

Otros temas importantes que debe conversar con su fisioterapeuta

¿Quién paga por sus tratamientos de fisioterapia?

- Si usted ha informado su lesión a su empleador y a WorkSafeBC ya tendrá su número de solicitud de indemnización.
- Si WorkSafeBC acepta su solicitud de indemnización entonces WorkSafeBC le pagará directamente a su fisioterapeuta. **Usted no debe pagar ninguna porción de los costos.**
- Si su solicitud no es aceptada, usted es responsable de pagar el costo total del tratamiento de fisioterapia.
- Si su solicitud está pendiente, entonces WorkSafeBC pagará por su primera visita al fisioterapeuta. Sin embargo, usted será responsable de costear el resto de las visitas. Si su solicitud es posteriormente aceptada su fisioterapeuta le cobrará a WorkSafeBC directamente y le reembolsará la totalidad de la suma que usted ha pagado.
- Si su solicitud está pendiente en el día de su visita inicial y posteriormente es **rechazada**, entonces su fisioterapeuta le cobrará a WorkSafeBC **tan sólo por su visita inicial** y le reembolsará a usted el costo de tal visita.

¿Qué sucede si usted todavía no ha presentado su solicitud a WorkSafeBC?

Llame a WorkSafeBC a uno de los siguientes números:

Solicitudes en general o consultas acerca de sus derechos

Vancouver Metropolitano 604 231-8888
Libre de cargo al 1 888 967-5377

Usted recibirá un número de solicitud que puede entregar al fisioterapeuta.

Tenga estos números a mano en caso que quiera llamar si tiene alguna duda con respecto de su solicitud de indemnización.

¿Qué sucede si no puede regresar al trabajo tal como usted y su fisioterapeuta lo han planeado?

Si usted no ha podido volver al trabajo tal como fue planeado, WorkSafeBC coordinará con su médico y su fisioterapeuta para confirmar un plan de tratamiento a futuro.

¿Con qué frecuencia debe visitar a su médico mientras recibe tratamiento de fisioterapia?

Consulte a su doctor si:

- Su condición cambia significativamente
- Su fisioterapeuta lo recomienda
- Su médico lo recomienda

No es necesario que su médico envíe un informe de progreso a WorkSafeBC para que usted pueda continuar recibiendo pagos por indemnización.



Información de contacto

Si tiene alguna pregunta con respecto de este folleto llame a:

Servicios de Cuidados de la Salud de WorkSafeBC
(WorkSafeBC Health Care Services)
6951 Westminster Highway
Richmond BC V7C 1C6

Vancouver Metropolitano 604 232-7787
Libre de cargo 1 866 244-6404

Si quiere saber cómo iniciar una solicitud de indemnización, o enterarse acerca del progreso de su solicitud, o plan de reingreso al trabajo, llame a:

Centro Provincial de Atención de Llamadas de WorkSafeBC

Vancouver Metropolitano 604 231-8888
Libre de cargo 1 888 967-5377

También puede visitar **WorkSafeBC.com** en Internet

Usted y su Fisioterapeuta Your Physiotherapist and You

Juntos podemos ayudarlo a reintegrarse al trabajo

Working together to help you return to work



Su doctor lo ha referido a un fisioterapeuta para ayudarlo a:

- Recuperarse de su lesión laboral
- Regresar al trabajo tan pronto como sea seguro hacerlo
- Prevenir la recurrencia de la lesión

Durante la primera consulta su fisioterapeuta:

- Le hará preguntas acerca de su trabajo
- Estudiará la lesión y si es necesario, comenzará el tratamiento para ayudar a la recuperación
- Le explicará el tratamiento
- Le explicará su rol dentro del plan de tratamiento
- Planeará junto con usted la fecha y el modo de su regreso al trabajo

¿Por qué el fisioterapeuta hace preguntas acerca de su trabajo?

