


	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

1. APROBACIÓN				
	CARGO	NOMBRE	FECHA	FIRMA
<b>ELABORÓ</b>	PROFESIONAL ESPECIALIZADO	ADRIANA ROCIO PINZON	04/04/2019	
<b>REVISÓ</b>	SUBDIRECTOR DESARROLLO HUMANO.	CESAR AUGUSTO MORENO CASTRO	15/04/2019	
<b>APROBÓ</b>	JEFE OFICINA ASESORA DE PLANEACIÓN Y GARANTÍA DE LA CALIDAD.	AITZA VIVIAN CASTAÑEDA	22/05/2019	
	GERENTE.	JAVIER FERNANDO MANCERA GARCIA	27/05/2019	

2. OBJETIVO
<p><b>2.1 OBJETIVO GENERAL</b></p> <p>Promover una cultura de prevención de consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, proponiendo diferentes actividades y capacitaciones orientadas a la promoción de estilos de vida saludables en la E.S.E Hospital Universitario de la Samaritana.</p>
<p><b>2.2 OBJETIVO ESPECIFICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementar estrategias que permitan prevenir el consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas en los trabajadores de la E.S.E Hospital Universitario de la Samaritana</li> <li>• Fomentar estilos de vida saludables en los trabajadores de la E.S.E Hospital Universitario de la Samaritana.</li> <li>• Informar a los colaboradores sobre los efectos del consumo del alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, con el propósito de mejorar los niveles de salud, seguridad, calidad</li> </ul>

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 1 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	-----------------------

	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

de vida de los colaboradores y sus familias.

### 3. ALCANCE

Este manual va dirigido a todos los colaboradores de la E.S.E Hospital Universitario de la Samaritana para prevenir el consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas.

### 4. DEFINICIONES:

**ABSTINENCIA:** Privación de consumo de drogas, bebidas alcohólicas o tabaco ya sea por cuestión de principios o por otros motivos. Las personas que practican la abstinencia de alcohol reciben el nombre de abstemios o abstinentes totales. El término abstinente actual se define habitualmente como una persona que no ha consumido nada de alcohol en los doce meses anteriores.

**ABUSO:** (Alcohol, tabaco, sustancias psicoactivas) Grupo de términos de uso extensivo, pero con varios significados. El abuso de sustancias psicoactivas se define como un modelo desadaptativo de uso de una sustancias psicoactiva caracterizado por un consumo continuado, a pesar de que el individuo sabe que tiene un problema, social, laboral, psicológico o físico, persistente o recurrente provocado o estimulado por el consumo recurrente en condiciones en las que es físicamente peligroso.

**ADICCION:** Consumo repetido de una o varias sustancias psicoactivas hasta que el punto que el consumidor (denominado adicto) se intoxica periódicamente o de forma continua, muestra un deseo compulsivo de consumir la sustancia (o sustancias) preferida, tiene una enorme dificultad para interrumpir voluntariamente o modificar el consumo de la sustancia y se muestra decidido a obtener sustancias psicoactivas por cualquier medio.



**ALCOHOL:** Etanol, componente psicoactivo principal de las bebidas alcohólicas. Por extensión el término alcohol también se utiliza para referirse a las bebidas alcohólicas.

**ALCOHOLEMIA:** Concentración del alcohol (etanol) en la sangre. Normalmente se calcula realizando una prueba de aire expirado o un análisis de orina o en otros líquidos biológicos en los que la concentración de alcohol guarda una relación conocida con la existente en la sangre.

**ALCOHOLISMO :** Términos de significado variable y usado durante mucho tiempo que se emplea generalmente para referirse al consumo crónico o continuado o al consumo periódico de alcohol que se caracteriza por un deterioro de control sobre la bebida, episodios frecuentes de intoxicación y obsesión por el alcohol y su consumo a pesar de las consecuencias adversas.

**ALCOHOLIZACION:** Consumo frecuente de cantidades sustanciales de bebidas alcohólicas para mantener una concentración elevada de alcohol en la sangre. También se define como el proceso de aumentar la frecuencia de consumo de alcohol.

