

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 1 de 11

UNAD © 2023

Programa de Prevención de Consumo de Tabaco, Alcohol y Sustancias Psicoactivas

1. Justificación

El consumo de sustancias psicoactivas constituye un fenómeno complejo priorizado a nivel nacional que implica diferencias poblacionales y territoriales y que convoca, para su prevención y atención, la acción sectorial e intersectorial. Adicionalmente, demanda la articulación con la Política Nacional de Salud Mental del año 2018 y con los postulados de la Ley Estatutaria de Salud, desde los que se reconoce la salud como un derecho fundamental, cuyo centro de atención son los sujetos individuales y colectivos: personas, familias y comunidades.

La Ley 1566 de 2012 ordena en su artículo 2, que toda persona que sufra trastornos mentales o cualquier otra patología derivada del consumo, abuso y adicción a sustancias psicoactivas lícitas e ilícitas, tiene derecho a ser atendida en forma integral por las entidades que conforman el Sistema General de Seguridad Social en Salud y las instituciones públicas o privadas especializadas para el tratamiento de dichos trastornos. Como consecuencia de ello, el legislador también contempló acciones de promoción de la salud y prevención del consumo, para que el Gobierno Nacional, en el marco de la Política Pública Nacional de Prevención y Atención a la adicción de sustancias psicoactivas, formule líneas de política, estrategias, programas, acciones y procedimientos integrales para prevenir el consumo, abuso y adicción a las sustancias psicoactivas y, a su vez, asegure un ambiente y estilos de vida saludables.

Dentro del ámbito laboral el consumo de sustancias psicoactivas (SPA) tienen repercusiones en la persona y en su ambiente lo cual puede generar consecuencias en la productividad, el desempeño, la concentración, el entorno familiar y social, la salud y demás referentes de la calidad de vida de la plataforma humana Unadista.

Las sustancias psicoactivas son toda sustancia que introducida en el organismo por cualquier vía de administración (ingerida, fumada, inhalada, inyectada, entre otras) produce una alteración del funcionamiento del sistema nervioso central del individuo, la cual modifica la conciencia, el estado de ánimo o los procesos de pensamiento. Su consumo puede crear consumo problemático o dependencia.

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 2 de 11

UNAD © 2023

Existen muchas formas de clasificar las sustancias psicoactivas dependiendo de su abordaje. A continuación, tres grandes grupos:

- Según sus efectos en el cerebro pueden ser depresoras o estimulantes del sistema nervioso, o pueden ser alucinógenas.
- Según su origen pueden ser naturales, sintéticas o semisintéticas.
- Según la normatividad pueden ser ilegales o legales, por ejemplo, la cocaína es ilegal pero las bebidas alcohólicas son legales.

Un consumo es problemático cuando éste afecta la salud, las relaciones con la familia y amigos. También cuando altera las actividades diarias como el trabajo o el estudio, o cuando implica problemas económicos o con la ley. Se considera que todo consumo de sustancias lícitas o ilícitas en mujeres embarazadas o en periodo de lactancia, así como en niñas, niños y adolescentes, son problemáticos.

Para determinar su nivel de riesgo de consumo de sustancias psicoactivas se dispone de herramientas de tamizaje que pueden ser auto-aplicadas, o aplicadas por personal capacitado en el entorno institucional y de valoraciones integrales en salud realizadas por profesionales, las cuales ayudan a determinar el nivel de riesgo de consumo en que se encuentra y remitir a servicios de prevención o de tratamiento por trastornos por consumo de sustancias psicoactivas. Lo anterior se encuentra dispuesto en la Ruta Integral de Atención en Salud para población con riesgo o presencia de trastornos mentales y del comportamiento manifiestos debido a uso de sustancias psicoactivas y adicciones diseñada en el marco del Modelo Integral de Atención en Salud, adoptada mediante la Resolución 3202 de 2016, la cual se implementa en los territorios a través de los prestadores de salud y sus redes de instituciones.

2. Objetivo General

Generar una cultura preventiva contra el consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas, a través del desarrollo de actividades informativas, formación y sensibilización, orientadas a la promoción de estilos de vida saludable, mejorando la

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 3 de 11

UNAD © 2023

calidad de vida y generando un ambiente de trabajo sano, libre de humo de tabaco y seguro a toda la plataforma humana Unadista.

3. Objetivos Específicos

- Sensibilizar e informar a la plataforma humana Unadista sobre los efectos y consecuencias del consumo de tabaco, alcohol sustancias psicoactivas (SPA).
- Implementar estrategias que permitan prevenir el consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas en la plataforma humana Unadista.
- Promover estilos de vida saludable y desarrollar actividades lúdicas orientadas a la prevención de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas.
- Prevenir la incidencia de casos de consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia.

