

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







October 2026

CalMHSA
California Mental Health Services Authority

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

Preparado por:

HumRRO
HUMAN RESOURCES RESEARCH ORGANIZATION

Derechos de Autor © 2022, 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 come 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

Atentamente,

CalMHSA
California Mental Health Services Authority

Autoridad de Servicios de Salud Mental de California

Índice

Introducción y Propósito 5

Aspectos Básicos Sobre los Especialistas en Apoyo entre Pares 6

Contenido del Examen 8

Plan de Examen 11

Buenas Prácticas Para Preparase Para El Examen 16

Como Cambiar La Fecha, Cancelar O Si No Te Presentas Al Examen 16

Acomodación Razonable 17

Detalles de Administración Del Examen 18

Técnicas de Estudio Recomendadas 19

Consejos para Responder a Preguntas de Opción Múltiple 21

Ansiedad Ante los Exámenes 22

Glosario 23

Práctica de Preguntas del Examen 26

Clave de Respuestas 33

Información de Contacto de CalMHSA 41

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 con precisión el trabajo de un Especialista en Apoyo entre Pares, HumRRO llevó a cabo una encuesta de análisis de tareas laborales para determinar qué conocimientos y habilidades laborales son fundamentales para el trabajo. El equipo ejecutivo de CalMHSA envió anuncios con el enlace de la encuesta, invitando a personas, partes interesadas, miembros de la comunidad y organizaciones relevantes a participar en la encuesta. Gracias a la participación de expertos en la materia procedentes de distintos lugares y con distintas funciones, obtuvimos una perspectiva diversa, lo que dio como resultado una imagen completa del puesto de trabajo.

Más de 1.486 participantes accedieron a la encuesta para valorar los conocimientos y las competencias laborales. De los participantes, aproximadamente 694 (47%) encuestas fueron completadas y utilizadas en el análisis final.

Los participantes en la encuesta representaban diversas perspectivas y procedencias. Todos los participantes eran mayores de 18 años. La identidad de género incluía puntos de vista cisgénero y no cisgénero. La composición demográfica incluía a personas de raza blanca, hispanos o latinos, negros o afroamericanos, asiáticos, indios americanos o nativos de Alaska y personas que se identificaban a sí mismas como de origen racial o étnico. Los participantes hablaban principalmente inglés, español y chino, aunque también estaban representados otros idiomas. Los participantes tenían distintos niveles educativos, desde algunos estudios secundarios hasta títulos profesionales. Algunos participantes, aunque no todos, tenían experiencia como compañeros de apoyo. Por último, los participantes indicaron haber trabajado con diferentes grupos de población, como personas sin hogar, niños y comunidades LGBTQIA+, así como en servicios de crisis.

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

1. Conceptos de esperanza, recuperación y bienestar.
2. El rol de la defensa del paciente
3. El rol 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 basada en el trauma.
7. Habilidades de facilitación de grupos.
8. Autoconsciencia y autocuidado.
9. Trastornos concurrentes de salud mental y consumo de sustancias.
10. Resolución de conflictos.
11. Límites profesionales y ética.
12. Preparación para las oportunidades de empleo, incluidas las habilidades de estudio y toma de exámenes, preparación de solicitudes y currículos, entrevistas y otros requisitos potenciales para el empleo..
13. Seguridad y planificación de crisis.
14. Navegación y referencia a otros servicios.
15. Habilidades y estándares de documentación..
16. Confidencialidad.
17. Competencia digital.

Contenido del Examen

El Examen de Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal es una prueba de opción 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 detallan con más detalle en el **Plan de Examen:**



- **Responsabilidades Administrativas**

  Ejemplos de información: Capacidad de conservar historiales de salud, cumplir las normas profesionales, mantener la confidencialidad, colaborar con otras personas y tener conocimientos básicos de uso de computadoras.

- **Fundamentos de Salud del Conductual**

  Ejemplos de información: Conocimiento de trastornos de salud mental y de consumo de sustancias y sus tratamientos asociados y enfoques de recuperación, conocimiento de enfoques de recuperación mutua y técnicas para apoyar la recuperación y el bienestar.

- **Habilidades Sociales**

  Ejemplos de información: Escucha activa, empatía, comunicación de la experiencia vivida, 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 anti-estigma centrado en la persona, entrenamiento, estrategias de adaptación efectivas.

- **Defensa del Paciente**

  Ejemplos de información: Promoción de la autodefensa, habilidades de empoderamiento, estigmas, canales formales para la defense del paciente/consumidor.

- **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 **Plan 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 psicométrica 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: 1) comprensión/recuerdo, 2) aplicación, y 3) análisis.

- **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.
    - Preguntas de comprensión/recuerdo: Estas preguntas contienen solo una frase
    - Ejemplo: ¿Que es un especialista de apoyo entre pares?
- **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.
    - **Preguntas de aplicación**: Estas preguntas contienen una frase que proporciona el contexto, y a continuación la pregunta. Por tanto, hay un total de dos frases en este tipo de pregunta del examen.

      Ejemplo: Un consumidor[1] 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 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.

[1]La definición de “consumidor” se incluye en el **Glosario**.

Plan de Examen

1. Responsabilidades administrativas (9,9%)	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
1.2. Mantener los estándares y límites profesionales observando las pautas establecidas por la agencia que representa.	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
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
1.5. Participar en reuniones de personal de la agencia, capacitación, supervisión individual / grupal, reuniones de coordinación de atención y otras reuniones profesionales relevantes.	1
1.6. 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
Subtotal	**10**

2. Fundamentos de salud conductual (11,6%)	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 Conocimiento de los desafíos del uso de sustancias y las opciones de tratamiento disponibles a lo largo de la vida.	3
2.3. Estar familiarizado con los enfoques y técnicas de resiliencia, recuperación y bienestar específicos para personas con necesidades de salud mental.	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
Subtotal	**11**

3. Habilidades interpersonales (16,9%)	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
3.2. Usar la empatía para reconocer las experiencias, percepciones y cosmovisión únicas del individuo.	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
3.4. Utilice la experiencia vivida con la recuperación para participar, modelar y demostrar que las personas pueden lograr resiliencia y bienestar.	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
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
3.7. Trabajar eficazmente con personas de diversos orígenes, siendo respetuosos y receptivos a sus creencias y prácticas culturales.	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
3.9. Modelar una relación equitativa de dar y recibir entre el individuo y el Trabajador de Apoyo entre Pares.	1
Subtotal	**17**