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 2 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	-----------------------

 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

#### 4. DEFINICIONES:

**ALUCINOGENO:** Sustancia química que induce alteraciones de la percepción, el pensamiento y sensaciones similares a las provocadas por las psicosis funcionales, pero que no producen una marcada alteración de la memoria y la orientación que son características de los síndromes orgánicos

**AMBIENTE:** Conjunto de factores físicos, químicos, biológicos y socio –culturales que influyen el estado de salud (corporal y mental) y que contribuyen a los procesos patológicos que desencadenan una enfermedad.

**ANÁLISIS DE ORINA, DROGAS:** Análisis de una muestra de orina en busca de sustancias psicoactivas.

**COCAÍNA:** Sustancia que se obtiene de las hojas de la coca o que se sintetiza a partir de la ecgonina o sus derivados. Es una potente droga estimulante del sistema nervioso central.

**CODEPENDIENTE:** Familiar, amigo o pareja de una persona dependiente de alcohol o de otras drogas. Las actitudes de las personas codependientes suelen perpetuar la dependencia de la persona adicta y retrasan el proceso de recuperación.

**COMUNIDAD TERAPEUTICA:** Servicio de acogimiento residencial de carácter transitorio que proporciona a las personas con dependencia de alcohol y de otras drogas en su proceso de rehabilitación el acogimiento, cuidado y la vida comunitaria para facilitar su integración social. Servicio de soporte a la prestación sociosanitaria.

**CONDUCCION BAJO EFECTOS DE ALCOHOL:** Acción penal de conducir un vehículo con un nivel de alcoholemia superior a la limitación establecida por la ley.

**DEPENDENCIA:** Necesidad física o psíquica de consumir una droga, a pesar de las consecuencias adversas que provoca.

**DESHINIBICION:** estado de liberación de las inhibiciones internas que influyen sobre la conducta de una persona. El consumo de sustancias como el alcohol o el éxtasis pueden provocar este efecto en el estado anímico caracterizado por un aumento de la sociabilidad y la empatía o la capacidad para conectar con los otros.

**DESEINTOXICACION:** Un proceso basado en la abstinencia, mediante la cual el cuerpo se libera de las drogas.



**DROGA:** Sustancia que al ser introducida en el organismo actúa sobre el sistema nervioso central y le provoca cambios que pueden afectar a la conducta, al estado de ánimo o a la percepción de manera que predispone a repetir su consumo.

**EMBRIAGUEZ:** conjunto de cambios psicológicos y comportamentales de carácter transitorio, así como en órganos y sistemas, inducidos en el individuo por el consumo de algunas sustancias farmacológicamente activas, las cuales afectan su capacidad y habilidad para la realización adecuada de actividades de riesgo.

**EPISODIO DE CONSUMO PUNTUAL E INTENSIVO DE ALCOHOL:** Según la OMS, es la ingesta de un mínimo de 60 gramos de alcohol en una sola ocasión.

**FACTOR DE PROTECCION:** Característica individual o social que reduce la probabilidad de que una persona consuma drogas o que ese consumo llegue a causar problemas importantes a esta o a otras personas.

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 3 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	-----------------------

 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

#### 4. DEFINICIONES:

**FACTOR DE RIESGO:** Característica individual, familiar ambiental o social que incrementa la probabilidad de que una persona consuma drogas o que este consumo llegue a causar problemas importantes.

**INHALANTE:** Sustancia volátil que se puede inhalar y que tiene efectos psicoactivos. Pertenecen a este grupo de sustancias los disolventes, las pinturas, la gasolina, la cola, los aerosoles.

**INTERCAMBIO DE JERINGAS:** Intervención preventiva que tiene como finalidad reducir la transmisión de enfermedades infecciosas a través de la sangre. Se trata de la distribución de jeringas estériles a cambio de jeringas usadas.

**INTOXICACION:** Estado más o menos temporal de rendimiento psicológico y psicomotriz deficiente causado por la presencia de alcohol en el organismo.

**LSD:** Sustancia alucinógena conocida también con el nombre de Tripi que modifica la percepción del pensamiento y el estado de ánimo.

