

## Notas Importantes:

Durante el transcurso de la transmisión les **estaremos compartiendo un enlace** para que cada uno de ustedes lo diligencien completamente y de forma correcta, con esta información podremos enviarles **las memorias de este evento a los correos electrónicos registrados y generar el certificado de asistencia** el cual estará disponible en nuestro sitio web de ARL SURA en un término de 4 días hábiles después de la formación.



1

**Este evento quedará grabado** y podrán acceder al video a través del enlace con el cual accedieron a esta formación.

2

Queremos contarles, que ustedes **disponen de un espacio en sus pantallas de preguntas y respuestas** donde podrán plasmar todas las dudas que surjan en este tema y así el facilitador poder dar respuestas a ellas.

3

De igual manera, queremos invitarlos a consultar nuestro micrositio, que se encuentra ubicado en **[www.arlsura.com](http://www.arlsura.com)** donde contamos con un protocolo preforma para gestionar la reactivación y en servicios en línea, las diferentes listas de verificación por sector.

# **A**dicciones en tiempos de Covid-19 **una mirada desde la salud mental**

## Objetivo de aprendizaje



**Fomentar la ejecución de actividades de promoción y prevención que permitan establecer hábitos y conductas saludables de auto-cuidado, para potenciar factores protectores frente al riesgo de Adicciones**

Espera ....

¡QUIERO HACER UNAS  
PREGUNTAS  
IMPERTINENTES!



¿Qué sustancias  
Psicoactivas legales  
conoces? .....

¿Qué sustancias  
Psicoactivas consumes  
regularmente? .....

¿Qué incremento de  
consumo has tenido durante  
esta cuarentena?



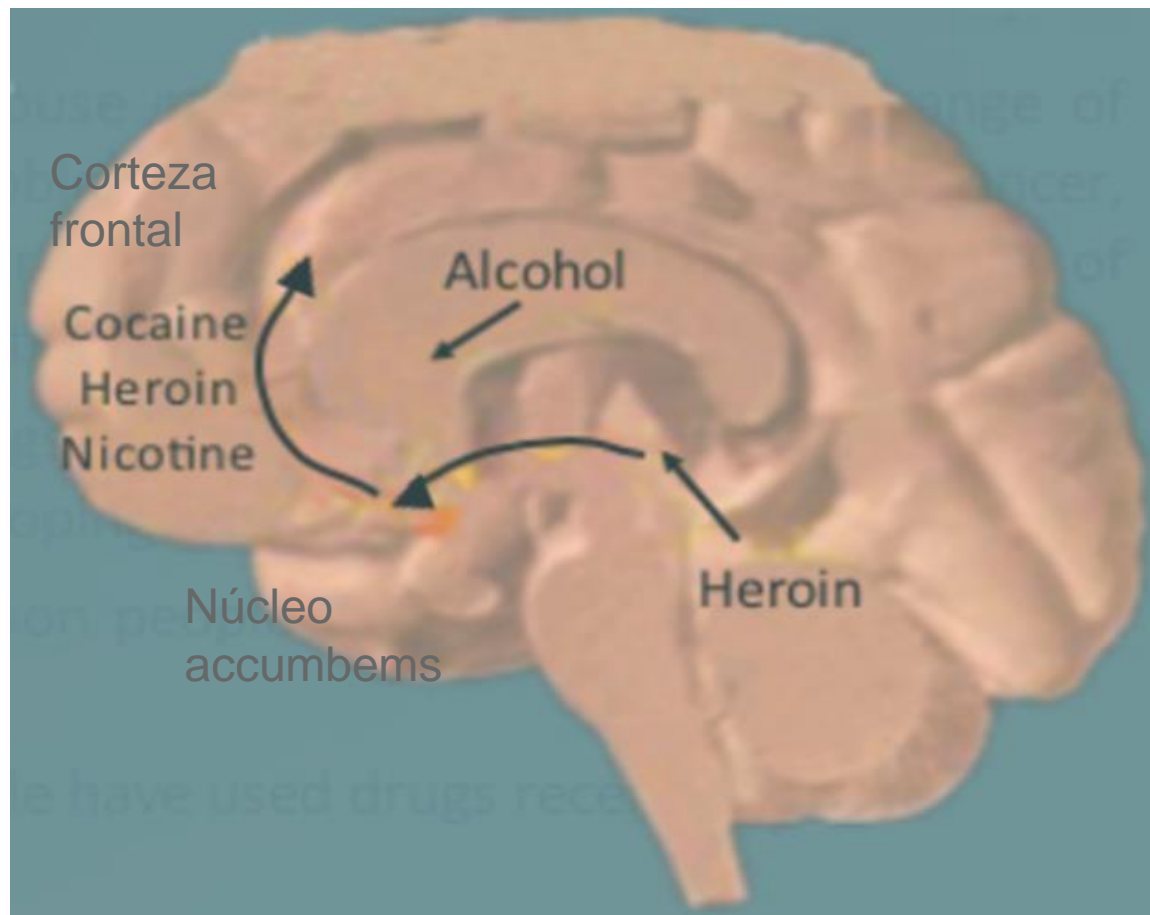
# Sustancias Psicoactivas (SPA)