4. Apoyo a la recuperación (15,0%)	Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)
4.1. Conocimiento de los modelos de movimiento de recuperación de pares, consumidores y miembros de la familia y/o reducción de daños.	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
4.3. Conocimiento de los modelos tradicionales de salud conductual y reducción de daños.	1
4.4 Introducir y explorar las opciones de lenguaje des estigmatizante centradas en la persona.	2
4.5. Proporcionar orientación, entrenamiento y apoyo consensuados, individualizados y continuos para garantizar la autodeterminación de las personas.	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
4.7. Ayudar a las personas a identificar sus intereses personales, metas, fortalezas y barreras para el bienestar.	2
4.8. Ayudar a las personas a intercambiar ideas sobre estrategias y soluciones de resolución de problemas para superar las barreras.	1
4.9. Ayudar a las personas a cultivar habilidades de resolución de problemas para tomar decisiones informadas e independientes.	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
4.11. Proporcionar a las personas herramientas o conocimientos para apoyar una perspectiva autodirigida en colaboración con otros proveedores de servicios.	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
Subtotal	**15**

5. Defensa del paciente (12,1%)	Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)
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
5.2. 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
5.3. Utilizar canales formales para la defensa por los derechos del individuo a los servicios.	2
Subtotal	**12**

6. Inclusión comunitaria (9,6%)	Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)
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
6.2. Ayudar a las personas a aumentar las redes de apoyo social de familiares, amigos y / o personas significativas.	2
6.3. Ayudar a las personas a desarrollar habilidades interpersonales y sociales para involucrar a la comunidad y los recursos profesionales.	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
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
Subtotal	**10**

7. Conexión de recursos (12,7%)	Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)
7.1. Ayudar a las personas a acceder a servicios y recursos comunitarios, incluidos los beneficios de servicios sociales (por ejemplo, Medicaid, asistencia pública y vivienda).	4
7.2. Compartir recursos comunitarios para los desafíos de salud mental y uso de sustancias.	2
7.3. Visite los recursos de la comunidad con las personas para ayudarlas a familiarizarse con las oportunidades potenciales.	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
Subtotal	**13**

8. Manejo de crisis (12,1%)	Artículos por Conocimiento y Habilidades (KSA)
8.1. Identificar los recursos comunitarios a los que las personas pueden recurrir para obtener ayuda inmediata en una crisis de salud conductual.	3
8.2. Ayudar a las personas a desarrollar una estrategia avanzada para planificar y manejar las crisis de salud conductual.	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
8.4. Proporcionar aliento y apoyo continuo a las personas a través de la resolución de la crisis de salud conductual.	4
Subtotal	**12**

Buenas Prácticas Para Preparase Para El Examen

REQUISITOS DE ELEGIBILIDAD E INSCRIPCIÓN

El Examen de Certificación para Especialistas en Apoyo entre Pares de Medi-Cal (Medi-Cal Peer Support Specialist Certification Exam) es administrado exclusivamente por CalMHSA. Los requisitos para presentar el examen fueron establecidos por el Departamento de Servicios de Salud (Department of Health Care Services). Los procesos de registro 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 Que tu solicitud sea aprobada, recibirás información de CalMSA sobre como programar tu examen de certificación. El examen es supervisado por una entidad externa llamada Pearson VUE. Puedes tomar el examen en línea con supervisión en vivo o en persona en los centros locales autorizados en California. Para obtener más información sobre el proceso, visita el sitio web de certificación de CalMHSA.

Como Cambiar La Fecha, Cancelar O Si No Te Presentas Al Examen

Candidatos son responsables de cambiar la fecha o cancelar la cita para el examen. Deben realizar cualquier cambio o cancelación **ANTES** de la fecha y hora programadas para tu examen.

- Si tomas el examen en línea, puedes cambiar la fecha o cancelar tu cita **hasta una hora** antes de la hora programada.
- Si tomas el examen en un centro en persona, puedes cambiar la fecha o cancelar tu cita **hasta 48 horas** antes de la hora programada.
- Si no cambias la fecha ni cancelas tu cita de acuerdo con estas pólizas, o si no te presentas al examen, perderás el pago que realizaste para el examen.

Nota importante: Para obtener más información sobre como cambiar la fecha, cancelar tu cita o que sucede so no te presentas, Visita el sitio web de certificación de CalMHSA. para realizar el examen, los candidatos deberán presentar un documento de identidad válido, expedido por el gobierno, con fotografía. Los candidatos que no presenten un documento de identidad válido no podrán tomar el examen, se considerará que no se han presentado y perderán el derecho a las tarifas del examen.

Para Cambiar O cancelar su examen en Línea

1. Inicie sesión en el portal de exámenes: con él ID de usuario y la contraseña que creo al configurar su perfil.
2. Seleccione el examen de certificación de Especialista en Apoyo entre Pares de Medi-Cal (*Medi-cal Peer Support Specialist Certification Exam*).
3. Seleccione el enlace “Cambiar O Cancelar” (Reschedule or cancel)
4. Siga los pasos para cambiar el examen o confirmar su cancelación.
5. Asegúrese de revisar sus selecciones y Haga clic en “confirmar Cambio de fecha o cancelación” (Confirm Reschedule or cancellation) en el último paso.

6. Revise su correo electrónico para recibir la confirmación de su nueva cita o la confirmación de la cancelación.
   Nota: Si no recibe un correo electrónico de confirmación, significa que su cita para el examen no se ha sido cambiado o cancelado.

Cambiar o cancelar por teléfono

Llame al 1-888-536-1460, Opción 8.
Horario de atención: Lunes – A Viernes, 7:00 a.m.–7:00 p.m. hora central de los Estados Unidos

Importante: Para tomar el examen, los candidatos deben mostrar una identificación valida con fotografía, emitida por el gobierno. Los candidatos que no presenten una identificación valida no podrán tomar el examen, serán considerados como ausentes (no-show) perderán el pago que realizaste para el examen.

Para obtener más información sobre como cambiar, cancelar o que sucede si no se presenta al examen, visite el sitio web de certificación de CalMHSA.

Acomodación Razonable

Los candidatos pueden solicitar adaptaciones razonables para realizar el examen de certificación. Los candidatos deben presentar un formulario de solicitud de adaptaciones razonables completado por su profesional médico. CalMHSA aprueba las adaptaciones razonables para realizar el examen de certificación tras evaluar cada caso individualmente. CalMHSA tiene un plazo de proceso de 30 días para evaluar las solicitudes. Además, asegúrese de consultar la lista de “Ayudas para la comodidad” (Comfort Aid List) para conocer recursos adicionales que no requieren una solicitud previa.

Obtenga más información sobre las solicitudes de adaptaciones razonables en la página web de certificación de 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 opción 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 a través de Pearson Vue. El examen de certificación está disponible en línea y en persona en los centros de examen locales de California.
El examen permanecerá abierto y accesible durante todo el año.

