



# Guía de Preparación para Certificación de Especialista en Apoyo entre Pares de Medi-Cal

Agosto de 2022





# Guía de Preparación para Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal

Preparada por:



Derechos de Autor © 2022, the Human Resources Research Organization (HumRRO).

El contenido y la información incluidos en esta guía son propiedad de California Mental Health Services Authority (Autoridad de Servicios de Salud Mental de California) y no podrán ser reproducidos, utilizados ni revelados, ni en su totalidad ni en parte, sin autorización expresa por escrito de California Mental Health Services Authority. Traducción por medio de la Autoridad de Servicios de Salud Mental de California.

## Preámbulo del director

¡Felicidades por su interés en avanzar en su desarrollo profesional! Gracias por su disposición a compartir su recuperación para apoyar a otras personas en su viaje hacia su recuperación.

La Autoridad de Servicios de Salud Mental de California (CalMHSA por sus siglas en inglés) desea reconocer la defensa de una mayor inclusión del Apoyo entre Pares en el sistema público de programas de salud mental y trastornos por consumo de sustancias. Estamos conscientes de los años de defensa por parte de personas, familias, comunidades y partes interesadas como fue evidente en la aprobación de la Ley 803 del Senado (SB 803 por su nombre en inglés). Esta ley ofreció al sistema público de programas de salud mental y trastornos por consumo de sustancias un camino adicional para el desarrollo de Apoyo entre Pares y la fuerza de trabajo.

Reconocemos el compromiso del Departamento de Servicios de Salud (DHCS por su sigla en inglés) para reforzar la voz de los Pares en sus programas de Medi-Cal y por las oportunidades de financiación, incluyendo la financiación de becas para la Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal.

También reconocemos la defensa y el apoyo de los Miembros del Consejo Asesor de Partes Interesadas (Stakeholder Advisory Council por su nombre en inglés) por medio de CalMHSA, así como a la comunidad, por su continua defensa de la implementación de una certificación estandarizada para Especialistas de Apoyo entre Pares de Medi-Cal en California.

CalMHSA comparte con usted la creencia en que la recuperación es posible.

Puede saber más sobre los servicios de Apoyo entre Pares de Medi-Cal visitando el [sitio de Internet del Departamento de Servicios de Salud](#) (DHCS).

Puede saber más sobre la Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal en el sitio web de CalMHSA: [CAPeerCertification.org](http://CAPeerCertification.org)

Atentamente,



## **Índice**

Preámbulo del director.....	2
Índice.....	4
Introducción y Propósito .....	5
InTRODUCCIÓN.....	5
PROPÓSITO DE LA GUÍA.....	5
Aspectos Básicos Sobre los Especialistas en Apoyo entre Pares.....	6
COMPETENCIAS BÁSICAS DE LOS EspecialistaS de Apoyo entre Pares de Medi-Cal...6	
Contenido del Examen.....	7
Plano de Examen .....	10
Mejores Prácticas para Preparación del Examen.....	15
REQUISITOS DE ELEGIBILIDAD E INSCRIPCIÓN .....	15
DETALLES DE ADMINISTRACIÓN Del Examen.....	16
DESTREZAS DE ESTUDIO RECOMENDADAS.....	17
CÓMO ESTUDIAR PARA LA PRUEBA .....	18
ESTRATEGIAS EFECTIVAS PARA TOMAR LA PRUEBA .....	19
lectura de las preguntas del examen y elección de respuestas.....	19
ANSIEDAD ACERCA DEL EXAMEN .....	20
Glosario.....	21
Práctica de Preguntas del Examen.....	24
Clave de Respuestas.....	28
Información de Contacto de CalMHSa .....	32



## Introducción y Propósito

### INTRODUCCIÓN

El Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal es obligatorio para todos los solicitantes que deseen ser Especialistas de Apoyo entre Pares (PSS, por sus siglas en inglés) de Medi-Cal certificados para el estado de California. Los Especialistas en Apoyo entre Pares tienen un papel fundamental en la prevención, intervención temprana, tratamiento y proceso de recuperación de personas que viven con trastornos de salud mental y por consumo de sustancias.

Con la aprobación de la Ley 803 del senado, el Departamento de Servicios de Salud (DHCS) estableció las competencias básicas y un Código Ético para los Especialistas de Apoyo entre Pares de Medi-Cal y desarrolló estándares a nivel estatal para programas de certificación. La Autoridad de Servicios de Salud Mental de California (CalMHSA, por sus siglas en inglés) fue seleccionada por los planes público de programas de salud mental y trastornos por consumo de sustancias como la agencia certificadora para la certificación de Especialistas de Apoyo entre Pares de Medi-Cal. En enero de 2022, la Organización de Investigación en Recursos Humanos (*Human Resources Research Organization*, “HumRRO” por sus siglas en inglés) comenzó un proyecto con CalMHSA para examinar los conocimientos y habilidades laborales necesarios para la certificación como Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal. CalMHSA contrató el apoyo de HumRRO para desarrollar el Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal.



### PROPÓSITO DE LA GUÍA

Esta guía ha sido diseñada como ayuda de estudio para ayudarle a prepararse para tomar el examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal. Más familiarizado esté usted con estrategias para hacer la prueba, más podrá centrarse en aplicar sus conocimientos y no en el entorno del examen. Para obtener los mejores resultados en el Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal, es importante que usted se tome el tiempo necesario para prepararse para la prueba y desarrolle las destrezas que le permitirán tomarla. **POR FAVOR, RECUERDE:** la intención de esta Guía es ayudarle a prepararse para el examen poniendo énfasis en qué puede esperar acerca del examen, no para tomar la información como material de estudio. Esta Guía está dividida en secciones, que tratan:

- los conocimientos que se evalúan en este examen,
- consejos para prepararse para el examen, y
- ejemplos de preguntas del examen.

Esta Guía ha sido desarrollada por HumRRO, en consulta con CalMHSA. Es importante tener en cuenta que las preguntas del examen han sido diseñadas para el proceso de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal y no son exhaustivas.

## Aspectos Básicos Sobre los Especialistas en Apoyo entre Pares

Para reflejar de forma correcta el trabajo de un Especialista en Apoyo entre Pares, HumRRO realizó una encuesta de análisis de las tareas del trabajo para determinar qué conocimientos y afirmaciones sobre habilidades laborales son fundamentales para el trabajo. El equipo ejecutivo de CalMHSA envió anuncios con el enlace a la encuesta, invitando a participar en la encuesta a personas individuales, partes interesadas, miembros de la comunidad y organizaciones relevantes. Con expertos en el tema (Subject Matter Experts, “SME”, por sus siglas en inglés) de distintos orígenes procedentes de ubicaciones y funciones diversas y múltiple, obtuvimos una perspectiva diversa que ofreció una descripción completa del trabajo.

Más de 1,486 participantes accedieron a la encuesta para evaluar los conocimientos y destrezas del trabajo. De los participantes, se completaron aproximadamente 694 (47%) encuestas y se utilizaron en el análisis final.

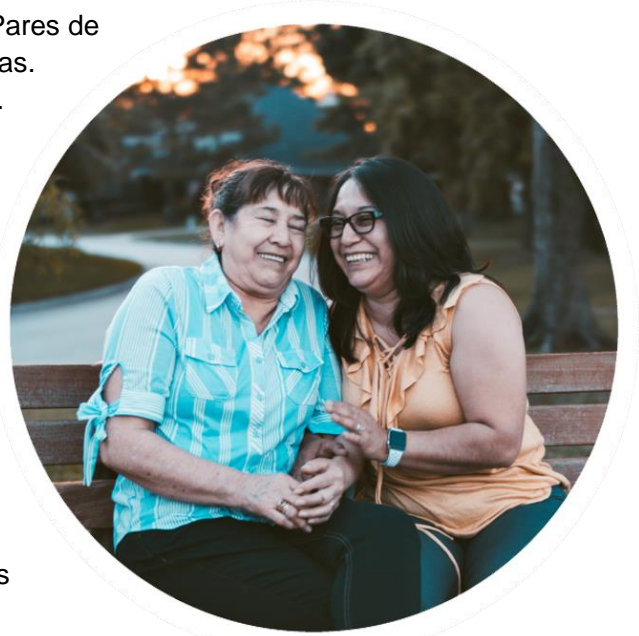
Los participantes en la encuesta representaban una diversidad de perspectivas y orígenes. Todos los participantes tenían 18 años o más. La identidad de género consistía en puntos de vista cisgénero y no cisgénero. La composición demográfica incluía orígenes blancos, hispanos, latinos, negros o afroamericanos, asiáticos, indios americanos o nativos de Alaska, y orígenes raciales/étnicos identificados por los propios participantes. Los participantes hablaban principalmente inglés, español y chino, aunque estaban también representados otros idiomas. Los participantes tenían una variedad de niveles educativos, desde preparatoria a diplomas profesionales. Algunos participantes, aunque no todos, tenían experiencia prestando apoyo entre pares. Por último, los participantes indicaron que trabajaban con poblaciones diversas, como indigentes, niños, LGBTQIA+ y servicios en caso de crisis.