**METADONA:** Opiáceo sintético que se utiliza en el tratamiento de mantenimiento de las personas con dependencia de opiáceos, como la heroína. Puede administrarse una vez al día por vía oral, siempre bajo supervisión.

**NICOTINA:** Principal sustancia psicoactiva que se encuentra en el tabaco y que provoca efectos estimulantes y relajantes. Crea tolerancia y dependencia en el fumador habitual.

**OPIÁCEOS:** Sustancia que se encuentra en la planta de opio denominada adormidera (*Papaver somniferum*), que afecta a la actividad del sistema nervioso central. La heroína es un opiáceo utilizado como droga de consumo.

**PROBLEMA RELACIONADO CON DROGAS:** Cualquiera de las consecuencias indeseables relacionadas con el consumo de drogas.



**PROGRAMA DE PREVENCIÓN:** Conjunto coordinado y estructurado de actividades que se realizan según el conocimiento de unas necesidades previamente identificadas. El conocimiento de las necesidades existentes permite el establecimiento de unos objetivos, de uno de los indicadores asociados a cada objetivo y de un método de evaluación para saber si al final se han obtenido los resultados esperados (objetivos). A fin de que sea factible, hay que tener en cuenta los recursos necesarios y los disponibles, así como la definición de los métodos que se utilizaran para completar las actividades determinadas previamente.

**PSICOFARMACO:** Fármaco psicoactivo utilizado para el tratamiento de los trastornos en los que están alteradas las facultades psíquicas o afectivas. Se puede utilizar por los efectos hipnóticos y ansiolíticos que tiene, como los barbitúricos y las benzodiazepinas.

**RECAIDA:** Acción de volver a consumir alcohol o cualquier otra droga después de un periodo de abstinencia. Normalmente, la recaída vuelve a hacer aparecer los síntomas de dependencia.

**RECUPERACION:** mantenimiento de la abstinencia de alcohol y/o de otras drogas mediante cualquier tipo de tratamiento.

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 4 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	-----------------------

 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

#### 4. DEFINICIONES:

**REDUCCION DE DAÑOS:** Enfoque que hace referencia a las políticas, los programas y las practicas que tiene como principal objetivo reducir las consecuencias sanitarias, sociales y económicas de consumo de drogas psicoactivas, legales e ilegales, sin reducir necesariamente el consumo de drogas. La reducción de daños aporta beneficios a las personas que consumen drogas a sus familias y a su comunidad.

**REDUCCION DE RIESGOS:** Enfoque que hace referencia a la actuación pragmática ara promover la salud respetando las diferencias de estilos de vida sobre todo en términos de sexualidad y consumo de drogas. Se trata de una apuesta por reducir los riesgos asociados a ciertos comportamientos y responsabilizar a los jóvenes de sus decisiones. El objetivo es permitir que las personas aprendan a gestionar su propio placer y los riesgos correspondientes gracias a una información correcta y adaptada a sus conceptos de vida.

**REHABILITACIÓN:** Proceso por medio del cual una persona con problemas de consumo de drogas alcanza un estado de salud, una función psicológica y un bienestar social óptimos.

**SALUD:** En la constitución de la OMS (1948) la salud se define como un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solo como la ausencia de la enfermedad. Más adelante, con el desarrollo del modelo de promoción de la salud, la salud se considera un derecho humano fundamental, además de cómo un medio para conseguir que las personas disfruten de una vida individual social y económicamente gratificante y productiva.

**SINDROME DE ABSTINENCIA:** Síndrome que aparece al interrumpir la administración de una determinada sustancia, de la que por uso repetitivo, una persona había desarrollado dependencia física.

**SOBREDOSIS:** Consumo de cualquier tipo de droga o medicamento en una cantidad que provoca efectos adversos agudos físicos o mentales, La sobredosis puede producir efectos temporales o prolongados y también la muerte. La dosis mortal de una sustancia concreta varía según cada persona y cada circunstancia.



**TABACO:** Denominación común de una serie de plantas de la familia de las solanáceas, la más común de las cuales es la Nicotina tabacum, así como genéricamente de los productos manufacturados procedentes de estas plantas. La nicotina es el principal componente psicoactivo.