Se requiere una identificación válida emitida por el gobierno que coincida con el nombre y apellido de su solicitud de certificación para tomar el examen.

Para el examen en línea, asegúrese de comprobar su sistema informático antes de la fecha del examen para asegurarse de que su computadora y su sistema operativo son compatibles con los requisitos de Pearson Vue.

Obtenga más información sobre la administración del examen en el sitio web de certificación CalMHSA.

Tenga en cuenta que cualquier intento de hacer trampa o fraude durante el examen se considerará una infracción grave y dará lugar a la anulación del examen. Los candidatos que hagan o que traten de hacer fraude pueden ser sancionados. Obtenga más información sobre el Código de Ética para Especialistas de Apoyo entre Pares de Medi-Cal y las guías de infracción en el sitio web de certificación de CalMHSA.

Cualquier violación de la seguridad del examen por intentos de comprometer la integridad del examen resultará en la prohibición permanente de la solicitud para la certificación de Especialista en Apoyo de Pares de Medi-Cal.

CALIFICACIÓN

Determinación de calificación aprobatoria

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

Las calificaciones para aprobar el examen de certificación de Especialista en Apoyo de Pares de Medi-Cal se establecieron mediante un proceso denominado establecimiento de normas. Durante la definición de estándares, un panel de expertos en la materia (SME, por sus siglas en inglés) que trabajan en el campo del apoyo entre pares determinó el nivel de conocimientos que un candidato debe demostrar para aprobar el examen. Este nivel de conocimientos se denomina calificación mínima. Todos los candidatos que alcancen o superen la calificación mínima del examen obtendrán una nota de aprobado. En cada examen hay preguntas piloto. Las preguntas piloto no influyen en la calificación final ni en la condición de aprobado/no aprobado. No se identifican de manera única en los exámenes y aparecen al azar. CalMHSA utiliza las preguntas piloto para probar los elementos recién escritos para asegurar la calidad de los exámenes futuros y proporciona verificación de que las preguntas son relevantes para la competencia.

Recepción de la Resultados

Por lo general, tras completar el examen, los candidatos reciben un resultado automático en la pantalla del computador ("Aprobado" o "No aprobado"). Además, los candidatos recibirán un informe del candidato con información sobre su rendimiento en cada una de las ocho áreas de interés del examen. El informe del candidato también está accesible en su cuenta de cliente de Pearson VUE y puede consultarse en cualquier momento.

Política sobre Repetición del Examen

Los candidatos interesados en volver a tomar un examen pueden hacerlo presentando una nueva solicitud y las tarifas aplicables en el sitio web de certificación de CalMHSA después del examen. Aunque no hay período de espera para presentar una solicitud de repetición de examen, hay un período de procesamiento para que CalMHSA reciba los resultados del examen y actualice su base de datos. CalMHSA recomienda esperar de 7 a 14 días después de tomar el examen para presentar la solicitud. Los candidatos deben ingresar a su solicitud en el sitio web de certificación de CalMHSA, pagar la tarifa de repetición y someter la solicitud. A los candidatos se les permite intentar el examen un total de tres veces durante el período de aprobación de la solicitud de certificación de 12 meses.

Proceso de Apelaciones

Si usted no está de acuerdo con su resultado, tendrá la oportunidad de apelar. Para información sobre cómo presentar una apelación, por favor, póngase en contacto con nosotros por correo electrónico a peercertification@calmhsa.org.

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

Manejo del 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 manejo del tiempo:

- Utilizar un calendario y marcar en él la fecha del examen
- Utilizar un reloj para marcar las sesiones de estudio y descansos

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 estudio para no perder de vista el concepto
- 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 basura).
- Para los candidatos interesados en realizar el examen a través de la plataforma en línea, asegúrese de ver un breve vídeo sobre qué esperar.
- Para los candidatos interesados en realizar el examen en un centro de pruebas presencial, asegúrese de ver la información de revisión sobre qué esperar.
- Revise las políticas y procedimientos detallados de Pearson Vue para los examinadores.
- Prepárate mentalmente para el examen. Visualízate tranquilo y sereno durante el examen.
- Confía en que lo harás bien. Mantén la calma y evita presionarte demasiado. Un poco de ansiedad es normal, pero si te sientes abrumado y ansioso, tu rendimiento en el examen puede verse afectado. Concéntrese en hacerlo lo mejor posible.
- Si es necesario, utiliza técnicas de relajación para calmarte. Por ejemplo, respire lenta y profundamente varias veces o estírese para relajarse.

LEER PREGUNTAS DEL EXAMEN Y ELEGIR LAS 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: **1)** comprensión/recuerdo, **2)** aplicación, y **3)** 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 Opción 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 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 Ante los Exámenes

La ansiedad ante los exámenes es una experiencia común caracterizada por sentimientos de preocupación, miedo o aprensión antes o durante los exámenes. Puede manifestarse con síntomas físicos como aumento del ritmo cardíaco, sudor y dificultad de concentración, lo que afecta negativamente al resultado y al bienestar general. Para combatir la ansiedad ante los exámenes, los candidatos pueden emplear diversas estrategias. En primer lugar, practicar técnicas de relajación como la respiración profunda, la relajación muscular progresiva o la meditación de atención plena puede ayudar a aliviar el estrés y promover una sensación de calma. Además, adoptar hábitos de estudio eficaces, como dividir el material de estudio en partes manejables, utilizar dispositivos mnemotécnicos y practicar el recuerdo activo, puede aumentar la confianza y reducir la ansiedad al mejorar la preparación. Buscar el apoyo de otras personas, como profesores, mentores, consejeros o profesionales de la salud mental, también puede proporcionar una tranquilidad y una orientación valiosas. Por último, mantener un estilo de vida equilibrado con un descanso adecuado, ejercicio regular y una nutrición sana puede contribuir a la resiliencia general y a un mejor control del estrés, ayudando a las personas a superar la ansiedad ante los exámenes de forma más eficaz.

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.

Atención basada en el trauma: cuidado que mantiene la conciencia del impacto que las experiencias traumáticas pueden tener sobre una persona, y la influencia que el trauma podría tener en las decisiones de vida.

Autodefensa: la capacidad de un individuo para comunicar, transmitir, negociar o afirmar de manera efectiva sus propios intereses, deseos, necesidades y derechos; implica tomar decisiones informadas y asumir la responsabilidad de esas decisiones.

Autoridad de Servicios de Salud Mental de California (C*alifornia 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 continua 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.