## COMPETENCIAS BÁSICAS DE LOS ESPECIALISTAS DE APOYO ENTRE PARES DE MEDI-CAL

1. Conceptos de esperanza, recuperación y bienestar.
2. El papel de la defensa.
3. La función de los consumidores y familiares.
4. Habilidades de rehabilitación psiquiátrica y prestación de servicios y principios de recuperación de adicciones, incluyendo prácticas definidas.
5. Capacitaciones en competencia cultural y estructural.
6. Atención enfocada en el tratamiento del trauma.
7. Estrategias de facilitador de grupos.
8. Autoconsciencia y autocuidado.
9. Copresencia de trastornos de salud mental y por consumo de sustancias.
10. Resolución de conflictos.
11. Límites y ética profesionales.
12. Preparación para oportunidades laborales, incluyendo destrezas de estudio y realización de pruebas, solicitud de puesto de trabajo y preparación de curriculum vitae, entrevistas y otros requisitos potenciales de empleo.
13. Seguridad y planificación de crisis.
14. Navegación de otros servicios y remisión a ellos.
15. Habilidades y estándares de documentación.
16. Confidencialidad.
17. Alfabetización digital.

## Contenido del Examen

El Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal es una prueba de elección múltiple de 120 preguntas. Los candidatos tendrán 2.5 horas para completar el examen. El examen está diseñado para medir la competencia de los candidatos en las ocho dimensiones siguientes, que se desglosan con más detalle en el **Plano de Examen**:



- **Responsabilidades Administrativas**  
Ejemplos de información: Capacidad de conservar historiales de salud, cumplir estándares profesionales, mantener la confidencialidad, colaborar con otras personas y habilidades básicas de uso de computadoras.
- **Fundamentos de Salud del Conductual**  
Ejemplos de información: Conocimiento de trastornos de salud mental y por consumo de sustancias y sus tratamientos asociados y enfoques de recuperación, conocimiento de enfoques de recuperación de pares y técnicas para apoyar la recuperación y el bienestar.
- **Habilidades Sociales**  
Ejemplos de información: Escucha activa, empatía, revelación acerca de experiencia vivida por uno mismo, resiliencia, autoconsciencia, autocuidado, consciencia cultural, confianza y respeto mutuo.
- **Apoyo a la Recuperación**  
Ejemplos de información: Conocimientos de modelos tradicionales de apoyo a la salud del comportamiento y de reducción de daños, reconocimiento de diferencias entre la función del trabajador de apoyo entre pares y el del proveedor clínico, lenguaje desestigmatizador centrado en la persona, entrenamiento, estrategias de afrontamiento efectivas.
- **Abogacía**  
Ejemplos de información: Promoción de la defensa de uno mismo, habilidades de empoderamiento, estigmas, canales formales para defenderse a uno mismo.
- **Inclusión Comunitaria**  
Ejemplos de información: Favorecer la participación en redes en la sociedad y reforzar las habilidades sociales, actuar como intermediario, empoderamiento en actividades basadas en la comunidad.
- **Conexión de Recursos**  
Ejemplos de información: Ayudar a acceder a servicios y recursos comunitarios, visitar/explorar recursos comunitarios, identificar y obtener recursos relacionados con tratamiento, recuperación y bienestar.
- **Manejo de Crisis**  
Ejemplos de información: Capacidad para identificar recursos útiles, desarrollar una estrategia para planificar/manejar las crisis de salud del comportamiento, identificar signos de crisis de salud del comportamiento, participar en habilidades de respuesta de apoyo y ánimo.

Desarrollar un examen válido comienza por un análisis del trabajo, o una definición clara y concisa de las tareas, conocimientos y habilidades necesarias para desempeñar el puesto de forma competente. HumRRO realizó una encuesta de análisis de las tareas del trabajo para determinar qué conocimientos y afirmaciones y habilidades del puesto son vitales para la tarea de un Especialista en Apoyo entre Pares.

Se pidió a los participantes que accedieron a la encuesta que evaluaran conocimientos y afirmaciones sobre habilidades del trabajo acerca de: (1) con qué frecuencia se realiza la tarea descrita en la afirmación, (2) con qué frecuencia se utiliza el conocimiento, y (3) qué tan fundamental es cada conocimiento y habilidad del trabajo para la tarea del Especialista en Apoyo entre Pares.

Se pidió a los participantes que proporcionaran evaluaciones de la frecuencia e importancia de cada conocimiento y afirmación sobre el trabajo en una escala Likert de seis puntos.

- La frecuencia con la que un Especialista en Apoyo entre Pares realiza una actividad del trabajo en su puesto actual se midió desde “0 = Nunca” a “5 = Cada hora o más (varias veces por hora o más)”
- La importancia de la actividad del trabajo para un desempeño eficaz como Especialista en Apoyo entre Pares se midió desde “0 = No es parte del trabajo” a “5 = Extremadamente importante”

En general, los resultados del análisis de las tareas del puesto muestran que la mayoría de las tareas del puesto se realizaban con una frecuencia mínima de “Semanalmente” a “Diariamente”, y tenían una importancia mínima entre “Importante” y “Muy importante” según los encuestados. La calificación media y variedad de puntuaciones de importancia para cada área temática demuestran que todas las afirmaciones sobre el trabajo y los conocimientos son relevantes para la función del Especialista en Apoyo entre Pares, y por tanto son esenciales para el Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal.

El **Plano de Examen** identifica el número de preguntas por cada dimensión, así como el número de componentes para cada tarea del trabajo dentro de cada dimensión, necesarios para asegurarse que los resultados del examen reflejan la competencia individual de la persona que lo ha tomado.

Las preguntas del examen han sido redactadas por personas certificadas o por personas consideradas expertos en el tema (SME, por sus siglas en inglés) en el campo del Apoyo entre Pares. Los SME han recibido capacitación sobre mejores prácticas en redacción de preguntas y han recibido ayuda de psicometría para redactar las preguntas. Para asegurar que las preguntas del examen son completas y reflejan adecuadamente los orígenes diversos de los Especialistas en Apoyo entre Pares, los SME son de ubicaciones distintas, tienen funciones en entornos laborales distintos, trabajan con una variedad de consumidores, y tienen experiencia como prestadores de apoyo entre pares.

Todas las preguntas del examen se han redactado en formato de elección múltiple con cuatro (4) opciones de respuesta. Una sola de estas opciones representa la MEJOR respuesta y solo se conceden puntos por la elección de esta respuesta.

El Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal consta de tres tipos de preguntas: A) comprensión/recuerdo, B) aplicación, y C) análisis. Las preguntas de comprensión/recuerdo se consideran elementos menos rigurosos que requieren un conocimiento de fundamentos de terminología, definiciones y conceptos básicos. Estas preguntas tomarán menos tiempo para leer y contestar, ya que suponen un menor esfuerzo mental. Las preguntas de aplicación y análisis están redactadas a un nivel más complejo para evaluar las habilidades y el dominio de las actividades y responsabilidades de la tarea de Apoyo entre Pares. Las preguntas de más complejidad cognitiva, como las de aplicación y análisis, exigen algo de



pensamiento crítico y resolución de problemas; por tanto, tomarán más tiempo para leerlas y contestarlas. A continuación se desglosan los tipos de preguntas:

**Preguntas de comprensión/recuerdo:** Estas preguntas contienen solo una (1) frase.

**Ejemplo:** ¿Qué es un Especialista en Apoyo entre Pares?

**Preguntas de aplicación:** Estas preguntas contienen una frase que proporciona el contexto, y a continuación la pregunta. Por tanto, hay un total de dos (2) frases en este tipo de pregunta del examen.

**Ejemplo:** Un consumidor<sup>1</sup> dice a un Especialista en Apoyo entre Pares que quiere que sean amigos, pero no sabe cómo. ¿Qué acción tomaría el Especialista en Apoyo entre Pares para apoyar al consumidor?