**TABAQUISMO:** Estado de la persona fumadora que presenta una fuerte dependencia de la nicotina y, en consecuencia, manifiesta fuertes síntomas de abstinencia.

**TABAQUISMO PASIVO:** Inhalación, normalmente involuntaria, de humo de tabaco procedente de una persona que está fumando.

**TOLERANCIA:** Disminución del efecto de la dosis constante de un fármaco como consecuencia de la administración repetida o de la habituación del uso continuado o creciente de una sustancia.

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 5 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	-----------------------

	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

### 5. RELACIÓN DE LOS PROCEDIMIENTOS E INTERACCIÓN ENTRE ELLOS

Teniendo en cuenta que recurso humano es el factor más importante de la E.S.E Hospital Universitario de la Samaritana y debe ser el elemento de mayor preocupación para los directivos, por ello es importante la participación de todos los agentes implicados. La prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas es compromiso de todos e incluye la responsabilidad de vigilar y propender por el mutuo control de los compañeros de trabajo y su entorno. Resulta necesario promover unos adecuados estilos de vida saludables dentro y fuera del lugar de trabajo.

#### JUSTIFICACIÓN:

Las sustancias psicoactivas, ya sean legales o ilegales, constituyen “sustancias exógenas que afectan el sistema nervioso central, induciendo a respuestas que generalmente son reconocidas subjetivamente como de calma, energía o placer. Los costos de su consumo se miden en cuanto a los efectos adversos para la salud del trabajador, que se reflejan en cuanto a los gastos para el tratamiento del abuso y desordenes asociados, así como la morbilidad y mortalidad, prematuras y la pérdida de productividad, el crimen, la violencia y los programas de rehabilitación.



La política de prevención de consumo del alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas deberá estar enfocada a el desarrollo de capacidades individuales y colectivas que permitan a los colaboradores tomar decisiones de acuerdo a los retos y desafíos de la vida y mediante los procesos que garanticen la existencia de la propia libertad. Desde este punto de vista alcanzar un bienestar físico, emocional, mental y social.

Desde el abordaje de la prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas se deben fomentar estilos de vida saludables, teniendo en cuenta factores como tolerancia al consumo de sustancias psicoactivas, experiencias familiares de violencia, enfermedad mental en la familia que no haya sido objeto de tratamiento y falta de programas de apoyo a nivel social.

Dentro de la implementación de este manual de prevención de consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas se busca prevenir problemáticas laborales y personales dentro del lugar de trabajo, fomentar hábitos y estilos de vida y trabajo saludables en pro del desarrollo de los colaboradores como actores fundamentales para el buen funcionamiento del Hospital Universitario Samaritana.

Por medio de diferentes técnicas y estrategias pedagógicas que buscan fortalecer la autonomía, madurez, empoderamiento del trabajador frente al afrontamiento de situaciones que le puedan ser susceptibles para el consumo de sustancias que le lleven a incrementar la posibilidad de error en cualquier actividad que pueda generar riesgos (para sí mismo, compañeros,

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 6 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	-----------------------

 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

### 5. RELACIÓN DE LOS PROCEDIMIENTOS E INTERACCIÓN ENTRE ELLOS

pacientes o instalaciones). Por lo anteriormente mencionado resulta relevante mencionar algunas consecuencias a la salud que conlleva el consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas como:



Las más importantes de las enfermedades relacionadas con el alcoholismo son las siguientes:

- Cirrosis hepática, pancreatitis, hepatitis alcohólica, gastritis y úlcera péptica.
- Polineuritis alcohólica (que consiste en una degeneración de la inervación de los miembros y suele acompañarse con déficit nutritivo, descoordinación y temblores), epilepsia, síndrome de abstinencia, delirium tremens, psicosis alcohólica, y cierto grado de atrofia encefálica.
- El alcohol es un tóxico miocárdico directo causante de cardiomiopatías, manifestándose con trastornos del ritmo cardíaco, hipertensión arterial, inflamación del músculo cardíaco.
- La relación causal entre consumo de alcohol y cáncer es clara, destacando el cáncer de la cavidad oral, lengua, faringe, laringe y esófago, potenciándose los efectos si además se fuma. El alcohol también puede provocar cáncer de hígado.
- Los efectos negativos del alcohol sobre el feto produce el llamado Síndrome Alcohólico Fetal, que se acompaña de malformaciones en la cara, extremidades, corazón, y anomalías en el crecimiento y desarrollo psicomotor incluido el déficit mental.
- También puede producir disminución del deseo sexual, impotencia y atrofia testicular.
- Sangrado del esófago o del estómago.
- Inflamación y daño en páncreas: El páncreas produce sustancias que el cuerpo necesita para funcionar bien.
- Desnutrición.
- Además de los problemas sanitarios, el consumo excesivo de alcohol origina importantes costes laborales (absentismo, bajas por incapacidad....) malos tratos al cónyuge y a los niños, ruptura y abandono familiar y marginación.

Dentro de las principales consecuencias del tabaquismo se encuentran las siguientes:

- Cáncer de pulmón. Es la principal causa de muerte en el mundo.
- Cáncer de corazón: La presión arterial aumenta forzando al corazón a hacer un mayor esfuerzo e incrementando el riesgo de enfermedad coronaria.

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 7 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	-----------------------

 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

### 5. RELACIÓN DE LOS PROCEDIMIENTOS E INTERACCIÓN ENTRE ELLOS



- Cáncer de útero y aborto espontáneo: Aumenta el riesgo de cáncer cerviuterino y de útero. Además aumenta la infertilidad en las mujeres y provoca complicaciones durante el embarazo y el parto.
- Cáncer de vías urinarias: Es la causa principal de casos de cáncer de las vías urinarias (vejiga, uretra, riñones). El riesgo depende de cuantos cigarrillos se fuman y durante cuánto tiempo.
- Cáncer de boca y nariz: los puros y las pipas se consideran la forma menos dañina de fumar tabaco. Pero aunque no inhalen el humo, los fumadores de puros y pipas, tienen un riesgo elevado de desarrollar cáncer en la cavidad oral. Los puros demoran más en consumirse y contienen más tabaco que los cigarrillos, lo que aumenta la exposición al humo de segunda mano.
- Bronquitis crónica: Es una inflamación persistente de los bronquios que se caracteriza por tos productiva durante un largo periodo de tiempo.
- Enfisema: Es una enfermedad pulmonar crónica que afecta los alveolos y se caracteriza por dificultad respiratoria, tos fatiga, trastorno del sueño y del corazón, pérdida de peso y depresión.
- Fumador pasivo: es la persona, que a pesar de no consumir directamente productos provenientes del tabaco aspira las sustancias tóxicas y cancerígenas provenientes de su combustión y propagadas por el humo que desprende la misma.

En la actualidad existen diversos tipos de drogas que producen diferentes efectos como:

- Desajustes neuroquímicos y funcionales en el cerebro, provoca liberación masiva de algunos neurotransmisores.
- Alteración del humor, no solamente a largo plazo sino también a corto plazo lo que significa que una persona puede pasar de estar relajada a sentirse irritada y agresiva de manera muy frecuente.
- Problemas familiares, relacionales y sociales, los problemas pueden presentarse cuando la persona es consumidora habitual de alguna sustancia psicoactiva, o alcohol pudiendo perder amistades e incluso el trabajo
- Adicción es una de las consecuencias del consumo de alcohol o drogas, es lo que lleva a la persona a volver a consumir pues generan un efecto agradable en el sistema nervioso. Las drogas afectan de manera notable al sistema de recompensa cerebral
- Problemas cardiovasculares son habituales en el consumo prolongado de la gran mayoría de las drogas, pues estas sustancias alteran el funcionamiento normal del corazón.