D

Defensa del paciente: proporcionar a pacientes y cuidadores el apoyo y la educación que necesitan para tomar decisiones informadas sobre su asistencia médica. Los defensores actúan como aliados, asegurándose de que las personas se sientan apoyadas y guiadas, haciendo que su experiencia dentro del sistema de salud sea lo más sencilla y positiva posible.

E

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

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 de Apoyo entre Pares: (Especialista en Apoyo Mutuo o de Compañeros) 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.

Especialista en Apoyo entre Pares de Medi-Cal: personade 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).

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 (termino 6/30/2023).

R

Renovación: cumplir los requisitos establecidos en esta política para que la persona renueve la Certificación de Especialista de Apoyo entre Pares de Medi-Cal. La renovación 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 Apropiados: 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. Después de contestarlas, compruebe sus respuestas con la clave de respuestas. Los porcentajes en cada área de enfoque indican el porcentaje de preguntas en el examen.

Responsabilidades administrativas (10%)

1. Un consumidor expresa que quiere ofrecer un regalo al Especialista de Apoyo entre Pares para mostrar su agradecimiento por la ayuda que ha recibido. ¿Cómo respondería el Especialista?

   A. Aceptar el regalo del consumidor si el artículo comprado es inferior a 25 dólares.
   B. Pedir al consumidor que considere la posibilidad de hacer una donación a una organización benéfica pertinente.
   C. Agradezca al consumidor su consideración antes de rechazar el regalo.
   D. Dígale al consumidor que es innecesario ya que sólo está haciendo su trabajo.

2. Un Especialista en Apoyo entre Pares se reúne con el equipo de atención de un consumidor para hablar sobre el incumplimiento por parte del consumidor de sus objetivos de tratamiento. ¿Qué medidas tomaría el Especialista para apoyar al consumidor?

   A. Proporcionar al equipo de atención información sobre los pasos que ha dado el consumidor desde la última reunión del equipo.
   B. Asistir a la reunión sin contribuir a la conversación, ya que no hay ningún informe del apoyo entre pares.
   C. Pregunte a cada miembro del equipo de atención qué ha estado haciendo para ayudar al consumidor a alcanzar sus objetivos.
   D. Tome notas detalladas para transmitir los comentarios al consumidor durante la próxima sesión de apoyo entre pares.

3. Un Especialista en Apoyo entre Pares toma notas a mano durante una cita con un consumidor. Si el Especialista no puede ingresar las notas en el expediente electrónico del consumidor de inmediato, ¿cómo debe proceder?

   A. A. Archivar las notas en un cajón cerrado con llave para recuperarlas e ingresarlas más tarde.
   B. B. Dar vuelta las notas para que el contenido no sea visible.
   C. C. Pedir a otro compañero que ingrese las notas por ellos.

4. Un consumidor cree que su dieta puede tener un impacto negativo en su salud mental. ¿Qué puede hacer el Especialista en Apoyo Entre Pares para ayudar?

   A. Pregunte al consumidor sobre su interés en acudir a un nutricionista para una evaluación.
   B. Recomendar al consumidor que empiece a tomar un multivitamínico diario.
   C. Educar al consumidor sobre una buena nutrición y hábitos culinarios saludables.

Fundamentos de la salud conductual (11%)

5. ¿Cuál es el objetivo del modelo de reducción de daños para los problemas de consumo de sustancias?

   A. Disminución de la frecuencia de exposición al sistema judicial y de encarcelamiento.
   B. Disminución del riesgo de sobredosis y mejora del acceso a los sistemas de atención.
   C. Mejorar el contacto con la comunidad y la creación de relaciones.
   D. Aumento de la autoevaluación de la confianza y la autoestima.

6. Un consumidor con un historial de depresión le dice al Especialista de Apoyo entre Pares que está comenzando a sentir síntomas de un episodio depresivo inminente. ¿Qué medidas tomaría el Especialista para ayudar al consumidor?

   A. Aconsejar al consumidor que hable con su médico.
   B. Compartir qué medicamentos para la depresión funcionaron para el Especialista.
   C. Llamar a la familia del consumidor para obtener apoyo adicional.
   D. Pedir al consumidor que piense qué puede estar causando que se sienta así.

7. Un compañero, que ha estado en varios centros de tratamiento por consumo de sustancias, pregunta a su Especialista de Apoyo entre Pares si un programa específico funcionó para él. ¿Cuál es la respuesta adecuada que debe dar el Especialista?

   A. Hablarle al compañero sobre Narcóticos Anónimos, ya que es la única manera de mantenerse sobrio en su viaje de bienestar.
   B. Compartir lo que funcionó para el Especialista en Apoyo de Pares, y a la vez mencionar que hay múltiples caminos hacia la recuperación.
   C. Preguntar cuál es su sustancia preferida para que el Especialista de Apoyo entre Pares pueda decidir qué centro sería el mejor.

8. Un consumidor con antecedentes de trastorno por consumo de sustancias ha sido dado de alta del tratamiento y actualmente reside en un hogar de vida sobria. El consumidor informa que sus compañeros de cuarto consumen drogas. ¿Qué medidas debe tomar el Especialista en Apoyo Entre Pares para ayudar al consumidor?

   A. Notificar al propietario de la vivienda sobre el consumo continuado de sustancias por parte de los compañeros de habitación.
   B. Aconsejar al consumidor que tenga conversaciones con cada compañero de habitación para abordar el problema.
   C. Explorar varias opciones de arreglos de vivienda con el consumidor para garantizar su seguridad y sobriedad.

Habilidades interpersonales (17%)

9. Un consumidor ha pasado las últimas semanas bromeando y no se toma en serio al grupo. ¿Cómo apoyaría al consumidor el Especialista en Apoyo entre Pares?

   A. Dígale al consumidor que esto no es cosa de risa.
   B. Solicitar ser reasignado a un consumidor diferente.
   C. Motivar al consumidor a buscar una profesión como comediante.
   D. Continúe concentrándose en los objetivos de recuperación del consumidor.

10. Un consumidor explica que en su cultura es tabú que alguien comparta sus luchas con los miembros de su familia. ¿Cómo apoyaría al consumidor el Especialista en Apoyo entre Pares?

    A. Pídale a un Especialista en Apoyo entre Pares de la misma cultura del consumidor que le dé consejos.
    B. Represente o actúe con el consumidor las maneras en que puede presentar el tema a sus seres queridos.
    C. Dígale al consumidor que revele sus sentimientos sin importarle cómo piense que reaccionen los demás.
    D. Comparta un momento en que el Especialista de Apoyo entre Pares tuvo una conversación incómoda con un ser querido.

11. Un Especialista en Apoyo entre Pares trabaja en una unidad psiquiátrica de hospitalización. ¿Cuál es el propósito de que un Especialista de Apoyo entre Pares revele su experiencia de vida a un consumidor en este ambiente?

