizados a marzo de 2019



## ¿Qué es la Unidad del Sueño?

Es un servicio especializado en la **evaluación clínica y diagnóstica** de aquellos pacientes con alteraciones relacionadas con el sueño (alteraciones respiratorias, ronquidos, excesivos despertares nocturnos, movimientos anormales, etc.) o de sus manifestaciones diurnas (excesiva somnolencia diurna).

Está compuesto por un **equipo multidisciplinar** de especialistas en Neurofisiología, Medicina Interna, Medicina de Familia y personal de enfermería.

### ¿A quién va dirigido?



A pacientes con procesos de baja médica cubiertos por Ibermutua y que están directamente relacionados con trastornos del sueño.

### ¿En qué consiste el estudio llevado a cabo en la Unidad del Sueño?



En la evaluación objetiva de las alteraciones del sueño mediante:

- La **valoración clínica** del paciente (general y específica del sueño).
- **Exploraciones complementarias** necesarias para un correcto diagnóstico.
- Un **estudio polisomnográfico nocturno en nuestras instalaciones**. Consiste en el registro nocturno simultáneo de variables neurofisiológicas (actividad cerebral, muscular...) y cardiorrespiratorias, que permiten evaluar la cantidad y calidad del sueño, así como identificar los diferentes eventos cardiacos, respiratorios, motores, etc., y la repercusión que éstos tienen en el sueño.
- Una **poligrafía respiratoria domiciliaria**. Una prueba utilizada para el estudio de variables respiratorias y cardiacas (ritmo respiratorio, ritmo cardiaco...), para diagnosticar el Síndrome de Apnea – Hipopnea del Sueño (SAHS). En nuestro centro, los profesionales

sanitarios explican al paciente las pautas que debe seguir antes de iniciar la prueba y le enseñan a utilizar el dispositivo que éste se llevará a su domicilio para poder realizarle la prueba. Una vez allí, lo único que tiene que hacer es seguir las instrucciones que le ha dado el profesional sanitario en la Mutua. El proceso es muy sencillo, el paciente se colocará una serie de electrodos superficiales, pegados con una sustancia adhesiva y unas bandas ajustables en el tórax y el abdomen, tal y como le habrán explicado en la consulta. Al día siguiente, el paciente volverá a la consulta con el dispositivo, en el que se ha quedado registrada y almacenada la información y, posteriormente, será analizada por el médico neurofisiólogo.

Una vez concluidos estos pasos, se realiza un informe clínico detallado y se informa al paciente sobre su patología y los tratamientos posibles. Además, se enseñan las normas básicas de higiene de sueño, así como las específicas del trastorno a tratar.



## Unidades del Sueño con estudio polisomnográfico nocturno en las instalaciones de Ibermutua:

### Alicante

C/ Colombia, 17  
03010 Alicante  
Tel. 965 20 32 99

### Barcelona

C/ Gran Vía de les Corts Catalanes, 142  
08038 Barcelona  
Tel. 93 322 01 56

### Granada

Avda. del Conocimiento 15  
Parque Tecnológico Ciencias de la Salud  
18016 Granada  
Tel. 958 52 12 99

### Madrid

C/ Ramírez de Arellano, 27  
28043 Madrid  
Tel. 91 744 51 18

### Málaga

Avda. Obispo Herrera Oria, 3  
29007, Málaga  
Tel. 952 61 39 61

### Murcia

C/Antonio Rocamora, 4  
30100 Espinardo (Murcia)  
Tel. 968 39 40 00

### Oviedo

C/ Julio Álvarez Mendo, 8  
33010 Oviedo  
Tel. 985 23 63 50

### Sevilla

C/ Rafael Beca Mateos, 7  
Polígono Industrial Carretera Amarilla  
41007, Sevilla  
Tel. 954 53 20 34

### Valencia

C/ Virgen del Puig, 23  
46011, Valencia  
Tel. 963 67 06 67

### Valladolid

C/ Juan de Juni, 1 A  
47006 Valladolid  
Tel. 983 33 44 88

## Estudio del Sueño con poligrafía respiratoria domiciliaria:

### A Coruña

C/ María Puga Cedido, 2  
Polígono Industrial Matogrande  
15009 A Coruña  
Tel. 981 13 55 29

### Albacete

Calle Arquitecto Fernández, 1  
02005 Albacete  
Tel. 967 21 95 11

### Badajoz

Avda. Godofredo Ortega y Muñoz, 31  
06011 Badajoz  
Tel. 924 20 76 30

### Bilbao

Avda. Sabino Arana, 25  
48013 Bilbao  
Tel. 944 39 60 77

### Burgos

Avda. de la Paz, 21, bajo  
09004 Burgos  
Tel. 947 24 51 15

### Córdoba

Carretera de Trassierra s/n esq. Arroyo del Moro  
14001 Córdoba  
Tel. 957 41 41 39

