

YOUR MENTAL HEALTH INFORMATION IS CONFIDENTIAL

INTRODUCTION:

Just like physical healthcare, mental healthcare is confidential.¹ Any information or documentation is kept private between you and your doctor, therapist, counselor, or EAP/MAP. Even if mental health support is provided through an employer or workplace benefits, mental health professionals cannot report information about your health or even that you've received care, back to the company.

WHAT CAN YOU DO

If you are seeking mental health support, get to know your company or union's mental health resources. Connecting with an EAP, MAP, or local mental health provider is a really good first step.

If you're talking with a co-worker about mental health support resources, remind them that their information will be kept confidential. It is also important not to share anything that a colleague shares with you, unless there is an immediate risk of harm.

DISCUSSION STARTERS FOR THE JOBSITE

1. Knowing a bit more about confidentiality, how would you remind someone about mental health support available through your company?
2. If you hear someone else worry that seeking mental health care through work is not confidential, what would you say to reassure them?

THE BOTTOM LINE

The bedrock of any successful workplace mental health initiative is the promise that personal issues stay private. Confidentiality creates an environment where workers feel safe seeking help, knowing that their information will not be shared. And it's also the rule when it comes to healthcare. If someone is nearing a crisis or has a suicide plan, call or text the national suicide and crisis lifeline, 988.

¹ U.S. Department of Justice, Office of Privacy and Civil Liberties. (2020). *Overview of the Privacy Act of 1974, 2020 edition: Disclosures to third parties*. <https://www.justice.gov/opcl/overview-privacy-act-1974-2020-edition/disclosures-third-parties>



SU INFORMACIÓN DE SALUD MENTAL ES CONFIDENCIAL

INTRODUCCIÓN:

Al igual que la atención de salud física, la atención de salud mental es confidencial.¹ Toda información o documentación se mantiene en privado entre usted y su médico, terapeuta, consejero o programa de asistencia al empleado (Employee Assistance Plan, EAP)/programa de asistencia al miembro (Member Assistance Plan, MAP). Incluso si el apoyo para la salud mental se proporciona a través de un empleador o beneficios laborales, los profesionales de la salud mental no pueden divulgar información sobre su salud o incluso que ha recibido tratamiento a la empresa.

QUÉ PUEDES HACER

Si usted esta buscando apoyo para la salud mental, familiarícese sobre los recursos de salud mental de su empresa o sindicato. Conectarse con un EAP, MAP o proveedor de salud mental local es un muy buen primer paso.

Si está hablando con un compañero de trabajo sobre los recursos de apoyo para la salud mental, recuérdale que su información será confidencial. También es importante no compartir nada de lo que un compañero comparta con usted, a menos que exista un riesgo inmediato de daño.

INICIADORES DE CONVERCACIÓN PARA LA OBRA

1. Conociendo un poco más sobre la confidencialidad, ¿cómo recordarías a alguien el apoyo de salud mental disponible a través de su empresa?
2. Si escuchas a alguien mas preocuparse de que buscar atención de salud mental a través del trabajo no es confidencial, ¿qué le dirías para tranquilizarlo?

EN RESUMEN

La base de cualquier iniciativa exitosa de salud mental en el trabajo es la promesa de que los problemas personales quedan en privado. La confidencialidad crea un entorno donde los empleados se sienten seguros buscando ayuda, sabiendo que su información no será compartida. Y también es la regla cuando se trata de atención médica. Si alguien está cerca de una crisis o tiene un plan de suicidio, llama o envía un mensaje de texto a la Línea Nacional de Prevención del Suicidio y Crisis, 988.

¹ U.S. Department of Justice, Office of Privacy and Civil Liberties. (2020). *Overview of the Privacy Act of 1974, 2020 edition: Disclosures to third parties*. <https://www.justice.gov/opcl/overview-privacy-act-1974-2020-edition/disclosures-third-parties>