    A. Normalizar sus síntomas.
    B. Animar la conformidad.
    C. Inspirar esperanza y posibilidades.

12. El consumidor revela un trauma pasado durante su admisión y solicita asistencia de salud mental. ¿Cómo debe responder el Especialista en Apoyo entre Pares?

    A. Reconozca su valentía al compartir abiertamente para comprender mejor las necesidades.
    B. Documentar la información compartida y seguir los procedimientos obligatorios de notificación.
    C. Continúe el proceso de admisión y comunique la información al miembro apropiado del equipo de tratamiento.

Apoyo a la recuperación (15%)

13. Un consumidor se siente frustrado porque varios proveedores de servicios diferentes no se comunican bien cuando se trata de su atención. ¿Cómo puede el Especialista en Apoyo Entre Pares apoyar a este consumidor?

    A. Animar al consumidor a solicitar una reunión de equipo para que todo el personal pueda conectarse.
    B. Asegurar al consumidor que esta falta de comunicación ocurre todo el tiempo.
    C. Aconsejar al consumidor que cambie de terapeuta y psiquiatra.
    D. Escribir una queja formal a la administración en nombre del consumidor.

14. Un consumidor le dice a un Especialista de Apoyo entre Pares que tiene mucho estrés situacional que no es resultado de su diagnóstico. ¿Qué medidas tomaría el Especialista para apoyar al consumidor?

    A. Decirle al consumidor que sus sentimientos son normales y que no debe preocuparse.
    B. Ayudar al consumidor a preparar un plan de bienestar que atienda a sus preocupaciones.
    C. Aconsejar al consumidor sobre opciones de medicación más fuertes para la ansiedad.
    D. Llevar al consumidor a una reunión de 12 pasos para apoyar su bienestar general.

15. Un usuario ha decidido posponer la atención de salud mental hasta que esté preparado para abandonar el consumo de sustancias intravenosas. ¿Cómo puede el Especialista en Apoyo entre Pares responder de manera que promueva la reducción de daños?

    A. Animar al consumidor a asistir a grupos de apoyo para la abstinencia completa de sustancias.
    B. Comparta una lista de organizaciones que ofrecen agujas y jeringas limpias a las personas que consumen sustancias.
    C. Desarrollar un plan con el consumidor que atienda los problemas de salud mental en lugar de los de consumo de sustancias.

16. Un nuevo Especialista en Apoyo entre Pares desea comprender mejor cómo el apoyo mutuo puede contribuir al bienestar y la recuperación de un consumidor. Tiene curiosidad por conocer los diversos enfoques utilizados para capacitar a los consumidores a tomar decisiones sobre su propia vida. ¿Cuál es la importancia de estos enfoques?

    A. Persuadir a los consumidores para que tomen decisiones de vida saludables.
    B. Enfocarse en prescribir acciones específicas a los consumidores.
    C. Promover la capacidad de los consumidores para crear sus propias soluciones informadas.

Defensa del Paciente (12%)

17. Un Especialista en Apoyo entre Pares está trabajando con un consumidor con una enfermedad mental que ha estado en tratamiento hospitalario durante varios meses. Antes de una reunión del

equipo de tratamiento, el consumidor le dice al Especialista: "Ni siquiera sé por qué voy. Me van a dejar aquí de todos modos". ¿Qué medida tomaría el especialista para motivar la autodefensa?

A. Utilizar la insatisfacción del consumidor con su situación actual como estímulo para formular un mejor plan de recuperación.
B. Modelar una acción eficaz compartiendo un momento en el que el Especialista de Apoyo entre Pares comunicó asertivamente sus propias necesidades y deseos.
C. Ayudar al consumidor durante la reunión del equipo de tratamiento defendiendo directamente en su nombre ante los miembros del equipo.
D. Educar al consumidor sobre por qué los proveedores de atención médica del equipo de tratamiento pueden tener perspectivas diferentes.

18. Un consumidor dice que no le dieron trabajo debido a su discapacidad. ¿Qué medidas debe tomar el Especialista en Apoyo Mutuo?

A. Informar al consumidor sobre las leyes estatales en materia de discapacidad antes de recomendarle una agencia de defensa.
B. Llamar a las autoridades, ya que se acaba de producir una violación de los derechos humanos.
C. Aconsejarle que solicite trabajo en otro lugar que esté más cerca de su oficina.
D. Organice un boicot al establecimiento y cuénteles a sus amigos.

19. Un consumidor desea compartir su experiencia de recuperación, pero reconoce que el auto estigma se lo impide. ¿Cómo apoyaría al consumidor el Especialista en Apoyo entre Pares?

A. Redirigir la conversación hacia un tema que sea más cómodo para el consumidor.
B. Compartir abiertamente su propia experiencia con el permiso del consumidor.
C. Animar al consumidor a que comparte su experiencia a pesar de sus preocupaciones.

20. Un consumidor busca ayuda para combatir el estigma a través de la autodefensa. ¿Qué medidas tomaría el Especialista en Apoyo entre Pares?

A. Animar al consumidor a confiar únicamente en los grupos de apoyo para su empoderamiento.
B. Hablar por el consumidor sin involucrarlo en el proceso.
C. Trabajar con el consumidor para que adquiera confianza para hablar por sí mismo.

Inclusión comunitaria (10%)

21. Un consumidor expresó sentirse sobrecargado con los requisitos de su oficial de libertad condicional y los proveedores de servicios. ¿Cómo puede un Especialista de Apoyo entre Pares ayudar al consumidor a navegar las expectativas?

A. Ofrecer una reunión para hablar con los proveedores en nombre del consumidor.

B. Ayudar al consumidor a coordinar una reunión con ambas partes para discutir su punto de vista.
C. Aconsejar al consumidor que utilice un calendario para administrar sus citas.
D. Desarrollar un plan con el consumidor sobre cómo podría manejar múltiples tareas.

22. Un consumidor desea utilizar su experiencia en el manejo de su enfermedad mental para ayudar a otros. ¿Cómo puede el Especialista en Apoyo entre Pares ayudar al consumidor a lograr este objetivo?

A. Ayudar al consumidor por medio del ánimo, la orientación y el apoyo a sus deseos de ayudar a otros.
B. Animar al consumidor a convertirse en orador público para compartir su experiencia.
C. Proporcionar al consumidor una lista de organismos que estarían dispuestos a contar con su presencia.
D. Remitir al consumidor a su proveedor de salud mental para obtener más información.

23. ¿Qué estrategia utilizaría un Especialista en Apoyo Entre Pares para ayudar a un consumidor a que participe en la comunidad?