### Jaén

Avenida de Andalucía, 106  
23006 Jaén  
Tel. 953 29 55 70

### Las Palmas

C/ Republica Dominicana, 24-26  
35010 Las Palmas de Gran Canaria  
Tel. 928 27 05 33

### León

C/ Padre Isla, 19  
24002 León  
Tel. 987 23 77 36

### Palencia

Avda. Santiago Amón, 7 y 9  
34005 Palencia  
Tel. 979 16 54 71

### Pontevedra

C/ Rosalía de Castro,  
(C/V Republica Argentina), 18  
36201 Pontevedra  
Tel. 986 44 35 03

### Salamanca

C/ Pérez Oliva 14, bajo,  
37005 Salamanca  
Tel. 923 21 64 39

### Santander

C/ Ruiz de Alda 9 - 11  
39009 Santander  
Tel. 942 22 76 02

### Toledo

Talavera de la Reina  
Avda. de Portugal, 47  
45600 Talavera de la Reina  
Tel. 925 72 15 66

### Zamora

Avda. Príncipe de Asturias, 8, bajo  
49012 Zamora  
Tel. 980 67 13 24

Datos actualizados a marzo de 2019

 **Servicios Integrales de  
Atención Sanitaria Laboral**

Síguenos en



 **900 23 33 33**  
[www.ibermutua.es](http://www.ibermutua.es)

Certificaciones y acreditaciones



Garantía de seguridad,  
prevención y salubridad

## ¿Qué es la Salud Mental?

La salud mental se define como un estado de bienestar que hace posible que la persona sea consciente de sus propias capacidades, pueda afrontar las tensiones o el estrés normales de la vida, trabaje de forma productiva y haga una contribución a su comunidad.

Está relacionada con la promoción del bienestar, la prevención de trastornos mentales y el tratamiento y rehabilitación de las personas afectadas por dichos trastornos.

La salud mental incluye actividades relacionadas, directa o indirectamente, con el componente de bienestar mental que está integrado en la definición de salud de la Organización Mundial de la Salud (OMS): «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades».

Según la OMS, una de cada cuatro personas, el 25% de la población, sufre un trastorno mental a lo largo de su vida. El 22% de la población padece episodios de ansiedad y depresión en algún momento de su vida, siendo éstas las

principales causas de incapacidad en todo el mundo y las responsables de la cuarta parte de las visitas a los centros sanitarios.

En España han ido aumentando considerablemente en la última década, siendo en la actualidad la segunda causa de baja laboral porcentual y la primera en bajas prolongadas en términos absolutos.

Según el Ministerio de Sanidad, Servicios e Igualdad el 9% de la población española padece en la actualidad una enfermedad mental, y se prevé que en España, algo más del 19% de la población padecerá un trastorno mental a lo largo de su vida.

Se estima que en la Unión Europea, 18,4 millones de personas con edades comprendidas entre los 18 y los 65 años padecen cada año una depresión importante. El 20% del gasto sanitario en los sistemas de la Unión Europea lo ocupan los procesos de tratamiento y rehabilitación de enfermedades mentales.

## ¿Qué es la Unidad de Salud Mental?



Es un servicio especializado en la **evaluación clínica y diagnóstica** de pacientes con **patologías de la esfera mental**, y en el **tratamiento** de las mismas, que está dirigido a pacientes con procesos en baja médica relacionados con este tipo de patologías cubiertos por Ibermutua.

En su abordaje, los profesionales sanitarios de la Unidad, formada por **psiquiatras** y **psicólogos**, realizan:

- Entrevista clínica del paciente.
- Valoración del caso con la aplicación de herramientas

diagnósticas específicas: listado de síntomas breves, cuestionario revisado de personalidad de Eysenck, inventario multifásico de personalidad de Minnesota-2 Reestructurado, entre otras.

- Valoración del tratamiento médico ya instaurado o a instaurar.
- Valoración de la idoneidad de tratamiento psicológico instaurado o a instaurar.
- Valoración de la idoneidad de tratamiento psicológico con técnicas de realidad virtual.

## ¿En qué consiste el programa de tratamiento psicológico con realidad virtual?



Ibermutua pone a disposición de los pacientes con incapacidad temporal asociada a trastornos de ansiedad para los que esté indicado este tipo de terapia, el programa de tratamiento psicológico con realidad virtual.

La **realidad virtual** consiste en la creación de escenarios inmersivos mediante el uso de nuevas tecnologías (gafas de realidad virtual) que **permiten** a la persona **vivir una experiencia muy similar** a la que se produce **en una situación real**.