**Preguntas de análisis:** Estas preguntas contienen dos frases que proporcionan información contextual, y a continuación la pregunta. Por tanto, hay un total de tres (3) frases en este tipo de pregunta del examen.

**Ejemplo:** Un consumidor menciona un tema que no es familiar para el Especialista en Apoyo entre Pares. El Especialista en Apoyo entre Pares pide a los miembros de su equipo una aclaración sobre el tema, pero los miembros del equipo tampoco están familiarizados con el tema. ¿Cuál es la siguiente acción que tomaría el Especialista en Apoyo entre Pares?

**POR FAVOR, RECUERDE:** Estos ejemplos de preguntas no son exhaustivos, y no deben utilizarse para prepararse para el examen. Son sencillamente modelos para familiarizarlo a usted con el formato de estos tipos de preguntas. Por favor, consulte los consejos y preguntas para practicar en las secciones de **Mejores Prácticas para Preparación del Examen** y **Práctica de Preguntas del Examen** para encontrar formas de optimizar su éxito en el examen.

---

<sup>1</sup>La definición de “consumidor” se incluye en el **Glosario**.

## Plano de Examen

1. Responsabilidades administrativas (9,9%)	Plano %	Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)
1.1. Documentar los servicios de apoyo entre pares de manera exhaustiva y oportuna en el registro de salud del individuo.	2%	2
1.2. Mantener los estándares y límites profesionales observando las pautas establecidas por la agencia que representa.	2%	2
1.3. Mantener la confidencialidad relacionada con la salud mental y el tratamiento y los servicios de uso de sustancias, tanto interna como externamente, a la agencia.	3%	3
1.4. Colaborar con los miembros del equipo multidisciplinario para coordinar la atención (por ejemplo, servicios de reingreso posteriores a la hospitalización, posteriores al encarcelamiento, tratamiento residencial).	1%	1
1.5. Participar en reuniones de personal de la agencia, capacitación, supervisión individual / grupal, reuniones de coordinación de atención y otras reuniones profesionales relevantes.	1%	1
1.6. Usar habilidades informáticas básicas para navegar por Internet, realizar investigaciones y comunicarse con los miembros del equipo sobre las necesidades de atención del individuo.	1%	1
<b>Subtotal</b>	<b>10%</b>	<b>10</b>

2. Fundamentos de salud conductual (11,6%)	Plano %	Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)
2.1. Conocimiento de las condiciones de salud mental y las opciones de tratamiento disponibles a lo largo de la vida.	2%	2
2.2. Conocimiento de los desafíos del uso de sustancias y las opciones de tratamiento disponibles a lo largo de la vida.	3%	3
2.3. Estar familiarizado con los enfoques y técnicas de resiliencia, recuperación y bienestar específicos para personas con necesidades de salud mental.	3%	3
2.4. Estar familiarizado con los enfoques de recuperación y las técnicas de apoyo entre pares específicas para las personas con problemas de uso de sustancias.	3%	3
<b>Subtotal</b>	<b>11%</b>	<b>11</b>

3. Habilidades interpersonales (16,9%)	Plano %	Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)
3.1. Utilizar habilidades de escucha activa y/o técnicas de entrevista motivacional para identificar y comprender las necesidades únicas del individuo.	2%	2
3.2. Usar la empatía para reconocer las experiencias, percepciones y cosmovisión únicas del individuo.	2%	2
3.3. Utilizar la auto divulgación efectiva como una herramienta para validar la experiencia vivida del individuo para promover la esperanza, la resiliencia y las estrategias de afrontamiento.	2%	2
3.4. Utilice la experiencia vivida con la recuperación para participar, modelar y demostrar que las personas pueden lograr resiliencia y bienestar.	2%	2
3.5. Practicar la autoconciencia para garantizar que la resiliencia y la recuperación del individuo sigan siendo el punto focal de la relación de apoyo entre pares.	2%	2
3.6. Practique el autocuidado para participar en actividades para reducir el estrés, mantener la salud personal y el equilibrio entre la vida laboral y personal.	2%	2
3.7. Trabajar eficazmente con personas de diversos orígenes, siendo respetuosos y receptivos a sus creencias y prácticas culturales.	2%	2
3.8. Generar confianza y respeto mutuo buscando permiso y asociación de las personas para cada fase del viaje de recuperación y bienestar.	2%	2
3.9. Modelar una relación equitativa de dar y recibir entre el individuo y el Trabajador de Apoyo entre Pares.	1%	1
<b>Subtotal</b>	<b>17%</b>	<b>17</b>

<b>4. Apoyo a la recuperación (15,0%)</b>	<b>Plano %</b>	<b>Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)</b>
4.1. Conocimiento de los modelos de movimiento de recuperación de pares, consumidores y miembros de la familia y/o reducción de daños.	1%	1
4.2. Comprender la diferencia entre el papel de un trabajador de apoyo entre pares y los proveedores clínicos en el cuidado del individuo.	1%	1
4.3. Conocimiento de los modelos tradicionales de salud conductual y reducción de daños.	1%	1
4.4 Introducir y explorar las opciones de lenguaje des estigmatizante centradas en la persona.	2%	2
4.5. Proporcionar orientación, entrenamiento y apoyo consensuados, individualizados y continuos para garantizar la autodeterminación de las personas.	1%	1
4.6 Utilizar herramientas y modelos específicos (por ejemplo, reducción de daños, atención plena) para ayudar a las personas a crear sus propios planes de bienestar y recuperación.	1%	1
4.7. Ayudar a las personas a identificar sus intereses personales, metas, fortalezas y barreras para el bienestar.	2%	2
4.8. Ayudar a las personas a intercambiar ideas sobre estrategias y soluciones de resolución de problemas para superar las barreras.	1%	1
4.9. Ayudar a las personas a cultivar habilidades de resolución de problemas para tomar decisiones informadas e independientes.	1%	1
4.10. Compartir y modelar técnicas de afrontamiento efectivas y estrategias de autoayuda para promover la resiliencia, la recuperación y el bienestar de las personas.	1%	1
4.11. Proporcionar a las personas herramientas o conocimientos para apoyar una perspectiva autodirigida en colaboración con otros proveedores de servicios.	2%	2
4.12. Explorar la ambivalencia para apoyar a las personas en el diseño de planes de bienestar y recuperación para el cambio deseado.	1%	1
<b>Subtotal</b>	<b>15%</b>	<b>15</b>



<b>5. Abogacía (12,1%)</b>	<b>Plano %</b>	<b>Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)</b>
5.1. Promover la autodefensa para ayudar a las personas a establecer sus necesidades, metas y objetivos personales como sus puntos focales de rehabilitación, resiliencia, recuperación y bienestar.	5%	5
5.2. Ayudar a las personas a desarrollar habilidades de empoderamiento y combatir el estigma (es decir, público, estructural y de sí mismo) a través de la autodefensa.	5%	5
5.3. Utilizar canales formales para abogar por los derechos del individuo a los servicios.	2%	2
<b>Subtotal</b>	<b>12%</b>	<b>12</b>

<b>6. Inclusión comunitaria (9,6%)</b>	<b>Plano %</b>	<b>Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)</b>
6.1. Utilizar prácticas de apoyo entre pares para aumentar las redes sociales, profundizar las relaciones sociales y cultivar un papel significativo para los individuos.	2%	2
6.2. Ayudar a las personas a aumentar las redes de apoyo social de familiares, amigos y / o personas significativas.	2%	2
6.3. Ayudar a las personas a desarrollar habilidades interpersonales y sociales para involucrar a la comunidad y los recursos profesionales.	2%	2
6.4. Servir como enlace para la colaboración con individuos, personal de la agencia, familiares, amigos, socios comunitarios y otras partes interesadas relevantes (por ejemplo, políticos, coaliciones y grupos de intereses especiales).	2%	2
6.5. Empoderar a las personas para que aprovechen las oportunidades en diferentes niveles de participación en actividades basadas en la comunidad (por ejemplo, trabajo, escuela, relaciones, grupos de defensa, actividad física, pasatiempos autodirigidos, voluntariado, etc.).	2%	2
<b>Subtotal</b>	<b>10%</b>	<b>10</b>