A. Informar al consumidor que los eventos comunitarios pueden aumentar los niveles de ansiedad de las personas.
B. Defender el consumidor inscribiéndolo para que participe en programas comunitarios.
C. Ofrecer recursos sobre organizaciones comunitarias locales que coincidan con los intereses del consumidor.

24. Un consumidor reporta sentirse solo y pide al Especialista en Apoyo de Pares conexiones en la comunidad. ¿Cómo ayudaría al consumidor el especialista?

A. Ofrecer al consumidor la opinión del especialista sobre las ventajas de estar solo.
B. Compartir con el consumidor la historia del especialista sobre cómo conoció gente nueva.
C. Permitir que el consumidor salga con los amigos del Especialista durante el fin de semana.

Conexión de recursos (13%)

25. ¿Qué acción es una de las principales obligaciones de un Especialista en Apoyo entre Pares en la asistencia a un consumidor en la comunidad?

A. Revisar las finanzas de un consumidor para ayudarle a pagar el seguro.
B. Asesorar a un consumidor en una disputa relacionada con Medi-Cal.
C. Ayudar a un consumidor a acceder a un plan local de salud mental.
D. Discutir con un proveedor la codificación específica para asegurar la cobertura.

26. A un consumidor le gustaría participar en una marcha del vecindario, pero tiene ansiedad por asistir. Cree que la ansiedad no sería un problema si estuviera acompañado por su Especialista de Apoyo entre Pares. ¿Qué medidas tomaría el especialista?

    A. Recomendar al consumidor que practique ejercicios de respiración.
    B. Sugerir al consumidor que se quede en casa para evitar la sobreestimulación.
    C. Informar al consumidor que no vale la pena el esfuerzo del tiempo de las personas.
    D. Participar en la actividad a petición del consumidor.

27. Un consumidor ha estado luchando contra el trastorno por consumo de sustancias y está listo para volverse sobrio. ¿Qué medidas tomaría el Especialista de Apoyo entre Pares para motivar al consumidor?

    A. Compartir que los programas de 12 pasos son ideales para la recuperación.
    B. Aconsejar al consumidor que deje todas las sustancias inmediatamente.
    C. Ofrecer al consumidor información sobre los recursos de recuperación disponibles.

28. Un consumidor recibió un aviso de que su Medi-Cal podría ser cancelado porque no respondió a una carta postal en la que se le pedía información adicional. ¿Qué medidas puede tomar el Especialista de Apoyo entre Pares para apoyar al consumidor?

    A. Ayudar al consumidor a completar la información y concertar una cita con los servicios sociales.
    B. Educar al consumidor sobre la importancia de responder a las cartas de las agencias gubernamentales.
    C. Capacitar al consumidor para que se responsabilice personalmente de la pérdida de sus beneficios.

Manejo de crisis (12%)

29. ¿Cuáles son los dos componentes clave de un plan precrisis centrado en la persona?

    A. Una lista de contactos de emergencia y un contrato de no suicidio.
    B. Un documento de directiva anticipada y una lista de programas comunitarios locales.
    C. Una caja de herramientas para el bienestar y una lista de posibles factores de estrés conocidos.
    D. Un historial médico y un plan de adherencia a la medicación.

30. Un consumidor le dice a un Especialista de Apoyo entre Pares que está luchando por crear un plan para manejar futuras crisis de salud conductual. ¿Qué medidas tomaría el Especialista para apoyar al consumidor?

A. **Referir al consumidor a recursos que puedan ayudarlo con su planificación.**
B. **Sugerir al consumidor que visite a su proveedor de atención médica para crear un plan.**
C. **Ayudar al consumidor a formular juntos un plan.**
D. **Crear un plan para el consumidor sin su ayuda.**

31. Un Especialista en Apoyo Entre Pares y un consumidor están elaborando un plan de seguridad. ¿Cuál es la mejor manera de que el especialista ayude al consumidor a crear el plan?

A. **Aconsejar al consumidor que busque un plan en Internet.**
B. **Decirle al consumidor que no es necesario crear un plan.**
C. **Empoderar al consumidor para que contribuya sus propias ideas al plan.**

32. ¿Qué haría el Especialista en Apoyo entre Pares para ayudar al consumidor que está en una crisis de salud conductual?

A. **Llamar a la línea de crisis en presencia del consumidor.**
B. **Decirle al consumidor que se calme y que puede que las cosas no estén tan mal.**
C. **Programar una cita para hablar de sus problemas de salud mental.**

Clave de Respuestas

1. **Respuesta correcta: C**

Dimensión KSA: 1. Responsabilidades administrativas

KSA: 1.2. Mantener los estándares y límites profesionales observando las directivas establecidas por la agencia a la que representa.

Explicación: Esta respuesta se diferencia de las de los detractores por su reconocimiento de las intenciones del consumidor, al tiempo que mantiene las normas descritas en la parte de "Integridad" del Código Ético de los Colegas.

2. **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 pertinentes.

Explicación: La respuesta es correcta, ya que respeta el rol especial de otros miembros del equipo de atención y, al mismo tiempo, defiende adecuadamente al consumidor desde la perspectiva del especialista.

3. **Respuesta correcta: A**

Dimensión KSA: 1. Responsabilidades administrativas

KSA: 1.3. Mantener la confidencialidad relacionada con el tratamiento y los servicios de salud mental y consumo de sustancias, tanto interna como externamente a la agencia.

Explicación: La normativa HIPAA especifica que cualquier nota manuscrita relativa a la salud mental de un consumidor debe mantenerse confidencial. Esta referencia es un ejemplo de la orientación que se da a los Especialistas de Apoyo entre Pares sobre cómo gestionar la confidencialidad en los materiales escritos.

4. Respuesta correcta: A

Dimensión KSA: 4. Responsabilidades administrativas

KSA: 1.4. Colaborar con los miembros del equipo multidisciplinar para coordinar la atención (por ejemplo, servicios de reinserción tras la hospitalización o el encarcelamiento, tratamiento residencial).

Explicación: Los Especialistas en Apoyo entre Pares que trabajan con equipos multidisciplinarios tienen herramientas adicionales a su disposición; pueden trabajar en colaboración con miembros del equipo que tienen otras especializaciones para mejorar los resultados para los consumidores. En esta situación, el consumidor señala una preocupación (dieta/nutrición) que no está dentro del área de especialización del Especialista de Apoyo entre Pares. El Especialista colaboraría entonces con el equipo de tratamiento para remitir al consumidor a su médico de atención primaria para que aborde sus preocupaciones.