Las sustancias psicoactivas son todas aquellas que se introducen en el organismo por cualquier vía de administración, producen:



- ❖ Una alteración del funcionamiento del sistema nervioso Central
- ❖ Modificando la conciencia, el estado de ánimo o los procesos de pensamiento
- ❖ Inducen a repetir su auto-administración por el placer que generan
- ❖ No responden a una indicación médica

## ¿Por qué ocurre la adicción?



- ❖ Las sustancias adictivas estimulan el circuito de recompensa, liberando dopamina en el cerebro y generando una sensación inmediata de placer.
- ❖ La sobre estimulación de este circuito a través del consumo de drogas produce una sensación de euforia que refuerza fuertemente el consumo y enseña al usuario a repetir este uso de forma compulsiva.

# Clasificación de las sustancias psicoactivas de acuerdo a su efecto en el sistema nervioso central



## Estimulantes

Cocaína  
Tabaco  
cafeína

## Depresores

Alcohol  
Cannabis  
Heroína

## Alucinógenos

LSD  
Hongos  
Drogas sintéticas



# Clasificación de las sustancias psicoactivas según su origen



**Naturales**

**Sintéticas**

# Clasificación de las sustancias psicoactivas según estatus legal



**Legales**

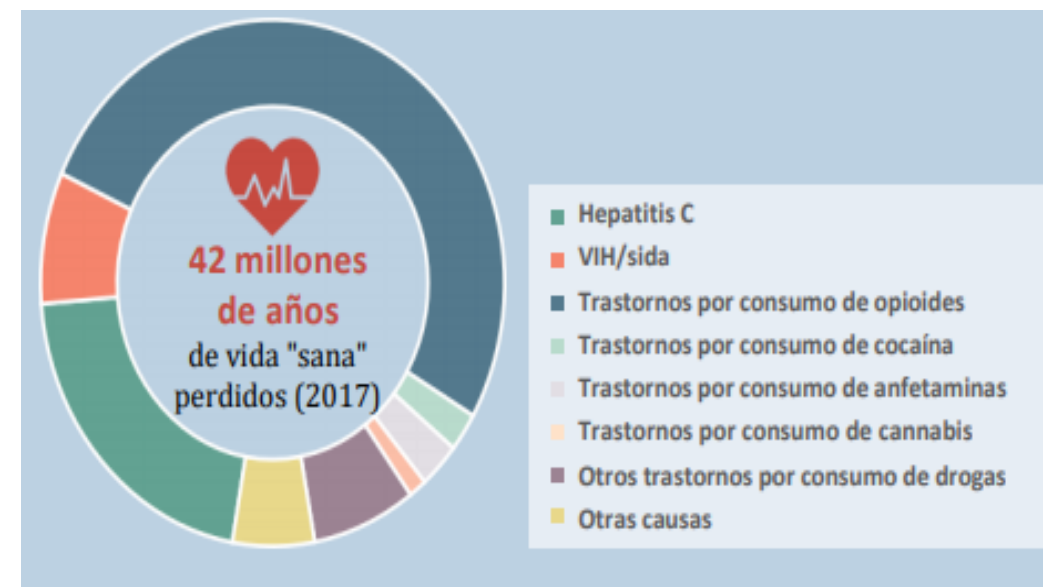