<b>7. Vinculación de recursos (12,7%)</b>	<b>Plano %</b>	<b>Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)</b>
7.1. Ayudar a las personas a acceder a servicios comunitarios y recursos comunitarios, incluidos los beneficios de servicios sociales (por ejemplo, Medicaid, asistencia pública y vivienda).	4%	4
7.2. Compartir recursos comunitarios para los desafíos de salud mental y uso de sustancias.	2%	2
7.3. Visite los recursos de la comunidad con las personas para ayudarlas a familiarizarse con las oportunidades potenciales.	2%	2
7.4. Ayudar a las personas a identificar y asegurar recursos para todos los aspectos del tratamiento, la recuperación y el bienestar, incluidas las transiciones en la atención (por ejemplo, servicios de reingreso posteriores a la hospitalización, posteriores al encarcelamiento, tratamiento residencial).	5%	5
<b>Subtotal</b>	<b>13%</b>	<b>13</b>

<b>8. Gestión de crisis (12,1%)</b>	<b>Plano %</b>	<b>Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)</b>
8.1. Identificar los recursos comunitarios a los que las personas pueden recurrir para obtener ayuda inmediata en una crisis de salud conductual.	3%	3
8.2. Ayudar a las personas a desarrollar una estrategia avanzada para planificar y manejar las crisis de salud conductual.	3%	3
8.3. Identificar los signos y síntomas de una crisis de salud conductual y activar las habilidades de respuesta de apoyo cuando sea necesario.	2%	2
8.4. Proporcionar aliento y apoyo continuo a las personas a través de la resolución de la crisis de salud conductual.	4%	4
<b>Subtotal</b>	<b>12%</b>	<b>12</b>

## Mejores Prácticas para Preparación del Examen

### REQUISITOS DE ELEGIBILIDAD E INSCRIPCIÓN

El Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal lo administra exclusivamente CalMHSA. Los requisitos de elegibilidad los ha establecido el Departamento de Servicios de Salud (DHCS). Los procesos de inscripción los determina CalMHSA. Los candidatos interesados en tomar el Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal deben hacerlo a través del sitio de Internet de certificación de CalMHSA. Puede encontrarse información en la página <https://www.capeercertification.org/>.

Una vez aprobada la solicitud, los candidatos recibirán información de CalMHSA sobre cómo inscribirse para el examen. El examen será administrado en línea con supervisión en vivo, y por medio del sistema de “Pearson VUE” llamado “OnVUE”. La persona tomando el examen será supervisada en directo por una persona a mediante de la cámara de web de la computadora, para proporcionar una experiencia de examen segura. Los candidatos pueden saber más sobre el proceso de supervisión en línea en la página de Internet de Pearson OnVUE, [OnVUE Online Proctoring: What to Expect for Your Online Exam](#). (“Vigilancia en línea OnVUE: Qué Esperar para su Examen en Línea”)

### Reprogramación, Cancelación y No Presentación Exámenes

Los exámenes deben cancelarse o reprogramarse **ANTES** de la fecha de su cita para el examen. OnVUE permite a los candidatos reprogramar o cancelar sus exámenes hasta la hora de su cita para el inicio. Si los candidatos no reprograman o cancelan el examen antes de su hora de cita o no se presentan a la cita, pierden la tarifa del examen.

Si los candidatos no se presentan a un examen o no tienen la identificación adecuada, no se les permitirá tomar al examen. Se les considerará “No Presentado”, perderán la tarifa del examen, y deberán volver a inscribirse y pagar todas las tarifas de examen a CalMHSA antes de que se programe otro examen.

Si una de estas razones impide al candidato tomar la prueba, debe contactar directamente a CalMHSA y proporcionar suficiente documentación del evento que ha sucedido. En estas circunstancias no se cobrará tarifa adicional. Puede contactarse a CalMHSA escribiendo a [PeerCertification@calmhsa.org](mailto:PeerCertification@calmhsa.org) y por teléfono, llamando al +1-279-234-0699.

### Adaptaciones

CalMHSA autoriza adaptaciones razonables caso por caso. Para obtener información más detallada, por favor, consulte la política en el [sitio de Internet](#) de CalMHSA. Si cree que necesita adaptaciones razonables, por favor, envíe su solicitud a CalMHSA.

## DETALLES DE ADMINISTRACIÓN DEL EXAMEN

### Aspectos Generales de Administración del examen

El Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal es un examen de elección múltiple que consta de 120 preguntas. Cada pregunta tiene cuatro respuestas posibles para elegir. Los candidatos tienen 2.5 horas para completar el examen. Hay una pausa de 10 minutos a mitad del examen, después que los candidatos hayan completado la Pregunta 60. Por favor, tenga en cuenta que después de la pausa de 10 minutos, debido a la seguridad del examen, no se permitirá a los candidatos volver atrás y revisar preguntas contestadas previamente.

El examen se administrará y vigilará mediante OnVUE, el sistema de realización **en línea** de Pearson Vue. El examen permanecerá abierto y accesible durante todo el año.

Asegúrese de tener con usted su tarjeta de identificación emitida por el gobierno cuando se sienta para tomar el Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal. Del mismo modo, asegúrese de comprobar el sistema de su computadora antes de la fecha del examen, para asegurarse que su computadora y su sistema operativo son compatibles con los requisitos de OnVUE.

El Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal comenzará con un tutorial breve. Se asigna tiempo extra para completar el tutorial.

Cualquier intento de hacer trampas durante el examen se considerará una infracción grave y dará lugar a la finalización del examen de inmediato. Los candidatos que hagan trampas o intenten hacerlas se enfrentarán a las siguientes sanciones mínimas: denegación de la certificación como mínimo durante un año, imposibilidad de tomar el examen hasta que haya pasado un periodo de un año, realización obligatoria de seis horas de educación continuada en leyes y ética por parte de una entidad capacitadora aprobada (debe presentarse prueba válida de haber completado la educación continuada junto con la solicitud de recuperación de la certificación). Además, los candidatos que hagan trampas, o intenten hacerlas, se arriesgan a que se les revoque permanentemente la Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares.

Cualquier infracción de la seguridad del examen mediante intentos de comprometer la integridad del examen dará lugar a prohibición permanente de solicitar Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares.

### Puntuación

#### Determinación de Puntuación para Aprobar

La puntuación del candidato en el examen se basa en el número total de preguntas respondidas correctamente.

Las puntuaciones para aprobar el Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal se establecen mediante un proceso llamado fijación de estándares. Durante la fijación de estándares, un panel de expertos en el tema (SME, por sus siglas en inglés) que trabajan en el campo del Apoyo entre Pares determinó el nivel de conocimientos que debe demostrar un candidato para superar el examen. Este nivel de conocimientos se designa a continuación como “puntuación de corte”. Todos los candidatos que alcancen o superen la puntuación de corte para el examen obtendrán una calificación de aprobado.



## Recepción de la Puntuación

El examen inicial de este año es el examen inaugural de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal. Por tanto, los contenidos incluidos del examen no se han sometido a prueba piloto ni se ha evaluado su rendimiento todavía. En cada examen hay componentes piloto. Los componentes piloto no influyen en la puntuación final ni en un resultado de aprobado/suspense. No están identificados de forma específica en el examen y aparecen al azar. CalMHSA utiliza los componentes piloto para someter a prueba preguntas escritas recientemente para garantizar la calidad de exámenes futuros y comprobar que las preguntas son relevantes para la competencia.

Para este examen inaugural, las personas que tomen el examen recibirán su puntuación del examen por correo electrónico en un plazo de cuatro (4) a seis (6) semanas. CalMHSA ha puesto a disposición el examen inaugural a candidatos elegibles interesados en ser “personas que tomen el examen las primeras” (“Early Test Takers” por nombre en inglés). Los candidatos interesados pueden elegir ser de los primeros que tomen el examen directamente en el formulario de solicitud.

Después del periodo inaugural, todas las personas que tomen el examen recibirán su puntuación del examen el mismo día. Tras presentar el examen, las personas que tomen el examen recibirán un resultado de autopuntuación en la computadora.

## Política sobre Repetición del Examen

Los candidatos interesados en volver a tomar un examen pueden hacerlo entregando una nueva solicitud inmediatamente después del examen. No hay periodo de espera para entregar una nueva solicitud para volver a tomar el examen; sin embargo, tenga en cuenta que se aplican plazos de procesamiento de solicitudes. Para hacer cita para volver a tomar el examen, el candidato puede completar una solicitud nueva y realizar el pago en la página de Internet de certificación de CalMHSA. Se permite a los candidatos intentar el examen un total de tres (3) veces durante los doce (12) meses después de una solicitud aprobada.

## Proceso de Apelaciones

Si usted no está de acuerdo con su puntuación, tendrá la oportunidad de apelar. Para información sobre cómo presentar una apelación, por favor, visite el sitio de Internet de certificación de CalMHSA, [CAPeerCertification.org](http://CAPeerCertification.org).