5. Respuesta correcta: B

Dimensión KSA: 2. Fundamentos de la salud conductual

KSA: 2.4. Estar familiarizado con los enfoques de recuperación y las 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 de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA), la investigación ha demostrado que un enfoque de reducción de daños para personas con problemas de consumo de sustancias reduce sustancialmente el riesgo de muerte por sobredosis y promueve los vínculos con la atención.

6. Respuesta correcta: A

Dimensión KSA: 2. Fundamentos de la salud conductual

KSA: 2.1. Conocimiento de las enfermedades mentales y de las opciones de tratamiento disponibles a lo largo de la vida.

Explicación: Esta respuesta es correcta ya que dirige al consumidor a hablar con su proveedor de atención médica.

7. Respuesta correcta: B

Dimensión KSA: 2. Fundamentos de la salud conductual

KSA: 2.2 Conocimiento de los obstáculos del consumo de sustancias y de las opciones de tratamiento disponibles a lo largo de la vida.

Explicación: Compartir la experiencia vivida y mencionar que hay múltiples caminos hacia la recuperación es correcto porque el Especialista de Apoyo entre Pares está compartiendo su experiencia personal y no haciendo una elección por el par.

8. Respuesta correcta: C

Dimensión KSA: 2. Fundamentos de la salud conductual

KSA: 2.2 Conocimiento de los desafíos del uso de sustancias y las opciones de tratamiento disponibles a lo largo de la vida.

Explicación: Explorar varias opciones de arreglos de vivienda con el consumidor es la respuesta correcta porque empodera al consumidor y le da la capacidad de decidir por sí mismo.

9. Respuesta correcta: D

Dimensión KSA: 3. Habilidades interpersonales

KSA: 3.5. Practicar la autoconciencia para garantizar que la resistencia y la recuperación del individuo sigan siendo el punto central de la relación de apoyo entre pares.

Explicación: Esta es la mejor opción, ya que vuelve a centrarse en las necesidades y los deseos del consumidor.

10. Respuesta correcta: B

Dimensión KSA: 3. Habilidades interpersonales

KSA: 3.7. Trabajar eficazmente con individuos de diversos orígenes, respetando y respondiendo a sus creencias y prácticas culturales.

Explicación: Esta opción mantiene la relación establecida entre el proveedor de pares y el consumidor, a la vez que proporciona al consumidor estrategias de comunicación autodirigidas para abordar la situación.

11. Respuesta correcta: C

Dimensión KSA: 3. Habilidades interpersonales

KSA: 3.3. Utilizar la auto-revelación efectiva como herramienta para validar la experiencia vivida por el individuo para promover la esperanza, la resiliencia y las estrategias de afrontamiento.

Explicación: Del Código de Ética de Medi-Cal, uno de los códigos de ética es: Compartir la propia experiencia vivida para proporcionar esperanza e inspiración para la recuperación.

12. Respuesta correcta: A

Dimensión KSA: 3. Habilidades interpersonales

KSA: 3.4. Utilizar la experiencia vivida con la recuperación para implicar, modelar y demostrar que las personas pueden alcanzar la resiliencia y el bienestar.

Explicación: Reconocer la valentía de compartir abiertamente es la respuesta correcta porque promueve la resiliencia dentro del proceso de recuperación/bienestar del consumidor.

13. Respuesta correcta: A

Dimensión KSA: 4. Apoyo a la recuperación

KSA: 4.11. Proporcionar a los individuos herramientas o conocimientos para apoyar una perspectiva autodirigida en colaboración con otros proveedores de servicios.

Explicación: Esta opción alienta al consumidor a defender por sí mismo sus necesidades y deseos ante su equipo de atención.

14. 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 utilizar en el escenario.

15. Respuesta correcta: B

Dimensión KSA: 4. Apoyo a la recuperación

KSA: 4.3. Conocimiento de los servicios tradicionales de consumo de sustancias y de los modelos de reducción de daños.

Explicación: Compartir una lista de organizaciones se diferencia de los distractores porque es la única que habla del enfoque de reducción de daños. El compañero ha expresado su reticencia a dejar de fumar y la creencia de que debe abandonar el consumo le frena a seguir otros tratamientos saludables. Como explica SAMHSA, el suministro de agujas y jeringuillas limpias es un componente de la reducción de daños, que puede mantener seguro al consumidor hasta que esté listo para comprometerse con la abstinencia y muestra que su trabajo con el Especialista de Apoyo entre Pares no requiere una sobriedad completa.

16. Respuesta correcta: C

Dimensión KSA: 4. Apoyo a la recuperación

KSA: 4.5. Proporcionar orientación, entrenamiento y apoyo consensuados, individualizados y continuos para garantizar la autodeterminación de las personas.

Explicación: Fomentar la capacidad del consumidor para crear soluciones informadas es la opción correcta, ya que hace hincapié en la importancia de respetar la autonomía de los consumidores y capacitarlos para tomar decisiones informadas sobre sus propias vidas. Promueve la autodeterminación y reconoce que los consumidores son expertos en sus propias experiencias.

17. Respuesta Correcta: B

Dimensión KSA: 5. Defensa del paciente

KSA: 5.1. Promover la autodefensa para ayudar a los individuos a establecer necesidades, metas y objetivos personales como sus puntos focales de rehabilitación, resiliencia, recuperación y bienestar.

Explicación: La respuesta correcta se diferencia de las demás porque está directamente relacionada con la competencia 2 (la función de defensa). Aquí, el especialista entre pares está modelando la autodefensa a través del aprendizaje social al declarar directamente cómo se autodefendió en una situación similar. Esta acción se aborda en la página 10 del Informe de análisis del panorama de la certificación entre pares.

18. Respuesta Correcta: A

Dimensión KSA: 5. Defensa del paciente

KSA: 5.2

Explicación: Es una respuesta correcta porque educar al consumidor en este tema le capacitará para expresar sus preocupaciones adecuadamente.

19. Respuesta Correcta: B

Dimensión KSA: 5. Defensa del paciente

KSA: 5.2. Ayudar a las personas a desarrollar habilidades de empoderamiento y a combatir el estigma (es decir, público, estructural y propio) a través de la autodefensa.

Explicación: Compartir la experiencia vivida es correcto porque se ha descubierto que compartir abiertamente la propia experiencia vivida ayuda a reducir el estigma en torno a la salud mental. Al revelar los desafíos personales que el Especialista en Apoyo entre Pares ha superado, el consumidor puede escuchar y relatar su propia recuperación. Este enfoque reconoce que el consumidor puede beneficiarse de la reciprocidad creada por el Especialista y ayuda a combatir el estigma interiorizado.

20. Respuesta Correcta: C

Dimensión KSA: 5. Defensa del paciente

KSA: 5.2. Ayudar a las personas a desarrollar habilidades de empoderamiento y a combatir el estigma (es decir, público, estructural y propio) mediante la autodefensa.