4. Alcance

El programa “Prevención en Consumo de Tabaco, Alcohol y Sustancias Psicoactivas” está dirigido a la Plataforma Humana Unadista a nivel nacional, desarrollando acciones para docentes, personal de planta y contratistas de apoyo a la gestión.

5. Meta

Reducción de riesgos y daños, disminuyendo efectos negativos del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas.

6. Definiciones

Abuso: Consumo problemático con consecuencias negativas relacionadas con el deterioro orgánico o de naturaleza psicosocial. Se considera abuso cuando se superan ciertas cantidades, se realizan ciertas actividades o cuando se tienen ciertas características personales.

Adicción: Dependencia creciente y compulsiva de una persona por una sensación o un objeto, que según su apreciación afecta su habilidad en cualquier campo, y al abandonarla genera discomfort.

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 4 de 11

UNAD © 2023

Alcoholemia: Es la concentración de alcohol etílico contenido en la sangre, que se debe expresar en mg de etanol por 100 ml de sangre total.

Alcoholimetría: Examen para determinar la cantidad de alcohol contenida en un líquido o gas, especialmente la del aire espirado por una persona.

Alcoholismo: enfermedad crónica por la que una persona siente deseo de tomar bebidas alcohólicas y tiene síntomas de abstinencia después de interrumpir el consumo de alcohol. El alcoholismo afecta la salud física y mental, causa problemas con la familia, los amigos y el trabajo, y aumenta el riesgo de contraer varios tipos de cáncer (Instituto Nacional del Cáncer, 2019).

Anfetamina: es un agente adrenérgico sintético, potente estimulante del sistema nervioso central. Es utilizada con fines terapéuticos, así como droga recreativa o para mejorar el rendimiento deportivo. Como droga recreativa, la anfetamina, más conocida popularmente como speed o anfeta, es utilizada para pasar largas noches sin dormir, apareciendo en forma de polvo, fácilmente obtenible, que es inhalado.

Barbitúricos: son una familia de fármacos derivados del ácido barbitúrico que actúan como sedantes del sistema nervioso central y producen un amplio esquema de efectos, desde sedación suave hasta anestesia total.

Cocaína: Es un alcaloide tropano cristalino que se obtiene de las hojas de la planta de coca. El nombre viene de la Coca además del sufijo alcaloide -ina, formando cocaína. Es un estimulante del sistema nervioso central, un supresor del apetito, y un anestésico tópico. Específicamente, es un inhibidor de la recaptación de serotonina-norepinefrinadopamina, que media en la funcionalidad de estos neurotransmisores como un ligando de transportador de catecolamina exógeno.

Éxtasis: Es una droga empatógena perteneciente a las clases de las anfetaminas sustituidas y la feniletilamina, sustancias que producen principalmente una sensación de euforia. El consumo de MDMA puede inducir durante el «globo» —se denomina «globo» vulgarmente al periodo de sentirse bajo los efectos de la droga— euforia, una sensación de intimidad con los demás, y la disminución de la ansiedad.

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 5 de 11

UNAD © 2023

Heroína: es una droga semisintética, derivada de la morfina y originada a partir de la adormidera, de la que se extrae el opio. La heroína, generalmente se vende en forma de polvo blanco o marrón.

Marihuana ó Cannabis: Los términos cannabis, marihuana o mariguana entre muchos otros, hacen referencia a las sustancias psicoactivas (psicotrópicos) que son consumidas de la planta Cannabis sativa con fines recreativos, religiosos y medicinales. De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas (ONU), se trata de la sustancia ilícita más utilizada en el mundo. El compuesto químico psicoactivo predominante en el cannabis es el tetrahidrocannabinol. El cannabis contiene más de cuatrocientos compuestos químicos diferentes, entre ellos al menos sesenta y seis cannabinoides, tales como el cannabidiol (CBD), el cannabinal (CBN) o la tetrahidrocannabivarina (THCV), y también actúan en el sistema nervioso.

Sustancias psicoactivas (drogas): Se considera psicoactivo a toda sustancia química de origen natural o sintético que al introducirse por cualquier vía (oral-nasal-intramuscular-intravenosa) ejerce un efecto directo sobre el sistema nervioso central (SNC), ocasionando cambios específicos a sus funciones; que está compuesto por el encéfalo y la médula espinal, de los organismos vivos. Estas sustancias son capaces de inhibir el dolor, modificar el estado anímico o alterar las percepciones.

Tabaco: es un producto de la agricultura originario de América y procesado a partir de las hojas de Nicotiana tabacum. Se consume de varias formas, siendo la principal por combustión produciendo humo. Su particular contenido en nicotina la hace muy adictiva. Su composición incluye un alcaloide, la nicotina, que se encuentra en las hojas en proporciones variables (desde menos del 1 % hasta el 12 %).