## DESTREZAS DE ESTUDIO RECOMENDADAS

### Fijarse Metas

Una forma en la que usted puede prepararse para la prueba es fijándose metas específicas y realistas. Sin embargo, es importante reservar tiempo para planificar metas que funcionen para *usted*. Considere la forma en la que usted puede estudiar con más eficacia e incorpórela a las metas que se fije. Ejemplos de metas:

- Revisar la prueba de preparación del examen en su totalidad
- Comprometerse con estudiar a una hora específica, o una duración de tiempo determinada, en días determinados

## Gestionar el Tiempo

La preparación de un examen es un compromiso que exige una cantidad sustancial de tiempo. Para aprovechar el tiempo con eficacia, es importante no perder de vista los plazos máximos y vigilar la forma en que usted utiliza el tiempo. Ejemplos de estrategias de gestión del tiempo:

- Utilizar un calendario y marcar en él la fecha del examen
- Utilizar un cronómetro para programar las sesiones de estudio y pausas

## Organización

En la preparación del examen usted puede encontrar varios recursos que desee utilizar para estudiar, o puede que tenga otras fuentes de contenidos que desee organizar para usar en el futuro. Puede ser útil desarrollar un sistema de organización para estas fuentes, así como para sus pensamientos. Algunas estrategias de organización incluyen:

- Crear listas de comprobación de estudio para no perder de vista el contenido
- Utilizar tarjetas para organizar y revisar conceptos clave

## Aprendizaje Activo

Puede facilitarse el aprendizaje y la retención de información utilizando estrategias de aprendizaje activo. En lugar de utilizar el material de aprendizaje solo de una forma (esto es, leyendo), puede ser útil abordarlo de múltiples maneras (por ejemplo, subrayando conceptos importantes durante la lectura). Las estrategias de aprendizaje activo incluyen:

- Agrupar ideas y conceptos similares mientras se está estudiando
- Anotar conceptos importantes durante la lectura

## CÓMO ESTUDIAR PARA LA PRUEBA

Para enfocar sus esfuerzos, debe consultar las áreas de conocimientos enumeradas en el **Contenido del Examen** y a continuación intentar encontrar información y ejemplos relevantes de esa área de conocimiento.

### Este es un ejemplo:

Imagine que usted es un Especialista en Apoyo entre Pares y está intentando encontrar información sobre recursos de apoyo en la comunidad. Si solo tuviera este material de estudio para esta prueba, ¿dónde miraría? Estudie las demás áreas de conocimiento de la misma forma.

Piense en estos consejos también para sus esfuerzos de estudio:

- Cree preguntas de muestra basadas en los materiales de referencia y las áreas de conocimiento. Aprenda y/o memorice áreas que parezcan relevantes para los conocimientos fundamentales enumerados más arriba.
- Utilice tarjetas para ayudarle a memorizar información clave. Créelas utilizando fichas de 3+5 con conceptos clave en un lado y las respuestas al dorso.
- Piense en otras formas de memorizar información mediante el uso de técnicas mnemotécnicas, tales como fórmulas y frases para memorizar.

- Escriba notas sobre la información importante que descubra durante sus estudios. Algunas personas recuerdan mejor después de anotar las cosas por escrito.
- Algunos candidatos han dicho que formar un grupo de estudio con otros ha resultado útil. Cada miembro podría proporcionar ideas generales o conceptos/cuestiones clave de ciertas partes del material. Podría hablarse de las formas en que se relacionan con las diversas áreas de conocimiento.
- Distribuya su tiempo de estudio, en lugar de hacer un estudio excesivo en el último minuto.

## ESTRATEGIAS EFECTIVAS PARA TOMAR LA PRUEBA

Los siguientes consejos le ayudarán a prepararse para la prueba:

- Asegúrese de comer antes del examen. Algunos alimentos, como verduras y frutas frescas, pueden ayudar a reducir el estrés. Deben evitarse alimentos que puedan aumentar el estrés (por ejemplo, endulzantes artificiales, chocolate, alimentos fritos, comida chatarra).
- Vea el video breve [OnVUE Online Proctoring: What to Expect for Your Online Exam](#) (“Vigilancia en línea OnVUE: Qué Esperar para su Examen en Línea”)
- Revise las políticas y procedimientos detallados de Pearson Vue para tomar un examen mediante OnVUE.
- Haga una prueba del sistema y simulación del examen 1-2 días antes del día de su examen, para asegurarse que su computadora y sistema operativo son compatibles con los requisitos de OnVUE.
- Prepare el área del examen. Identifique un lugar tranquilo con buena conectividad a internet y elimine cualquier objeto innecesario del área alrededor del examen.
- Prepárese mentalmente para la prueba. Visualícese estando tranquilo y centrado durante la prueba.
- Tenga confianza en que lo hará bien. Manténgase calmado y evite presionarse demasiado. Es normal algo de ansiedad, pero si se siente abrumado y ansioso, es posible que se resienta su rendimiento en la prueba. En lugar de eso, céntrese en hacerlo lo mejor que pueda.
- Si es necesario, utilice técnicas de relajación para calmarse. Por ejemplo, haga varias respiraciones lentas y profundas, o haga estiramientos para ayudarle a relajarse.

## LECTURA DE LAS PREGUNTAS DEL EXAMEN Y ELECCIÓN DE RESPUESTAS

Sea consciente de cuántas horas y minutos tiene para completar el examen. Usted tendrá **2.5 horas (150 minutos)** para completar el examen completo de 120 preguntas. Usted es responsable de monitorear su uso del tiempo asignado.

La cantidad de tiempo necesaria para leer una pregunta dependerá del tipo de pregunta. Como recordatorio, el Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal se compone de tres tipos de preguntas: **A)** comprensión/recuerdo, **B)** aplicación, y **C)** análisis. Las preguntas de comprensión/recuerdo puede que tomen menos tiempo para leerlas y contestarlas, ya que se considera que exigen menos esfuerzo mental. Las preguntas de aplicación y análisis tomarán más tiempo para leerlas completamente y responderlas, ya que requieren algo de pensamiento crítico y resolución de problemas. En la sección de **Contenido del Examen** de esta guía puede encontrarse un desglose más detallado de cada tipo de pregunta.

## Consejos para Responder a Preguntas de Elección Múltiple

Piense en lo siguiente cuando esté leyendo las preguntas:

- Lea las instrucciones cuidadosamente; después, vuélvalas a leer, para asegurarse que las entiende.
- Lea cuidadosamente la pregunta entera del examen y cada respuesta posible antes de elegir la respuesta que piensa que es mejor. Un error habitual es escoger la primera respuesta que le aparezca que le “suena bien”. ¡No caiga en esta trampa!
- Si se da cuenta de que está dedicando demasiado tiempo a una pregunta, siga adelante y conteste a la pregunta, pero tome nota de esto para poder volver a ella más tarde. Puede marcar la casilla “Revisar” si quiere revisar su respuesta después de haber recorrido todas las preguntas. Si quiere volver a ver preguntas, asegúrese de dejar tiempo suficiente para poder volver a ellas.
- No “interprete lo que puede significar” la pregunta ni las posibles respuestas. Mire la pregunta tal como ha sido formulada.
- No se quede bloqueado en palabras o frases que no entienda: es posible que entienda de todas maneras la idea principal de la frase o del párrafo sin entender una palabra específica o una frase específica.

### Recuerde estas cosas cuando elija una respuesta:

- Utilice el proceso de eliminación. Intente decidir si para usted alguna de las opciones es claramente incorrecta. Una vez haya eliminado una opción, aumenta su probabilidad de escoger la respuesta correcta.
- No se crea el mito que sugiere que “C” normalmente es la respuesta correcta más común. La respuesta correcta está distribuida entre las opciones A, B, C y D. Si escoge la misma letra para todas sus respuestas (A, B, C o D), su resultado será una puntuación baja en la prueba.
- **NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SIN RESPONDER.** Saber la respuesta es mejor, naturalmente, pero adivinar sigue siendo mejor que dejar la pregunta en blanco. Usted tendrá la oportunidad de revisar sus respuestas al final del examen y hacer cualquier cambio antes de las 2.5 horas asignadas para realizar el examen.
- El examen **NO** tiene ninguna respuesta de los siguientes tipos:
  - Todas las anteriores
  - Ninguna de las anteriores
  - A y B

## ANSIEDAD ACERCA DEL EXAMEN

Hasta este momento, la información de esta guía ha cubierto qué contendrá el examen y cómo estudiar, pero ¿qué sucede cuando usted se ha preparado mucho para un examen, y al llegar el día del examen usted se siente tan nervioso que no puede responder a las preguntas? La ansiedad acerca del examen, o ese sentimiento de estar tan nervioso que usted se queda bloqueado cuando está a punto de hacer la prueba, o durante la propia prueba, es algo que puede suceder incluso cuando usted se siente confiado de que se ha preparado de forma eficaz. Si esto se parece a lo que le sucede a usted, y siente que la ansiedad acerca del examen es una barrera que le impide hacerlo lo mejor posible, puede ser útil hablar con su supervisor o sus colegas. Pueden guiarle hacia recursos para ayudar a abordar este problema.



