



SABER ANTES DE IR ACONDICIONAMIENTO DEL TRABAJO/ ENDURECIMIENTO DEL TRABAJO

Los programas de acondicionamiento endurecimiento del trabajo se enfocan en ayudarlo a hacer sus tareas de trabajo. Cada programa es diferente, con el fin de enfocarse en los problemas que le están evitando volver a sus tareas normales de trabajo. El tratamiento incluye hacer cosas que tendrá que hacer en su trabajo, tales como: levantar, empujar/tirar, alcanzar, doblar, en cuánto tiempo puede realizar una tarea determinada y más.

¿QUÉ ESPERAR?

Su Evaluación:

- Llegue 15-20 minutos antes de su primera cita para llenar papeles
- Vestir:
 - Ropa cómoda y holgada para su primera cita
 - Mangas cortas para lesiones en la parte superior del cuerpo
 - Pantalones cortos para lesiones de la parte inferior del cuerpo
 - Ropa de trabajo normal para todas las demás visitas
 - Calzado adecuado
 - No use joyas
- Traer:
 - Una lista de todos los medicamentos que está tomando
 - Cualquier informe médico o resultados de pruebas sobre su lesión
 - Cualquier herramienta, equipo o accesorio necesario para su trabajo
 - Una identificación con foto
- Por favor, siga los consejos de su médico sobre sus medicamentos
- Su cita será dirigida por un terapeuta con licencia en terapia física u ocupacional en diferentes capacidades físicas, con el fin de averiguar qué tan bien usted puede hacer las tareas relacionadas con su trabajo

Citas de seguimiento:

- Vaya a todas sus citas
- Pida citas adicionales si no asistió a citas anteriores
- Siga su programa de ejercicios en casa

LO BÁSICO:

- Dígame a su terapeuta acerca de:
 - Sus síntomas
 - Cómo ocurrió su lesión
 - Resultados de otros exámenes o pruebas
 - Sus tareas de trabajo
 - Otras visitas al médico o a terapeutas
- La primera visita dura entre 2-4 horas, todas las demás visitas son de aproximadamente 2-8 horas y la duración del programa es de 3-5 días a la semana durante 2-8 semanas



¿PREGUNTAS O PREOCUPACIONES?

Llame al 866.389.0211 para hablar con un representante de One Call.



Este contenido no pretende ser un sustituto del asesoramiento médico profesional. Siempre busque el consejo de su médico u otro proveedor de salud calificado para cualquier pregunta que pueda tener.

ONECALLCM.COM