

Promoción e intervención en salud mental en el ámbito laboral:

Proyecto de investigación (MENTUPP)

Hoja de información para los participantes

Le invitamos a participar en un estudio de investigación sobre una intervención destinada a mejorar la salud mental y el bienestar en el lugar de trabajo, así como a promover la salud mental y el bienestar y combatir el estigma sobre la salud mental. Antes de decidir si desea participar, es importante que sepa por qué se realiza la investigación y qué implicaría su participación. Tómese su tiempo para leer detenidamente la siguiente información. Pregúntenos si hay algo que no está claro o si desea más información.

¿De qué trata el proyecto?

La depresión y la ansiedad son los problemas de salud mental más comunes en el lugar de trabajo en la Unión Europea, causando un inmenso sufrimiento y costando a la economía mundial 1 billón de euros cada año en pérdida de productividad. Los trabajadores de las pequeñas y medianas empresas (PYMES) son especialmente vulnerables. Sin embargo, la mayoría de las PYMES tienen una capacidad limitada para abordar la promoción de la salud mental y ofrecer intervenciones a los miembros de su personal. El proyecto pretende mejorar la salud mental y el bienestar y reducir la depresión y la ideación suicida en los empleados y empresarios de las PYMES de Europa y Australia.

¿Cuál es el objetivo de este estudio?

Este estudio pretende examinar la eficacia de la intervención en las PYMES de nueve países de Europa y Australia. Este estudio ayudará a obtener información sobre el nivel y la intensidad de realización de las intervenciones, así como información sobre las perspectivas y experiencias de los empleados y empresarios que participan en la intervención. Este estudio incluirá a los empleados y empresarios de las PYMES de los sectores de la salud, la construcción y las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), ya que se ha determinado que estos sectores tienen un mayor riesgo de sufrir problemas de salud mental. Sin embargo, el objetivo final del proyecto es ampliar el programa a todas las PYMES. Teniendo en cuenta las repercusiones a largo plazo de la pandemia de la COVID-19 en la población en general, especialmente en las personas con problemas de salud mental, este proyecto es muy oportuno.



¿Quién organiza y financia este proyecto?

El proyecto lo lleva a cabo un consorcio interdisciplinar dirigido por la profesora Ella Arensman, científica jefe de la Fundación Nacional de Investigación sobre el Suicidio (NSRF), Irlanda. El estudio será dirigido por la Profesora Arensman y el Dr. Paul Corcoran, Jefe de Investigación de la NSRF. El proyecto está financiado por la Comisión Europea, Horizonte 2020.

¿Qué significa para mí participar en el proyecto?

Este estudio implica la realización de un ensayo clínico aleatorizado en el que se compara a quienes completan la intervención con el MENTUPP Hub con un grupo que no la completa. Se celebrará una breve sesión introductoria, organizada por el investigador principal y el responsable de investigación de su zona, para informarle sobre el estudio, responder a cualquier pregunta que pueda tener y mostrarle cómo inscribirse para participar en el mismo. Una vez que se inscriba para participar, usted y su organización serán asignados a uno de los dos grupos (1) el grupo de intervención, al que se le ofrecerá una intervención de salud mental en línea, o (2) el grupo de la lista de espera, al que se le ofrecerá la intervención en línea tras un periodo de trece meses en la lista de espera. Todos los participantes acabarán teniendo acceso a dicha intervención, la cual consiste en acceder de manera anónima a una plataforma en línea que ofrece el acceso totalmente gratuito a un conjunto de materiales interactivos que informan y dan recursos sobre el estrés, el bienestar mental, el agotamiento profesional, la ansiedad, la depresión y la comunicación asertiva sobre los problemas de salud mental. Es importante que sepa que para acceder a dicha plataforma deberá realizar un proceso previo de registro en donde se le pedirá su correo electrónico o número de teléfono solo con la finalidad de hacerle llegar un mensaje de confirmación que confirme que es usted el que está llevando a cabo dicha acción. Asimismo, durante el proceso de registro se le preguntará si quiere recibir correos electrónicos automatizados relacionados con el uso de MENTUPP Hub.