## Glosario

### A

**Adulto:** persona de 18 años o más de edad.

**Apoyos Naturales:** las conexiones personales con la comunidad de la persona que mejoran su calidad de vida.

**Autoridad de Servicios de Salud Mental de California (California Mental Health Services Authority, “CalMHSA” por sus siglas en inglés):** la entidad certificadora aprobada por el Departamento de Servicios de Salud de California (DHCS) para certificar a los Especialistas en Apoyo entre Pares, entidades capacitadoras para Especialista en Apoyo entre Pares, y proveedores de educación continuada para Especialistas en Apoyo entre Pares.

### B

**Beneficiario/Destinatario:** persona que recibe servicios de pares de un Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal.

**Bienestar:** proceso consciente y deliberado de crear y adaptar patrones de comportamiento que conduzcan a una mejora de la salud en las siguientes dimensiones: emocional, financiera, social, espiritual, educativa/ocupacional, física, intelectual y medioambiental.

### C

**Certificante:** persona que ha sido certificada como Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal por parte de CalMHSA.

**Certificación:** indica que se han cumplido todos requisitos de un Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal.

**Certificación Inicial:** proceso por el que el solicitante se certifica como Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal por primera vez, siempre y cuando cumpla los criterios de elegibilidad y supere con éxito el examen aprobado por el estado.

**Certificado Válido:** certificado válido, con buen historial, y que no ha caducado, no ha sido suspendido ni revocado ni está inactivo.

**Código Ético:** conjunto de directrices que cumplen los Especialistas de Apoyo entre Pares de Medi-Cal certificados de California respecto de sus funciones y responsabilidades y niveles de responsabilidad en los que actúan profesionalmente.

**Competencias Básicas:** base mínima de conocimientos para realizar la función o las actividades del trabajo como Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal en California.

**Consumidor:** persona que está recibiendo servicios de salud mental y/o de trastornos por consumo de sustancias (servicios de salud del comportamiento) en un sistema público del condado de prestación de servicios de salud del comportamiento.

## E

**Educación Continuada:** la educación que recibe un certificante para desarrollar más sus conocimientos profesionales sobre mejores prácticas, legislación actualizada y/o capacitación especializada.

**Enfocado en el Trauma:** que mantiene la consciencia del impacto que pueden tener las experiencias traumáticas sobre la persona y la influencia que este trauma puede tener sobre las decisiones que toma en su vida.

**Entidad Capacitadora:** organización que ha sido aprobada por la Entidad Certificadora para ofrecer capacitación para el programa de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal.

**Entidad Certificadora:** se refiere a CalMHSa, la organización seleccionada por los Condados de California, con un plan aprobado por el Departamento de Servicios de Salud, para certificar a los Especialistas de Apoyo entre Pares de Medi-Cal y aprobar a los proveedores de capacitación.

**Especialista en Apoyo entre Pares:** persona de 18 años de edad o más, que se ha identificado a sí misma como poseedora de experiencia vivida con el proceso de recuperación de una enfermedad mental, un trastorno por consumo de sustancias, o ambos, ya sea como consumidor de estos servicios o como padre/madre o familiar del consumidor, y que ha obtenido certificación conforme a un programa de condado de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal (Ley 803 del Senado, Beall).

**Especialista en Apoyo entre Pares de Medi-Cal:** persona de 18 años de edad o más, que se ha identificado a sí misma como poseedora de experiencia vivida con el proceso de recuperación de una enfermedad mental, un trastorno por consumo de sustancias, o ambos, ya sea como consumidor de estos servicios o como padre/madre o familiar del consumidor, y que ha obtenido certificación conforme a un programa de condado de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal.

**Experiencia Vivida:** experiencia de primera mano de la persona con problemas de salud mental y/o consumo de sustancias, incluyendo el proceso de recuperación y el desarrollo de resiliencia con esa experiencia.

## I

**Idiomas Prevalentes:** idioma distinto del inglés identificado por el Departamento de Servicios de Salud de California como idioma hablado por una cantidad mínima de personas, conforme a los programas estatales de Medi-Cal.

## M

**Medi-Cal:** Programa de atención de salud de Medicaid de California que incluye una variedad de servicios médicos para niños y adultos que reúnen los requisitos de ingresos o condición médica.

## P

**Par:** persona que comparte una comprensión similar de experiencias con problemas de salud mental y/o consumo de sustancias.

**Proceso Disposición Excepcional (*Grandparenting Process por su nombre in ingles*):** proceso mediante el cual las personas que estén contratadas como pares el 1 de enero de 2022, o con anterioridad a esa fecha, son elegibles para solicitar la certificación como Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal, siempre y cuando cumplan los criterios de elegibilidad y superen con éxito el examen aprobado por el estado.

## R

**Recertificación:** cumplir los requisitos establecidos en esta política para que la persona renueve la Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal. La recertificación se produce en intervalos de dos años.

**Reciprocidad entre Condados:** reconocimiento de Especialistas de Apoyo entre Pares de Medi-Cal certificados por parte de los planes públicos de salud del comportamiento de los condados.

**Reciprocidad fuera del Estado:** reconocimiento de que una persona ha recibido certificación de apoyo entre pares de otro estado y cumple las cualificaciones que especifican las políticas de este documento.

**Recuperación:** proceso de cambio mediante el cual las personas mejoran su salud y bienestar, viven una vida dirigida por ellas mismas, y se esfuerzan en alcanzar su máximo potencial. Este proceso de cambio reconoce la diversidad cultural y la inclusión y honra las distintas rutas hacia la resiliencia y la recuperación basadas en la persona y su comunidad cultural.

**Relación Dual:** relación no terapéutica del Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal con un destinatario de atención. Incluye cualquier actividad identificada como no permitida dentro del Código Ético.

**Resiliencia:** capacidad de la persona de afrontar con éxito los desafíos de la vida, reforzada para tener un sentido de autodeterminación, dominio y esperanza.

## S

**Servicios Culturalmente Apropriados:** el Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal certificado promueve la participación en la forma que mejor se alinea con las creencias y prácticas culturales de la persona a la que sirve.

**Servicios de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal:** servicios culturalmente apropiados que promueven la participación, socialización, recuperación, autosuficiencia, defensa de uno mismo, desarrollo de apoyos naturales e identificación de fortalezas. Los Servicios de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal incluyen, aunque sin limitarse a ellos, servicios de prevención, apoyo, entrenamiento, facilitación o educación individualizados, proporcionados por un Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal certificado.

## Práctica de Preguntas del Examen

Estas preguntas de práctica son similares a las que aparecerán en el examen real. Una vez haya contestado a estas preguntas, comprueba sus respuestas en la clave de respuestas.

1. ¿Cuál es el objetivo del modelo de reducción de daños para los problemas por consumo de sustancias?
  - A. Disminuir la frecuencia de exposición al sistema judicial y encarcelamiento
  - B. Reducir el riesgo de sobredosis y mejorar el acceso a sistemas de atención
  - C. Incrementar la participación de la comunidad y la construcción de relaciones
  - D. Incrementar la autoevaluación de confianza y valor de uno mismo
  
2. Un consumidor ha pasado las últimas semanas haciendo bromas y no tomándose el grupo en serio. ¿Cómo apoyaría el Especialista en Apoyo entre Pares al consumidor?
  - A. Decir al consumidor que esto no es cosa de risa.
  - B. Solicitar ser reasignado a un consumidor distinto.
  - C. Recomendar al consumidor que considere una profesión como cómico.
  - D. Continuar manteniéndose centrado en las metas de recuperación del consumidor.
  