**Ilegales**



## Informe de la ONUDD 2019

- 188 millones de personas consumieron cannabis
- Más de 11 millones de personas se inyectan drogas
- 210 millones de personas habían consumido drogas
- Aumentado 30% con respecto a 2009, consumo sustancias ilícitas.
- 585.000 personas murieron a consecuencia del consumo de drogas en 2017
- 2% población de América del Sur hace consumo no médico de tranquilizantes afectando mas a las mujeres
- El alcoholismo en América Latina afecta a unos 38 millones de personas, lo que representa casi el 10% de la población adulta
- 70% de los usuarios de drogas ilegales trabajan (Roberts, 2001)



# Estudio Nacional de Salud Mental

- El consumo de sustancias psicoactivas afecta mas a los hombres; 8 de cada 40 hombres comparado con 1 de cada 40 mujeres.
- Uso Prevalencia
  1. Marihuana con un 11.1%
  2. Cocaína con 3.7%
  3. Tranquilizantes 2.6%
  4. Alcohol es el principal problema 6.7% 1 de cada 15 colombianos abusa del alcohol.
  5. El 13% usó en algún momento de su vida alguna sustancia ilícita

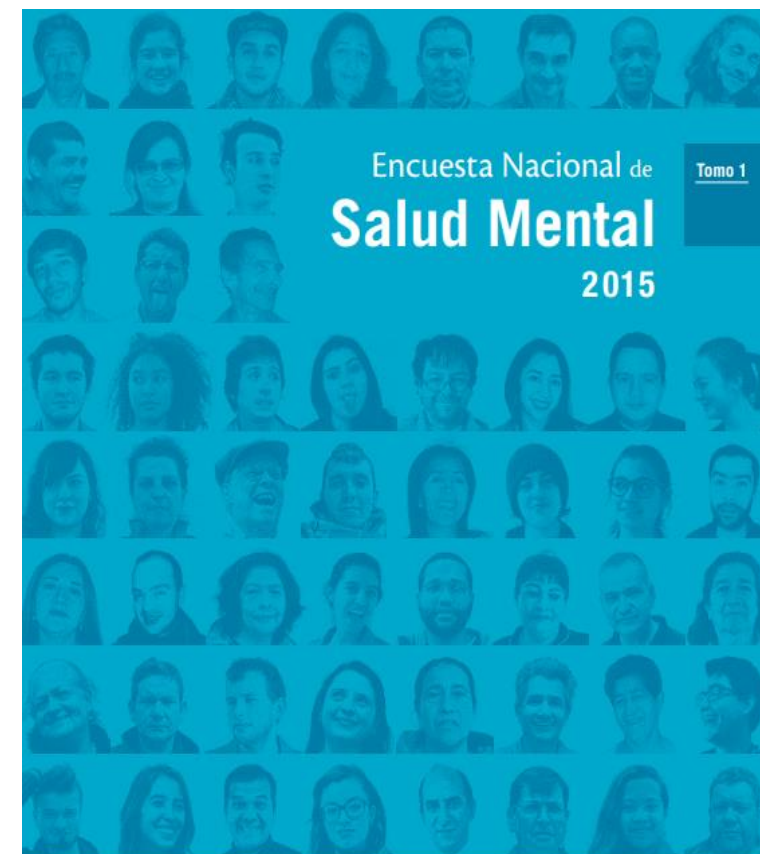


Tabla 1. Indicadores de consumo de las principales sustancias psicoactivas en Colombia