Explicación: Trabajar con el consumidor para desarrollar su confianza es correcto porque colaborar con el cliente para identificar sus derechos, desarrollar habilidades de autoafirmación y crear un plan de autodefensa individualizado está en concordancia con los principios del apoyo entre pares. Capacita al cliente para que comprenda sus derechos, desarrolle sus habilidades de autoafirmación y asuma la responsabilidad de su viaje de autodefensa.

21. Respuesta Correcta: B

Dimensión KSA: 6. Inclusión de la comunidad

KSA: 6.4. Servir de enlace para la colaboración con las personas, el personal de la agencia, la familia, los amigos, los socios de la comunidad y otras partes interesadas relevantes (por ejemplo, políticos, coaliciones y grupos de intereses especiales).

Explicación: Esta opción promueve el apoyo al consumidor para que defienda por sí mismo sus necesidades y deseos con su equipo de atención.

22. Respuesta Correcta: A

Dimensión KSA: 6. Inclusión de la comunidad

KSA: 6.5. Capacitar a las personas para que aprovechen las oportunidades a distintos niveles de participación en actividades basadas en la comunidad (p. ej., trabajo, escuela, relaciones, grupos de defensa, actividad física, pasatiempos autodirigidos, voluntariado, etc.).

Explicación: Esta opción es correcta porque alienta y respalda el objetivo expresado por el beneficiario, a la vez que ofrece diversas vías para alcanzarlo.

23. Respuesta Correcta: C

Dimensión KSA: 6. Inclusión de la comunidad

KSA: 6.1. Utilizar prácticas de apoyo entre pares para aumentar las redes sociales, profundizar en las relaciones sociales y cultivar un papel significativo para las personas.

Explicación: Proporcionar recursos es la respuesta correcta porque una de las competencias básicas de los especialistas en apoyo entre pares es compartir información/recursos con el consumidor para que éste pueda explorar por su cuenta como parte de la iniciativa de autodefensa.

24. Respuesta Correcta: B

Dimensión KSA: 6. Inclusión de la comunidad

KSA: 6.1. Utilizar prácticas de apoyo entre pares para aumentar las redes sociales, profundizar en las relaciones sociales y cultivar un papel significativo para las personas.

Explicación: Compartir su historia es correcto porque, según la Categoría III de las Competencias Básicas, los Especialistas de Apoyo pueden proporcionar apoyo a través de sus historias personales.

25. Respuesta Correcta: C

Dimensión KSA: 7. Conexión de recursos

KSA: 7.1. Ayudar a las personas a acceder a los servicios y recursos de la comunidad, incluidas las prestaciones de servicios sociales (por ejemplo, Medicaid, asistencia pública y vivienda).

Explicación: Esta opción es un enunciado parcial de la Competencia 7.1 relativa a la conexión de recursos y es la única opción correcta.

26. Respuesta Correcta: D

Dimensión KSA: 7. Conexión de recursos

KSA: 7.1. Ayudar a las personas a acceder a los servicios y recursos comunitarios, incluidas las prestaciones de servicios sociales (por ejemplo, Medicaid, asistencia pública y vivienda).

Explicación: Participa en actividades comunitarias con compañeros cuando se le solicita.

27. Respuesta Correcta: C

Dimensión KSA: 7. Conexión de recursos

KSA: 7.2. Compartir recursos comunitarios para problemas de salud mental y consumo de sustancias.

Explicación: El compañero de apoyo no es médico y, por lo tanto, no puede aconsejar adecuadamente al consumidor que deje de consumir. Aunque compartir la experiencia vivida puede ser útil, el compañero de apoyo no debe disuadir al consumidor de probar un programa de 12 pasos u otro programa del que pueda beneficiarse. La mejor respuesta es proporcionar al consumidor los recursos disponibles para abordar sus necesidades y dejar de consumir de forma segura.

28. Respuesta Correcta: A

Dimensión KSA: 7. Conexión de recursos

KSA: 7.1. Ayudar a las personas a acceder a los servicios y recursos comunitarios, incluidas las prestaciones de servicios sociales (por ejemplo, Medicaid, asistencia pública y vivienda).

Explicación: Ayudar al beneficiario a completar la información es correcto porque lo ayuda a cumplir su objetivo a través de la conexión con la agencia comunitaria. Educar al beneficiario sobre la importancia de responder a las cartas es incorrecto porque educarlo no lo ayuda a cumplir el objetivo de mantener sus beneficios. Capacitar al consumidor para que asuma su responsabilidad es incorrecto porque no aborda el problema en cuestión.

29. Respuesta Correcta: C

Dimensión KSA: 8. Manejo de crisis

KSA: 8.2. Ayudar a las personas a desarrollar una estrategia avanzada para planificar y gestionar las crisis de salud conductual.

Explicación: Un plan previo a una crisis siempre se basará en la autoobservación e incluirá apoyos que puedan ayudar al consumidor cuando empiece a sentirse mal.

30. Respuesta Correcta: C

Dimensión KSA: 8. Manejo de crisis

KSA: 8.2. Ayudar a las personas a desarrollar una estrategia avanzada para planificar y gestionar las crisis de salud conductual.

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

31. Respuesta Correcta: C

Dimensión KSA: 8. Manejo de crisis

KSA: 8.2. Ayudar a las personas a desarrollar una estrategia avanzada para planificar y gestionar las crisis de salud conductual.

Explicación: Los Especialistas en Apoyo entre Pares deben enfatizar estrategias y habilidades personales simples, seguras y no invasivas. No es ético ni apropiado que el Especialista dé voz a sus prejuicios personales. Este es un plan personalizado seguro y requiere que los Especialistas empoderen al consumidor para crear un plan significativo.

32. Respuesta Correcta: A

Dimensión KSA: 8. Manejo de crisis

KSA: 8.1. Identificar los recursos comunitarios a los que las personas pueden recurrir para obtener ayuda inmediata en una crisis de salud conductual.

Explicación: Llamar a la línea de crisis en presencia del consumidor es la respuesta adecuada porque la línea de crisis conectaría al consumidor con los recursos de salud conductual más apropiados para abordar la crisis.

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).

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

Si tiene alguna pregunta sobre el proceso de apelaciones y adaptaciones, escriba un correo electrónico a 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.

Para cuestiones o problemas técnicos, ya sea antes o durante la prueba, contacte a Pearson VUE a el numero **1-888-536-1460**, Opción 8.

CAPeerCertification.org

Correo electrónico:
peercertification@calmhsa.org



CalMHSA
California Mental Health Services Authority