3. Un consumidor está frustrado porque varios proveedores de servicios diferentes no se están comunicando bien cuando se trata de su atención. ¿Cómo puede el Especialista en Apoyo entre Pares apoyar a este consumidor?
  - A. Recomendar al consumidor que solicite una reunión del grupo para que todo el personal pueda conectar.
  - B. Tranquilizar al consumidor, diciéndole que esta falta de comunicación ocurre siempre.
  - C. Aconsejar al consumidor que cambie de terapeuta y de psiquiatra
  - D. Escribir una queja formal a la dirección en nombre del consumidor
  
4. Un consumidor dice a un Especialista en Apoyo entre Pares que tiene mucho estrés situacional que no es resultado de su diagnóstico. ¿Qué acción tomaría el Especialista en Apoyo entre Pares para apoyar al consumidor?
  - A. Decir al consumidor que sus sentimientos son normales y que no debe preocuparse.
  - B. Ayudar al consumidor a desarrollar un plan de bienestar para abordar sus problemas.
  - C. Aconsejar al consumidor opciones de medicación más fuerte para la ansiedad para que las pruebe.
  - D. Llevar al consumidor a una reunión en 12 pasos para apoyar su bienestar general.

5. Un Especialista en Apoyo entre Pares está trabajando con un consumidor con una enfermedad mental grave que lleva varios meses recibiendo tratamiento como paciente ingresado. Antes de una reunión del equipo de tratamiento, el consumidor le dice al Especialista en Apoyo entre Pares, "Ni siquiera sé por qué voy. De todas maneras no me van a dejar salir." ¿Qué acción tomaría el Especialista en Apoyo entre Pares para fomentar la defensa de uno mismo?
- A. Utilizar la insatisfacción del consumidor con su situación actual como estímulo para formular un mejor plan de recuperación.
  - B. Crear un modelo de actuación efectiva compartiendo un momento en el que Especialista en Apoyo entre Pares comunicó de forma asertiva sus propias necesidades y deseos.
  - C. Ayudar al consumidor durante la reunión del equipo de tratamiento haciendo una defensa directa en nombre del consumidor con los miembros del equipo.
  - D. Educar al consumidor sobre el motivo por el que los proveedores de salud del equipo de tratamiento pueden tener perspectivas diferentes.
6. Un consumidor acude a usted y dice que no lo contrataron en un puesto de trabajo debido a su discapacidad. ¿Qué acciones debería realizar el Especialista en Apoyo entre Pares?
- A. Educar al consumidor sobre las leyes estatales sobre discapacidad, antes de hablar con la empresa.
  - B. Llamar a las autoridades, ya que se ha producido una violación de los derechos humanos.
  - C. Aconsejele que solicite un trabajo en otro sitio que esté más cerca de la oficina de usted.
  - D. Organice un boicot a la empresa y dígaselo a sus amigos.
7. Un consumidor ha expresado que se siente abrumado con los requisitos del funcionario de libertad vigilada y los proveedores de servicio. ¿Cómo puede un Especialista en Apoyo entre Pares ayudar al consumidor a navegar las expectativas?
- A. Ofrecerse a concertar una reunión para hablar con los proveedores en nombre del consumidor.
  - B. Ayudar al consumidor a concertar una reunión con ambas partes para hablar de su punto de vista.
  - C. Recomendar al consumidor utilizar un calendario para gestionar sus citas.
  - D. Desarrollar un plan con el consumidor sobre la forma en que puede gestionar tareas múltiples.
8. Un consumidor quiere utilizar su experiencia en el manejo de su enfermedad mental para ayudar a otras personas. ¿Cómo puede el Especialista en Apoyo entre Pares ayudar al consumidor a alcanzar esta meta?
- A. Ayudar al consumidor proporcionando estímulo, instrucciones y apoyo a sus deseos de defensa.
  - B. Recomendar al consumidor convertirse en orador público para compartir su experiencia.
  - C. Proporcionar al consumidor una lista de agencias que estarían dispuestas a tenerlo presente.
  - D. Remitir al consumidor a su proveedor de salud mental para que le dé más instrucciones.

9. ¿Qué acción es una obligación principal del Especialista en Apoyo entre Pares para ayudar al consumidor en la comunidad?
- A. Revisar las finanzas del consumidor para ayudarlo a pagar un seguro.
  - B. Aconsejar a un consumidor acerca de una disputa relativa a Medi-Cal.
  - C. Ayudar al consumidor a acceder a un plan de salud mental local.
  - D. Hablar con un proveedor de códigos específicos para asegurar cobertura.
10. A un consumidor le gustaría apoyar una manifestación en su vecindario, pero asistir le produce ansiedad. Creen que no tendría problemas con la ansiedad si le acompaña su Especialista en Apoyo entre Pares. ¿Qué haría el Especialista en Apoyo entre Pares?
- A. Recomendar al consumidor que practique ejercicios de respiración.
  - B. Sugerir al consumidor que se quede en casa para evitar una estimulación excesiva.
  - C. Informar al consumidor que no merece la pena dedicar el tiempo de una persona.
  - D. Participar en la actividad, como le ha pedido el consumidor.
11. ¿Cuáles son dos componentes clave de un plan pre-crisis centrado en la persona?
- A. Una lista de contactos de emergencia y un contrato de no suicidarse.
  - B. Unas Voluntades Anticipadas y una lista de programas comunitarios locales.
  - C. Un conjunto de herramientas de bienestar y una lista de factores estresantes conocidos.
  - D. Un historial médico y un plan de adherencia a los medicamentos.
12. Un consumidor expresa que quiere hacer un regalo al Especialista en Apoyo entre Pares para mostrar su agradecimiento por la ayuda que ha recibido. ¿Cómo respondería el Especialista en Apoyo entre Pares?
- A. Aceptar el regalo del consumidor si el objeto comprado vale menos de \$25.
  - B. Pedir al consumidor que, en lugar de ello, considere hacer una donación a una entidad benéfica relevante.
  - C. Agradecer el detalle al consumidor antes de rechazar el regalo.
  - D. Decir al consumidor que es innecesario, ya que solo está haciendo su trabajo.



13. Un Especialista en Apoyo entre Pares se va a reunir con el equipo de atención de un consumidor para hablar de que el consumidor no ha seguido adelante con sus metas de tratamiento. ¿Qué haría el Especialista en Apoyo entre Pares para apoyar al consumidor?
- A. Proporcionar al equipo de atención una actualización sobre los pasos que ha seguido el consumidor desde la última reunión del grupo.
  - B. Asistir a la reunión sin hacer aportaciones a la conversación, dado que no hay actualización sobre apoyo entre pares.
  - C. Preguntar a cada miembro del equipo de atención qué ha estado haciendo para ayudar al consumidor a alcanzar sus metas.
  - D. Tomar notas detalladas para transmitir al consumidor los comentarios durante la siguiente sesión de apoyo entre pares.
14. Un consumidor con un historial de depresión le dice al Especialista en Apoyo entre Pares que está comenzando a experimentar síntomas de un episodio depresivo inminente. ¿Qué haría el Especialista en Apoyo entre Pares para apoyar al consumidor?
- A. Aconsejar al consumidor que hable con su médico.
  - B. Compartir qué medicamentos para la depresión le funcionaron al Especialista en Apoyo entre Pares.
  - C. Llamar a la familia del consumidor para pedir apoyo adicional.
  - D. Pedir al consumidor que piense en qué puede estar haciéndole sentirse así.
15. Un consumidor explica que en su cultura para alguien es tabú compartir sus problemas con sus familiares. ¿Cómo apoyaría el Especialista en Apoyo entre Pares al consumidor?
- A. Pidiendo a un Especialista en Apoyo entre Pares de la misma cultura que el consumidor que proporcione consejos al consumidor.
  - B. Haciendo un juego de rol o ensayando con el consumidor formas en que el consumidor puede plantear el tema ante personas a las que ama.
  - C. Diciendo al consumidor que revele sus sentimientos, independientemente de la forma en que piense que pueden reaccionar los demás.
  - D. Compartir un momento en el que el Especialista en Apoyo entre Pares tuvo una conversación incómoda con una persona amada.
16. Un consumidor dice al Especialista en Apoyo entre Pares que tiene problemas para crear un plan para manejar crisis futuras de salud del comportamiento. ¿Qué haría el Especialista en Apoyo entre Pares para apoyar al consumidor?
- A. Remitir al consumidor a recursos que puedan ayudar con su planificación.
  - B. Sugerir al consumidor que visite a su proveedor de salud para crear un plan.
  - C. Ayudar al consumidor a desarrollar un plan juntos.
  - D. Crear un plan para el consumidor sin su ayuda.