Sustancias	Prevalencia		
	Vida	Año	Mes
Alcohol	87,1	58,8	35,8
Tabaco/Cigarrillo	42,1	16,2	12,9
Marihuana	11,5	3,3	2,2
Cocaína	3,2	0,7	0,4
Tranquilizantes sin prescripción	1,8	0,5	0,3
Basuco	1,2	0,2	0,2
Inhalables	0,7	0,2	0,1
Éxtasis	0,7	0,2	0,02
Dick	0,5	0,1	0,02
Estimulantes sin prescripción	0,2	0,04	0,01
Heroína	0,1	0,03	0,02

Fuente: Adaptado del informe final del Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas en Colombia – 2013<sup>6</sup>.

# Criteria para la dependencia de sustancias, según el DSM\*

Deterioro o malestar clínicamente significativo, expresado en 3 o más ítems, por 12 meses:

1. Tolerancia: cantidades crecientes - efecto disminuye
2. Abstinencia, síndrome de abstinencia, usa sustancia (parecida) para aliviar síntomas
3. Frecuencia y cantidades mayores
4. Deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el consumo
5. Emplea mucho tiempo en actividades relacionadas con la obtención de la sustancia
6. Reducción actividades sociales, laborales o recreativas por consumo de la sustancia
7. Se continúa a pesar de problemas psicológicos o físicos causados por consumo

\*MANUAL DIAGNÓSTICO Y ESTADÍSTICO DE TRASTORNOS MENTALES

1. Alcohol
2. Cafeína
3. Cannabis
4. Alucinógenos
5. Inhalantes
6. Opiáceos
7. Sedantes, (hipnóticos y ansiolíticos)
8. Estimulantes
9. Tabaco
10. Otras sustancias (sustancias desconocidas).

DSM V (2013)

- 1. Trastornos por consumo** dependencia y abuso
- 2. Trastornos inducidos** trastornos mentales



# Tipo de consumo



No consumo



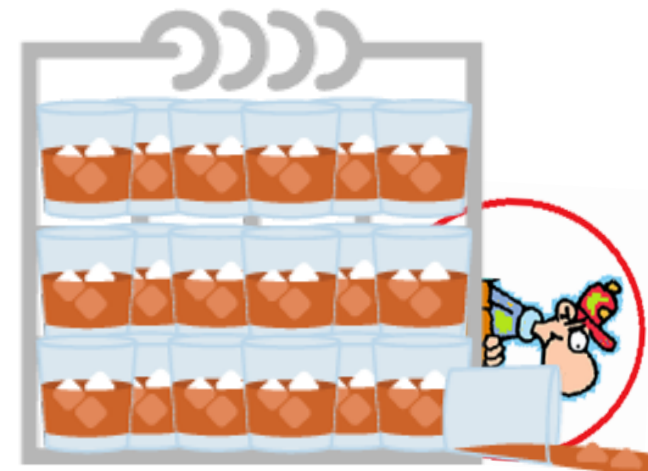
Experimental



Ocasional



Abuso



Dependencia

# Tipos de Adicciones

Adicción del latín addictus, que era el deudor insolvente que, por falta de pago, era entregado como esclavo a su acreedor



Química



Comportamental

# Consecuencias del abuso de drogas



# Síntomas por intoxicación y por abstinencia

## Intoxicación

1. Taquicardia o bradicardia
2. Dilatación pupilar
3. Aumento/disminución de la tensión arterial
4. Sudoración o escalofríos
5. Náuseas o vómitos
6. Pérdida de peso demostrable
7. Agitación o retraso psicomotores
8. Debilidad muscular, depresión respiratoria, dolor en el pecho o arritmias cardíacas
9. Confusión, crisis, distonías o coma

## Abstinencia

1. Hiperactividad autonómica (sudoración, más de 100 pulsaciones)
2. Temblor distal de las manos
3. Insomnio
4. Náuseas o vómitos
5. Alucinaciones visuales, táctiles o auditivas transitorias, o ilusiones
6. Agitación psicomotora
7. Ansiedad
8. Crisis relacionales hasta crisis epilépticas