Tabaquismo: El tabaquismo es la adicción al tabaco, provocada principalmente por uno de sus componentes más activos, la nicotina. La acción de dicha sustancia acaba condicionando el abuso de su consumo. Dicha adicción produce enfermedades nocivas para la salud del consumidor.

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 6 de 11

UNAD © 2023

7. Responsables

Gerencia de Talento Humano: Promueve y facilita las acciones de control necesarias para la ejecución del programa, de igual manera, en la medida de sus posibilidades, apoya la aprobación de recursos físicos, humanos, tecnológicos y financieros necesarios para la implementación y ejecución del programa conforme a los objetivos y plan de trabajo formulado para el año en vigencia.

Seguridad y Salud en el Trabajo: Liderar la planeación, ejecución y evaluación del desarrollo del programa, informando avances, planes de acción y cumplimiento de indicadores a la Gerencia de Talento Humano, de igual manera, promueve la facilitación de recursos físicos y locativos para el desarrollo de las estrategias y actividades propuestas en el plan de trabajo.

Líderes de Unidad: Promover la participación del personal a cargo permitiendo el espacio y tiempo necesarios para la ejecución de actividades, ser partícipe de las actividades y fomentar espacios de aceptación.

Plataforma Humana Unadista: Informar sobre las condiciones de salud mental y garantizan el cuidado integral de la salud, participando activamente en las actividades del programade promoción y prevención, adoptando hábitos de vida saludables y comprometiéndose con el autocuidado.

Psicóloga Especialista en salud ocupacional: Diseñar, desarrollar, ejecutar y realizar seguimiento a las estrategias contempladas dentro del plan de trabajo del programa de “Prevención Consumo de Tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas”.

8. Autoridad

Representante de la Alta Dirección del Componente de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo

Designar responsabilidad y autoridad para alcanzar los objetivos de los programas del SGSST.

Líder Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo

Designar responsables y autoridad frente a los programas del SG-SST

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 7 de 11

UNAD © 2023

Psicóloga Especialista en Salud Ocupacional

Elaborar, desarrollar y hacer seguimiento a las estrategias que se contemplan dentro del plan de trabajo del programa de prevención de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas.

9. Diagnóstico de Condiciones

El diagnóstico se realiza por medio de una encuesta de evaluación del consumo, cuyos resultados permitirán establecer el plan de acción a desarrollar a nivel colectivo e individual.

10. Recursos

Recurso Humano: La Líder de Seguridad y Salud en el Trabajo, la Psicóloga Especialista en Salud Ocupacional (líder nacional de riesgo psicosocial) y el apoyo de los asesores de ARL, son los responsables de la ejecución del programa, así como el cumplimiento del plan de trabajo establecido, de ser necesario, establecerá y definirá modificaciones que se ajustarán en el plan de acción, según actividades que sean necesarias implementar importantes para la Institución, luego de la verificación del programa buscando el cumplimiento de cada uno de los indicadores del programa.

Recurso Físico: Para la realización de actividades es necesario contar con una locación que permita la realización de talleres, capacitaciones y actividades presenciales de acuerdo a la dinámica establecida, en aras de favorecer la cobertura de las actividades se hará uso de medios virtuales con los que se cuentan actualmente para el fortalecimiento de la realización de las actividades, comunicados de prevención contemplados dentro del plan de trabajo del programa, elementos necesarios para las actividades como son: Equipos electrónicos, material con el que se ejecuten las actividades y demás que sean necesarios para su ejecución.

Recurso Tecnológico: Para la realización de actividades es necesario contar con recursos tecnológicos (equipo de cómputo e internet), con el fin de hacer llegar a través de medios virtuales, los programas de educación y sensibilización a la plataforma humana Unadista. Del mismo modo se contará con la estrategia de comunicación virtual como herramienta debido a la contingencia por la pandemia, ya que parte del personal realiza trabajo remoto en casa. Adicionalmente se solicita apoyo de comunicaciones en el proceso de divulgación a través de plataformas propias de la entidad o correos electrónicos.

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 8 de 11

UNAD © 2023

Recurso financiero: Recurso asignado al rubro de seguridad y salud en el trabajo.

11. Comunicación y Capacitación

Las actividades propuestas y socializadas a los líderes y líderes Unadistas y las convocatorias se transmitirán por medio de piezas visuales o cuñas virtuales, las cuales se envían por correo electrónico a la Plataforma Humana Unadista. Se realizarán actividades como talleres, sensibilizaciones mediante piezas gráficas, diagnósticos, videos, espacios de relajación, entre otras estrategias para desarrollar las temáticas del programa, teniendo en cuenta, el medio de trabajo, si es remoto o presencial, se emplearán las plataformas virtuales para la ejecución de las actividades.