## Clave de Respuestas

### 1. Respuesta correcta: B

**Dimensión KSA:** 2. Fundamentos de Salud del Comportamiento

**KSA:** 2.4. Estar familiarizado con enfoques de recuperación y técnicas de apoyo entre pares específicas para personas con problemas de consumo de sustancias.

**Explicación:** La clave es correcta porque, según la Administración de Servicios para Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés), la investigación ha demostrado que un enfoque basado en reducción de daños para personas con problemas de consumo de sustancias reduce sustancialmente el riesgo de muerte por sobredosis y promueve las conexiones con la atención.

### 2. Respuesta correcta: D

**Dimensión KSA:** 3. Habilidades Interpersonales

**KSA:** 3.5. Practicar la autoconsciencia para asegurarse que la resiliencia y la recuperación de la persona se mantienen como punto focal de la relación de apoyo entre pares.

**Explicación:** Esta es la mejor opción, puesto que devuelve el foco a las necesidades y deseos del consumidor.

### 3. Respuesta correcta: A

**Dimensión KSA:** 4. Apoyo a la Recuperación

**KSA:** 4.11. Proporcionar a las personas herramientas o conocimientos para apoyar una perspectiva guiada por ellos mismos, en colaboración con otros proveedores de servicios.

**Explicación:** Esta opción anima al consumidor a defender él mismo sus necesidades y deseos con su equipo de atención.

### 4. Respuesta correcta: B

**Dimensión KSA:** 4. Apoyo a la Recuperación

**KSA:** 4.6. Utilizar herramientas y modelos específicos (por ejemplo, reducción de daños, atención plena) para ayudar a las personas a crear sus propios planes de bienestar y recuperación.

**Explicación:** Esta es una respuesta correcta porque utiliza un modelo específico para ayudar al consumidor a crear las herramientas adecuadas para usarlas en esa situación.

## 5. Respuesta correcta: B

**Dimensión KSA:** 5. Defensa

**KSA:** 5.1. Promover la defensa de uno mismo para ayudar a las personas a establecer las necesidades, metas y objetivos personales como sus puntos focales de rehabilitación, resiliencia, recuperación y bienestar.

**Explicación:** La respuesta correcta se distingue de los otros distractores por estar relacionada directamente con la competencia 2 (el papel de la defensa). Aquí, el par especialista está creando un modelo de defensa de uno mismo mediante el aprendizaje social, afirmando directamente cómo se defendió a sí mismo en una situación similar. Esta acción se aborda en la página 10 del Informe de Análisis del Paisaje de Certificación de Pares.

## 6. Respuesta correcta: A

**Dimensión KSA:** 5. Defensa

**KSA:** 5.2

**Explicación:** Esta es una respuesta correcta porque educar al consumidor sobre esta cuestión lo empoderará para expresar adecuadamente lo que le preocupa.

## 7. Respuesta correcta: B

**Dimensión KSA:** 6. Inclusión en la Comunidad

**KSA:** 6.4. Actuar como intermediario para colaborar con personas, personal de la agencia, familia, amigos, colaboradores de la comunidad y otras partes interesadas relevantes (por ejemplo, políticos, coaliciones y grupos de intereses especiales).

**Explicación:** Esta opción fomenta apoyar al consumidor para que defienda él mismo sus necesidades y deseos con su equipo de atención.

## 8. Respuesta correcta: A

**Dimensión KSA:** 6. Inclusión en la Comunidad

**KSA:** 6.5. Empoderar a las personas para que aprovechen las oportunidades en diversos niveles de participación en actividades basadas en la comunidad (por ejemplo, trabajo, escuela, relaciones, grupos de defensa, actividad física, hobbies dirigidos por uno mismo, voluntariado, etc.).

**Explicación:** Esta opción es correcta porque fomenta y apoya la meta expresada por el consumidor y al tiempo proporciona diversas formas de alcanzarla.

## 9. Respuesta correcta: C

**Dimensión KSA:** 7. Conexión a Recursos

**KSA:** 7.1. Ayudar a las personas a acceder a los servicios comunitarios y recursos comunitarios, incluyendo beneficios de servicios sociales (por ejemplo, Medicaid, ayudas públicas y vivienda).

**Explicación:** Esta opción es una reformulación parcial de la Competencia 7.1 relativa a conexiones a recursos y es la única opción correcta.

## 10. Respuesta correcta: D

**Dimensión KSA:** 7. Conexión a Recursos

**KSA:** 7.1. Ayudar a las personas a acceder a los servicios comunitarios y recursos comunitarios, incluyendo beneficios de servicios sociales (por ejemplo, Medicaid, ayudas públicas y vivienda).

**Explicación:** Participa en actividades de la comunidad cuando se le pide; pág. 5.

## 11. Respuesta correcta: C

**Dimensión KSA:** 8. Manejo de Crisis

**KSA:** 8.2. Ayudar a las personas a desarrollar una estrategia avanzada para planificar y manejar las crisis de salud del comportamiento.

**Explicación:** Un plan pre-crisis siempre se basará en la autoobservación e incluirá apoyos que pueden ayudar al consumidor cuando comience a no sentirse bien.

## 12. Respuesta correcta: C

**Dimensión KSA:** 1. Responsabilidades Administrativas

**KSA:** 1.2. Mantener estándares y límites profesionales observando las directrices establecidas por la agencia a la que usted representa.

**Explicación:** Esta respuesta se distingue de los distractores reconociendo las intenciones del consumidor, sin dejar de cumplir los estándares que se indican en la sección de "Integridad" del Código Ético de Pares.

## 13. Respuesta correcta: A

**Dimensión KSA:** 1. Responsabilidades Administrativas

**KSA:** 1.5. Participar en reuniones de personal de la agencia, capacitación, supervisión individual/grupal, reuniones de coordinación de atención, y otras reuniones profesionales relevantes.

**Explicación:** La respuesta es correcta porque respeta la función única de los demás miembros del equipo de atención, y al tiempo defiende al consumidor desde la perspectiva del proveedor par.

#### 14. Respuesta correcta: A

**Dimensión KSA:** 2. Fundamentos de Salud del Comportamiento

**KSA:** 2.1. Conocimiento de condiciones de salud mental y opciones de tratamiento disponibles a lo largo de la vida.

**Explicación:** Esta respuesta es correcta porque da instrucciones al consumidor para que hable con su proveedor de salud.

#### 15. Respuesta correcta: B

**Dimensión KSA:** 3. Habilidades Interpersonales

**KSA:** 3.7. Trabajar de forma eficaz con personas de orígenes diversos, ser respetuoso y sensible a sus creencias y prácticas culturales.

**Explicación:** Esta opción mantiene la relación establecida entre el proveedor par y el consumidor, y al tiempo proporciona al consumidor estrategias de comunicación autodirigidas para abordar la situación

#### 16. Respuesta correcta: C

**Dimensión KSA:** 8. Manejo de Crisis

**KSA:** 8.2. Ayudar a las personas a desarrollar una estrategia avanzada para planificar y manejar las crisis de salud del comportamiento.

**Explicación:** Esta opción reconoce la función de los proveedores pares en el apoyo a los consumidores con la planificación anticipada de apoyos en caso de crisis, y al tiempo mantiene la participación del consumidor en el desarrollo del recurso.

## Información de Contacto de CalMHSA

Para saber más sobre los Servicios de Apoyo entre Pares de Medi-Cal, visite el sitio de internet del Departamento de Servicios de Salud (<https://www.dhcs.ca.gov/services/Pages/Peer-Support-Services.aspx>).

Para saber más sobre la Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal, visite el sitio de internet de CalMHSA ([CAPeerCertification.org](http://CAPeerCertification.org)).

Si tiene alguna pregunta sobre la certificación en general o sobre el examen de participación, escriba un correo electrónico a [peercertification@calmhsa.org](mailto:peercertification@calmhsa.org).

Si tiene alguna pregunta sobre el proceso de apelaciones y adaptaciones, escriba un correo electrónico a [peercertification@calmhsa.org](mailto:peercertification@calmhsa.org).

Para inscribirse para el Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal, una vez haya sido aprobada su solicitud, visite la página de Internet de Pearson VUE [insertar enlace a página inicial de inscripción].

Para cuestiones o problemas técnicos, ya sea antes o durante la prueba, contacte a Pearson VUE [insertar información de contacto]



CAPeerCertification.org



Correo electrónico:  
peercertification@calmhsa.org