# Factores de riesgo y protectores



Individual



Pares



Familiar



Escolar



Comunitario



Social



Laboral

Factores de riesgo



Factores de protección



- **Resolución 1075 de 1992.** Establece que la drogadicción, el alcoholismo y el tabaquismo **afectan los ambientes de trabajo**, agravan los riesgos ocupacionales, atentan contra la salud y la seguridad
- **Resolución 4225 de 1992.** Recomendaciones para la formulación de **políticas anti tabaco en la empresa.**
- **Decreto 1108 1994.** Establece **las actividades económicas que implican un riesgo para terceros**, las cuales no podrán consumir sustancias psicoactivas en el desarrollo de sus actividades.
- Se prohíbe a todos los empleados presentarse al sitio de trabajo bajo el influjo de estupefacientes o sustancias psicotrópicas

## Marco normativo

- **Resolución 196 de 2002** Se dictan las normas técnicas, científicas y administrativas para el **funcionamiento de los centros de atención**, tratamiento y rehabilitación integral
- **Decreto 414 del 2002** Fija los parámetros científicos y técnicos – **examen de embriaguez y alcoholemia**
- **Resolución 1183 de 2005** Se adopta el reglamento técnico forense para la **determinación clínica del estado de embriaguez aguda**.
- **Política Nacional** Plantea los lineamientos generales de **la política del Gobierno Nacional** sobre el consumo de sustancias psicoactivas en Colombia.

- **Resolución 1956 de 2008** Se adoptan medidas en relación con el consumo de cigarrillo o de tabaco. Exige la [creación de espacios libres de humo](#).
- **Circular 038 de Julio 9 de 2010** Recuerda a los empleadores su obligación de cumplir con la ejecución de la Resolución 1016 de 1989, Resolución 1075 de 1992 y Resolución 1956 de 2008, incluyendo [campañas específicas de prevención y control de la farmacodependencia, el alcoholismo y el tabaquismo, dirigidas a sus colaboradores](#). Espacios libres de humo y sustancias psicoactivas
- **Ley 1566 de 2012** Normas [para garantizar la atención integral](#) a personas que consumen sustancias psicoactivas y se crea el premio nacional



## Marco normativo

- **Ley 1616 de 2013** Establece el derecho a la salud mental en la población colombiana y la responsabilidad del Consejo Nacional de Salud Mental, el seguimiento y la evaluación de **las políticas de salud mental y del consumo de las sustancias psicoactivas**
- **Consejo Nacional de estupefacientes / 2015** Plan nacional de promoción de la salud, prevención y atención de consumo de sustancias psicoactivas 2014- 2021
- **Ley 1816 de 2016** Artículo 37: Los departamentos promoverán la creación de programas para **la prevención y tratamiento de las adicciones relacionadas con el consumo excesivo y la dependencia de los licores destilados,**
- **Resolución 1111 del 2017** Se debe contar con un **programa para promover en la empresa estilos de vida y entorno saludable,** incluyendo campañas específicas tendientes a la prevención y el control de la farmacodependencia, el alcoholismo y el tabaquismo, entre otros.

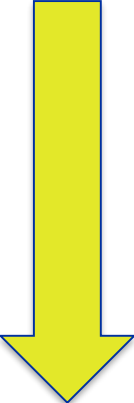
## Marco normativo

- **Resolución 4886 de 2018** *Adopta la política pública de salud mental*, como parte de la garantía y protección del derecho fundamental a la salud
  
- **Resolución 089 de 2019** *Adopta la política integral* para prevención y atención del consumo de sustancias psicoactivas en el país.