Antes de acceder a la intervención (o de iniciar el periodo de espera), se le pedirá que complete una encuesta que tendrá una duración aproximada de 30 minutos. Esta encuesta evaluará el bienestar, el agotamiento, los síntomas depresivos y la ideación suicida, así como el comportamiento de búsqueda de ayuda. También se le pedirá que rellene una hoja sociodemográfica estándar, en la que se le harán preguntas como su sexo, edad y estado civil. También se recogerá información importante relacionada con su trabajo, relación, familia, salud y salud mental. Es importante comentarles, que se le pedirá que complete la misma encuesta en dos momentos temporales más: a los nueve y trece meses después de la primera encuesta. Completar las encuestas en estos momentos nos ayudará a identificar cualquier cambio que haya experimentado durante el periodo de



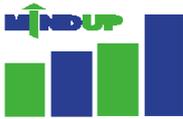
esta intervención. Al finalizar el estudio, también tendrá la oportunidad de compartir sus opiniones sobre el proyecto y las intervenciones en un grupo de discusión en línea con otras personas que completaron las intervenciones. La participación en este grupo de discusión es totalmente voluntaria y podrán acceder todas aquellas personas que hayan sido asignadas al grupo de intervención, independientemente del uso que hayan hecho de la intervención en línea. Si decidiera participar en este grupo de discusión es importante informarle que será grabado por la persona responsable de investigación de su zona con el objetivo de poder transcribir posteriormente el contenido de este. En el caso de que no quiera aparecer en la grabación podrá tener su cámara apagada y borrar su nombre de la pantalla para garantizar su anonimato.

¿En qué me beneficiará participar en esta investigación?

Las intervenciones que se ofrecen están basadas en la evidencia científica y, por lo tanto, se espera que sean beneficiosas para personas con o sin un problema de salud mental clínicamente relevante. Basándose en el uso de intervenciones basadas en la evidencia, se anticipa que los beneficios experimentados por los participantes pueden incluir una reducción del estrés, el agotamiento, los síntomas depresivos y de ansiedad, así como una potencial reducción del estigma relacionado con la (mala) salud mental. Se espera que el estudio mejore su salud mental general, lo que a su vez tendrá importancia en su bienestar general y en su rendimiento laboral. Teniendo en cuenta las repercusiones a corto y largo plazo de la COVID-19, como el estrés y la ansiedad del personal, la reducción de la calidad de vida y quizás de la intensidad de la atención a las personas con trastornos mentales, u otras repercusiones asociadas a la crisis de la COVID-19, el proyecto es oportuno en tanto que ofrece a las PYMES herramientas de apoyo e intervención centradas específicamente en el alivio de la depresión y la ansiedad del personal.

Posibles molestias o efectos secundarios

Basándonos tanto en proyectos anteriores como en los resultados obtenidos en el ensayo piloto del proyecto MENTUPP las intervenciones que se ofrecen en este estudio han demostrado tener efectos beneficiosos sobre la salud mental sin ningún efecto negativo. Por lo tanto, no se prevé que haya efectos negativos para los participantes más allá de sentir cierta inquietud al leer, visualizar o escuchar alguna información con la que pueda sentirse identificado. Asimismo, existe el riesgo potencial de que un empleado revele un problema de salud mental al empresario durante el estudio. Esto puede suponer una angustia adicional para el empleador si éste es consciente de los pasos correctos a seguir y está equipado para ofrecer los apoyos adecuados. El proyecto MENTUPP ha diseñado una formación adaptada para hacer frente a este riesgo potencial, proporcionando formación sobre cómo hablar de los problemas de salud



mental con sus empleados. Además, también se incluye una lista de servicios de apoyo para garantizar que el gestor/director sea capaz de dirigir al empleado a la atención adecuada.

¿Cómo se utilizará mi información?

La información que proporcione se utilizará para comprender la salud mental y el bienestar, identificar los factores que influyen en la salud mental y el bienestar, y se utilizará para evaluar los beneficios de las intervenciones.