Su fisioterapeuta necesita saber los tipos de actividades que usted debe realizar en el trabajo y las características de su área de trabajo de modo que pueda:

- Comprender cómo la lesión afecta su habilidad de realizar sus labores
- Aconsejarle cuándo y cómo es seguro volver a su trabajo regular o a un régimen de trabajo modificado
- Aconsejarle cómo prevenir la recurrencia de la lesión



La manera cómo su fisioterapeuta diagnosticará su lesión

Su fisioterapeuta le preguntará cómo se lesionó y las limitaciones que le causa la lesión y examinará el área lesionada. Si es necesario realizar tratamientos de fisioterapia, su terapeuta los comenzará de inmediato.

¿En qué consistirá el tratamiento?

- Ejercicios — ejercicios específicos para aumentar la movilidad y fuerza; hacer los ejercicios recomendados por su fisioterapeuta es esencial para su recuperación
- Control de la inflamación — por ejemplo con hielo, ultrasonido y láser
- Control del dolor — por ejemplo con hielo, calor, estimulación eléctrica moderada y elongaciones
- Terapia manual — un enfoque ‘manual’ para mejorar la movilidad
- Educación — para ayudar a prevenir la recurrencia de la lesión o de una similar y controlar el dolor
- Programa para el hogar — ejercicios que usted puede realizar en casa

Su fisioterapeuta le explicará cuántos tratamientos necesitará, la frecuencia con la que debe asistir a la clínica y ofrecerá una posible fecha para que usted regrese al trabajo de manera segura. Él (ella) puede responder todas las preguntas que usted tenga con respecto de su tratamiento.

Antes de regresar al trabajo usted debe notificar a su médico, quien puede querer verlo primero.



¿Cuáles son sus responsabilidades en el proceso de recuperación?

Usted tiene un rol esencial; el fisioterapeuta le enseñará los ejercicios que le ayudarán a recuperar su fuerza y flexibilidad. Es muy importante aprender cómo hacer los ejercicios de manera correcta y hacerlos en casa tal como recomienda el fisioterapeuta.

Mantenerse tan activo como pueda durante su recuperación servirá para acelerar la recuperación misma y llevarlo de vuelta a su trabajo regular tan pronto como sea posible. Su fisioterapeuta le indicará el tipo de actividades que son beneficiosas para usted.

Mantenga el contacto con su empleador y esté preparado a realizar las labores que su terapeuta, médico y empleador piensan que usted puede realizar de manera segura. WorkSafeBC (la Caja de Indemnización de Trabajadores) contactará a su empleador para ver la posibilidad de encontrar labores apropiadas para usted.

¿Cuándo podrá volver al trabajo?

Su terapeuta y su médico conversarán con usted acerca de una fecha posible para su regreso al trabajo. Éstas son algunas de las posibilidades:

- Regresar a sus labores usuales tan pronto como sea capaz de hacerlo de manera segura
- Regresar al trabajo con modificaciones temporales en las horas, labores y/o la manera cómo realiza las labores por un período definido de tiempo

Es posible que su terapeuta le recomiende que vuelva al trabajo antes de que usted se sienta totalmente recuperado. El tipo de actividades que realizará en el trabajo puede contribuir a una recuperación más rápida. Si es necesario, continuará su tratamiento de fisioterapia por un período corto después de volver al trabajo.

Regresar al trabajo es bueno para la recuperación

Los programas de reingreso al trabajo están basados en la idea que muchos trabajadores lesionados pueden realizar sus labores sin peligro durante su período de recuperación y que hacerlo proporciona beneficios emocionales y físicos que pueden apoyar la recuperación.

Es posible que una enfermera consultora de WorkSafeBC lo asista en el proceso de reingreso seguro al trabajo.

¿Cuál es el rol de una enfermera consultora?

Una enfermera consultora es una enfermera titulada que ha recibido capacitación y que tiene estudios adicionales acerca de la planificación del proceso de reintegración laboral. La (el) enfermera(o) no trata asuntos de méritos de solicitudes de indemnización.

¿Cómo puede ayudarlo una enfermera consultora?

Es probable que la enfermera consultora lo contacte para desarrollar un plan de reingreso al trabajo. Para ello, esta(e) profesional:

- Colaborará con usted, su médico, su empleador y proveedor de servicios de salud
- Organizará, comenzará y controlará un plan de reingreso al trabajo
- Lo apoyará durante el proceso de recuperación