## Por que trabajar los problemas relacionados con el consumo de sustancias en el ámbito laboral

- Contribuye a la disminución del ausentismo y los accidentes laborales.
- Fortalece las relaciones en el trabajo.
- Mejora la productividad, el clima laboral y la calidad del servicio.
- Contribuye a mantener una imagen corporativa positiva.
- Desarrolla vínculos y ayuda a superar dificultades entre el trabajador y su familia, mejorando la calidad de vida de todos sus integrantes.
- Aporta a la salud del trabajador, su familia y la empresa
- Beneficia la calidad de vida laboral y personal de todos los integrantes, posibilitando la capacitación, educación, recreación y ocupación del tiempo libre.
- Incorpora el tema del consumo de SPA en programas institucionales de capacitación, inducción y desarrollo organizacional.
- Fortalece la sostenibilidad personal y organizacional.
- Permite gestionar riesgos emergentes

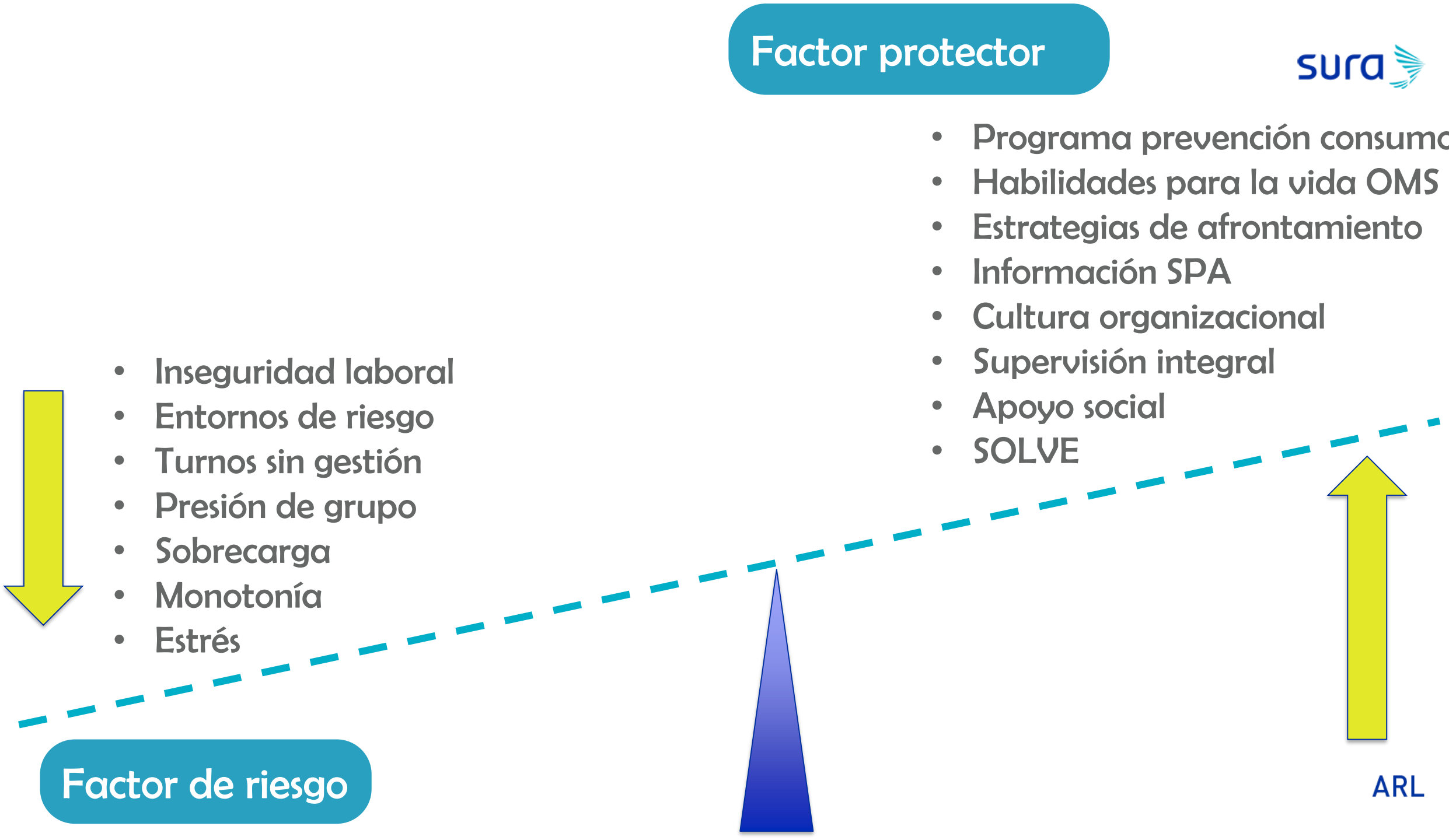
## Factor protector

- 
- Inseguridad laboral
  - Entornos de riesgo
  - Turnos sin gestión
  - Presión de grupo
  - Sobrecarga
  - Monotonía
  - Estrés

- Programa prevención consumo
- Habilidades para la vida OMS
- Estrategias de afrontamiento
- Información SPA
- Cultura organizacional
- Supervisión integral
- Apoyo social
- SOLVE

Factor de riesgo

ARL





# Guía programa para prevenir los problemas relacionados con el consumo de sustancias en el ámbito laboral

PROGRAMA PARA PREVENIR LOS PROBLEMAS RELACIONADOS CON EL CONSUMO DE SUSTANCIAS EN EL ÁMBITO LABORAL



**Elaboró:**

Anyela Montañez  
Diana Yolanda Velandia Toro  
Línea de valor salud mental  
Consultoría en gestión de Riesgos Suramericana


**Revisó:**

Equipo línea de valor salud mental  
Consultoría en Gestión de Riesgos Suramericana  
Sura Colombia


**Aprobó:**

Luz Amparo Plata Quesada  
Profesional Regional De Educación  
Seguros De Riesgos Laborales Sura Colombia

- Presiones ejercidas por la sociedad para que beba o consuma drogas en el trabajo
- Los viajes y el alejamiento de las relaciones sociales y sexuales normales
- El estrés en el trabajo
- El empleo precario