12. Indicadores

	Indicador	Frecuencia de medición
	N° de casos nuevos presentados en el periodo de tiempo establecido/ N° total de colaboradores en el periodo*100	Anual
	N° de casos intervenidos / N° de casos identificados * 100.	Anual

13. Plan de acción y seguimiento del programa de gestión

PHVA	ACTIVIDAD
Planear	<p>1. Sensibilización</p> <p>Sensibilización de la plataforma humana Unadista, frente al consumo de sustancias psicoactivas legales e ilegales, así como de sus consecuencias de su uso, y de otros consumos como alcohol, y tabaco. Se establecerán estrategias de información que permitan la divulgación de contenidos de formación a toda la plataforma humana Unadista.</p> <p>2. Diagnostico</p>

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 9 de 11

UNAD © 2023

	<p>Realizar el análisis de información del informe de condiciones de salud que presente el proveedor de exámenes medico ocupacionales de manera periódica, para determinar si existe un factor de riesgo en el consumo de tabaco alcohol y sustancias psicoactivas.</p> <p>Realizar la aplicación de un instrumento que permita identificar el consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas, y permita identificar casos que se encuentren en riesgo. Implementar técnicas de indagación indirecta que incluyen, entre otras, entrevistas a personas clave, grupos focales, esta información será manejada con confidencialidad y reserva.</p> <p>Esto permitirá determinar las acciones de promoción y prevención que se deben aplicar, el abordaje de promoción y prevención implica una manera particular de colaborar: parte de las diferentes necesidades de la población, fomenta sus capacidades y sus fortalezas, empodera, es participativa, intersectorial, sensible al contexto y opera en múltiples niveles.</p>
Hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar experiencias significativas, con el apoyo de entidades con las que se tengan alianzas estratégicas y/o con el apoyo de la administradora de riesgos laborales (ARL). En este caso, el responsable del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo debe asegurar que las actividades que se realicen con el apoyo de la administradora de riesgos laborales se documenten en el plan de trabajo anual de la Entidad. • Estrategias de comunicación orientadas a prevenir el consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas. Las comunicaciones deben estar orientadas a transmitir información que permita, tanto a la plataforma humana Unadista como a los integrantes de su núcleo familiar, la identificación de las condiciones de riesgo, mitos y realidades asociados al consumo de sustancias psicoactivas, así como la identificación de señales de alarma en el grupo familiar. • Aplicar la encuesta o instrumento que permita identificar casos individuales en riesgo en la plataforma humana Unadista.

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 10 de 11

UNAD © 2023

	<ul style="list-style-type: none"> La Universidad Nacional Abierta y a Distancia cuenta con un programa de vigilancia epidemiológica en riesgo psicosocial, donde se establecen criterios de identificación, intervención y seguimiento de factores de riesgo psicosocial y plataforma humana que presentan diagnóstico desde la esfera mental. Un elemento del programa es la asesoría individual, que abre un espacio confidencial con el fin de orientar en diferentes situaciones psicosociales que se puedan estar presentando.
Verificar	<p>A través de los indicadores dados por el programa de prevención de consumo de tabaco, alcohol y sustancia psicoactivas.</p> <p>De la misma manera el cumplimiento de las actividades dentro del plan anual de trabajo del SG-SST y el programa de vigilancia epidemiológica en riesgo psicosocial dado que el consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas está catalogado dentro de las afectaciones en salud mental.</p>
Actuar	Teniendo en cuenta la etapa de verificación del programa, se evaluarán la estrategias utilizadas e implementadas, se analizará la pertinencia de estas y se determinarán acciones preventivas y de intervención en casos de consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas.

14. Actualización del Programa

El programa se actualizará y cada vez que sea necesario ya que está sujeto a condiciones cambiantes de la universidad en las diferentes zonas y unidades.

MODIFICACIONES O ACTUALIZACIONES DEL PROGRAMA		
VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN RESUMIDA DEL CAMBIO
1	Enero 20224	Diseño del programa de prevención de consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas

“Asegúrese de consultar la versión vigente de este formato en <http://sig.unad.edu.co>”

	FORMATO DE FORMULACIÓN DEL PROGRAMAS DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CÓDIGO: F-5-6-69
	PROCEDIMIENTO RELACIONADO: GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO INSTITUCIONAL	VERSIÓN: 0-14-11-2023
		PÁGINAS: Página 11 de 11

UNAD © 2023

ELABORADO POR:	REVISADO POR:	APROBADO POR:
Laura Melissa Arias Contratista Apoyo a la Gestión	Mónica Adriana Carvajalino Líder Nacional del Sistema de Gestión	Alexander Cuestas Mahecha Gerente de Talento Humano