Los resultados del estudio se publicarán en revistas académicas y en otras fuentes, como las redes sociales y los boletines de noticias. Los resultados se comunicarán sobre todos los datos recogidos, no sobre datos individuales, y quienes realicen el análisis de los datos no tendrán acceso a los nombres de los participantes, lo que garantizará su anonimato en cualquier publicación.

¿Se mantendrá la confidencialidad de mi participación en este proyecto?

Si es posible llevar a cabo este proyecto cara a cara, el equipo principal del proyecto se reunirá con usted y sabrá que está participando. Además, algunos elementos de las intervenciones pueden tener lugar en su lugar de trabajo, como una sesión de introducción y talleres. Toda la información que proporcione se utilizará únicamente para los fines de este proyecto. Si desea acceder a su información o si quiere que su información sea eliminada en cualquier momento, puede ponerse en contacto con el equipo de investigación en los datos de contacto que figuran a continuación. Para más información sobre el almacenamiento y la protección de su información personal, consulte el aviso de protección de datos que figura a en la sección confidencialidad y protección de los datos personales.

Su participación

La participación es voluntaria y usted puede decidir no participar sin dar ningún tipo de explicación y sin experimentar ninguna consecuencia negativa. La decisión de retirarse del proyecto no afectará en modo alguno a su vida laboral y es posible retirarse notificándolo a la Dra. Ana Moreno Alcázar.

Confidencialidad y protección de los datos personales:

Su identidad personal se mantendrá siempre en la más estricta confidencialidad y sólo se le identificará con sus iniciales y un código. De acuerdo con la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de protección de datos de carácter personal y garantía de los derechos digitales, y el Reglamento (UE) nº 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016, relativo a la protección de datos (GDPR), los datos personales



obtenidos serán los necesarios para cubrir las finalidades del estudio. Su nombre no aparecerá en ninguno de los informes del estudio, y su identidad no será revelada a ninguna persona excepto para cumplir con los fines del estudio, y en caso de emergencia médica o requerimiento legal.

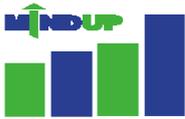
La Unidad de Investigación del Centro Fórum de la Fundación IMIM conservará de forma segura toda la información personal identificable mediante métodos informáticos. El acceso a dicha información estará restringido al personal del IMIM que participe en el desarrollo del estudio o al personal autorizado que estará obligado a mantener la confidencialidad de esta.

En todo caso, usted tiene derecho a ejercitar sus derechos de oposición, acceso, rectificación y cancelación en el ámbito reconocido por la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales.

El responsable del fichero es la Unidad de Investigación del Centre Fòrum del IMIM. Para ejercitar los derechos arriba mencionados, y para cualquier aclaración, puede dirigirse por escrito mediante instancia dirigida a la Dirección de la Unidad a la siguiente dirección: C/ Llull, 410. 08019 Barcelona o al correo electrónico de la Dra. Ana Moreno amoreno.centreforum@gmail.com

Sus derechos con respecto a su información personal

Además de los derechos que ya conoce (de acceso, modificación, objeción y cancelación), también puede restringir el tratamiento de datos incorrectos, solicitar una copia o solicitar que se transfieran a un tercero los datos que proporcionó para el estudio (portabilidad). Para ejercer sus derechos, póngase en contacto con la investigadora del estudio o con el representante de protección de datos del centro en el Centro Fòrum (protecciodades@imim.es). Recuerde que los datos no se pueden borrar, incluso después de que finalice su participación en el estudio, a fin de garantizar la validez de la investigación y cumplir con las obligaciones legales y los requisitos de autorización de medicamentos. Si no está satisfecho, también tiene derecho a ponerse en contacto con la Agencia Española de Protección de Datos (AEPD).



Información adicional

Entiendo que, si tengo alguna pregunta en relación con esta investigación, puedo contactar con la persona responsable de investigación abajo indicada. Asimismo, entiendo que el estudio ha sido aprobado por el Comité Ético de Investigación Clínica del Parc de Salut Mar.

Para más información sobre el proyecto puede contactar con la responsable de investigación:

Dra. Ana Moreno Alcázar Tel: 626 321 182
Correo electrónico: amoreno.centreforum@gmail.com