- La posibilidad de desempleo
- Trabajo por turnos
- Trabajo nocturno
- Trabajo monótono
- Modalidades de trabajo que obligan a cambiar de lugar y suponen frecuentes cambios de colaboradores y de supervisores.

Oficina  
Internacional  
del Trabajo  
Ginebra 

## Tratamiento de cuestiones relacionadas con el alcohol y las drogas en el lugar de trabajo



# Protocolos de intervención de los factores psicosociales

Res. 2404 de 2019

Se encuentran publicados en la página web:  
[www.fondoriesgoslaborales.gov.co](http://www.fondoriesgoslaborales.gov.co).

## Depresión

Protocolo de prevención y actuación en el entorno laboral

## Reacción a estrés agudo

Protocolo de prevención y actuación en el entorno laboral

## Trastorno de estrés postraumático

Protocolo de actuación temprana y manejo de casos en el entorno laboral

## Promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en población trabajadora

Guía técnica general

## Protocolo de acciones de promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en el entorno laboral

## Gestión de la jornada y prevención de la fatiga laboral

Protocolo de intervención de factores psicosociales para trabajadores del sector transporte

## Prácticas de trabajo saludables para educadores

Protocolo de intervención de factores psicosociales en el sector educativo

## Gestión de demandas en el trabajo

Protocolo de intervención de factores psicosociales para trabajadores de la salud y asistencia social



- Intervención breve pero articulada y continua
- Entrevista motivacional
- Grupos de apoyo (AA)
- Cambio cultural (discriminación) de rechazo al no consumidor
- Escuchar (Niños)
- Envía mensajes de texto
- Sé parte de sus vidas (Niños)
- Establece reglas claras y hazlas cumplir (Hogar)
- Haz que tu hogar y empresa un lugar seguro
- Hay Poca sanción al consumo en el trabajo.
- Importancia de dormir bien y manejar adecuadamente su tiempo de descanso
- Disminuir el aislamiento social



**“Las drogas te alejan de lo grande que puedes llegar a ser y del gran camino que te queda por recorrer.”**

*Espacio de*

**PREGUNTAS**

— Muchas —

**GRACIAS**