Esta tecnología se emplea con éxito en el **tratamiento de los trastornos de ansiedad** como un componente más del tratamiento psicológico, **destinado a facilitar** a la persona el volver **a afrontar situaciones** que evitan a causa de la ansiedad que les genera. Así, ofrece la posibilidad de enfrentar al paciente a situaciones ansiógenas en el **entorno seguro** y **controlado** de la consulta, sorteando las dificultades que a veces reviste la exposición en vivo.



# Unidades de Salud Mental

(\*Unidades con programa de tratamiento psicológico con realidad virtual)

Todos nuestros centros están habilitados para la prestación del servicio a través de video-interconsulta.

## \*Alicante

C/Colombia, 17  
03010 Alicante  
Tel.965 20 32 99

## Asturias

### \*Avilés

Avda. de Alemania, 24  
33400 Avilés  
Tel. 985 56 00 93

### \*Gijón

C/ Domínguez Gil, 2  
33201 Gijón  
Tel. 985 35 70 95

### \*Oviedo

C/ Julio Álvarez Mendo, 8  
33010 Oviedo  
Tel. 985 23 63 50

## Barcelona

C/ Gran Vía de les Corts Catalanes, 142  
08038 Barcelona  
Tel. 933 22 01 56

## Burgos

Avda. de La Paz, 21 Bajo  
09004 Burgos  
Tel. 947 24 51 15

## \*Granada

Avda. del Conocimiento, 15  
Parque Tecnológico Ciencias de la Salud  
18016 Granada  
Tel. 958 52 12 99

## \*Guadalajara

Avda. Castilla, 8  
19002 Guadalajara  
Tel. 949 24 83 90

## León

C/ Padre Isla, 19  
24002 León  
Tel. 987 23 77 36

## Logroño

Avda. de Burgos, 155  
26007 Logroño  
Tel. 941 22 15 73

## \*Madrid

C/ Ramírez de Arellano, 27  
28043 Madrid  
Tel. 91 744 51 18

## \*Alcobendas

C/Sepúlveda, 13  
Polígono Industrial Alcobendas  
28108 Alcobendas  
Tel: 91 661 00 34

## \*Alcorcón

C/ Industria, 79  
Polígono Industrial Urtinsa, Sector 4  
28925 Alcorcón  
Tel. 91 643 41 41

## \*Arganda de Rey

Avda. de Madrid, 4  
28500 Arganda del Rey  
Tel. 91 871 10 59

## \*Leganés

C/Esteban Terradas, 12  
28914 Leganés  
Tel. 91 688 90 00

## \*Pinto

C/ Coto de Doñana, 17  
Parque Empresarial Andalucía,  
sector 1  
28320 Pinto  
Tel. 91 681 38 43

## \*Torrejón de Ardoz

C/Solana, 2  
28850 Torrejón de Ardoz  
Tel. 91 676 19 95

## \*Málaga

Avda. del Obispo Herrera Oria, 3  
29007 Málaga  
Tel. 952 61 39 61

## \*Murcia

C/Antonio Rocamora, 4  
30100 Espinardo (Murcia)  
Tel. 968 39 40 00

## \*Cartagena

Paseo Alfonso XIII, 26  
30201 Cartagena  
Tel. 968 12 08 75

## Palencia

Avda. Santiago Amón, 7 – 9  
34005 Palencia  
Tel. 979 16 54 71

## Salamanca

C/ Pérez Oliva, 14-16  
37005 Salamanca  
Tel. 923 21 64 39

## Santander

C/ Ruiz de Alda, 9 – 11  
39009 Santander  
Tel. 942 22 76 02

## Segovia

Avda. Juan Carlos I, 24  
40006 Segovia  
Tel. 921 43 08 02

## \*Sevilla

C/ Rafael Beca Mateos, 7  
Polígono Industrial Carretera Amarilla  
41007 Sevilla  
Tel. 954 53 20 34

## \*Valladolid

C/ Juan de Juni, 1 A  
47006 Valladolid  
Tel. 983 33 44 88

## Zamora

Avda. Príncipe de Asturias, 8 A - Bajo  
49012 Zamora  
Tel. 980 67 13 24

Datos actualizados a marzo de 2019

 **Servicios Integrales de  
Atención Sanitaria Laboral**

Síguenos en



 **900 23 33 33**  
www.ibermutua.es

Certificaciones y acreditaciones



**Protocolo  
AIS - COVID**

Garantía de seguridad,  
prevención y salubridad

# Ibermutua

## Servicios integrales de atención sanitaria laboral

 **Servicios Integrales de  
Atención Sanitaria Laboral**

Síguenos en



 **900 23 33 33**  
[www.ibermutua.es](http://www.ibermutua.es)

Certificaciones y acreditaciones



ISO 9001  
ISO 14001  
ISO 45001  
ISO 27001



Empresa Saludable  
ISO 10002  
UNE 19601



 **Protocolo  
AIS<sup>®</sup> - COVID**

Garantía de seguridad,  
prevención y salubridad