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 8 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	-----------------------



 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

### 5. RELACIÓN DE LOS PROCEDIMIENTOS E INTERACCIÓN ENTRE ELLOS

- Defectos en el embarazo dado que se ha relacionado con bebés prematuros y subdesarrollados, pues el abuso de estas sustancias deteriora la salud tanto de la madre como del niño.
- Disfunción sexual esto fue comprobado en el Instituto Andaluz de sexología y psicología
- Debilitamiento del sistema inmune, teniendo en cuenta que los estudios muestran que la mayoría de las drogas debilitan el sistema inmunológico, lo que causa que los consumidores sean más susceptibles a enfermedades e infecciones de todo tipo.
- Problemas respiratorios pues el consumo de drogas causa mayor riesgo de sufrir enfermedades respiratorias como la neumonía. Los efectos secundarios de algunas drogas incluyen dolores en el pecho y los pulmones o depresión respiratoria.
- Conductas antisociales dado que los consumidores pueden dejar de practicar actividades de las que disfrutaban con anterioridad, además de tener problemas en el trabajo como bajo rendimiento, abandono o despido del cargo.
- El aislamiento puede ser una consecuencia directa del consumo de drogas, suelen aislarse de la familia o del trabajo.
- Ansiedad e insomnio, es muy habitual que las personas que consumen con frecuencia padezcan ansiedad y alteraciones del sueño
- Otros trastornos psicológicos en algunos casos puede presentarse la esquizofrenia o el trastorno paranoide.
- Sobredosis causando daños irreparables para la salud de los sujetos que hacen uso de diferentes sustancias
- Muerte en algunos casos la sobredosis puede llevar a la hospitalización del paciente, al coma e incluso a la muerte



#### **Niveles de Consumo:**

Resulta fundamental identificar dentro de la E.S.E Hospital Universitario de la Samaritana localizar oportunamente la problemática de consumo del alcohol, tabaco o sustancias psicoactivas y sus niveles, lo anterior nos es útil para determinar el tipo de ayuda que se debe brindar al colaborador, el acompañamiento en cuanto a nivel de intensidad y frecuencia. Es importante determinar que el diagnóstico y/o tratamiento debe ser realizado por un profesional correspondiente al área médica.

Los niveles de consumo de drogas, tabaco y alcohol se agrupan en dos grandes áreas:

- No problemático:

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 9 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	-----------------------

 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

## 5. RELACIÓN DE LOS PROCEDIMIENTOS E INTERACCIÓN ENTRE ELLOS

Consumo experimental: cuando se tiene contacto con una o más sustancias de forma esporádica, pudiendo abandonar o continuar consumiendo. Los factores de este tipo se relacionan con curiosidad, presiones sociales, lo desconocido, etc.

Consumo ocasional: En este tipo de consumo el colaborador continúa consumiendo la sustancia de forma esporádica, sin embargo posee algunas motivaciones para continuar con su consumo, ya sea trasgredir normas, facilitar la comunicación entre pares o fortalecer relaciones interpersonales.

Consumo habitual: el individuo estaría incorporando el consumo en sus rutinas, conoce el precio, la calidad y el efecto de la sustancia. El consumo podría ser eventualmente semanal de forma individual y grupal

- Consumo problemático:

Consumo Abusivo: suele ser un consumo más constante por lo general grupal y concertado. El consumo es selectivo de una o varias sustancias, consume en condiciones de riesgo para sí mismo u otros. Durante el consumo abusivo de drogas, alcohol o tabaco se aprecian ciertas conductas que afectan negativamente las relaciones familiares, bajo rendimiento laboral, problemas de relaciones interpersonales.



Consumo dependiente: En este caso la persona utiliza drogas de forma constante en forma constante y periodos más extensos, se constatan grandes dificultades para controlar su uso, En ocasiones se presentan síntomas de abstinencia, recurriendo a la droga para aliviar su síntoma de malestar provocado por la falta de ella.

## INTERVENCIONES

### *Individual*

Si llega a detectarse consumo de alcohol o sustancias psicoactivas en un colaborador se remitirá a consulta con un profesional del campo afín a salud mental o servicio programa especializado al servicio del Hospital o externo. Se prestara especial atención a las complicaciones conexas con el consumo de alguna sustancia que pueda implicar riesgo inminente para la vida del colaborador. También se recomienda indagar en la vida familiar del colaborador atendiendo las situaciones que puedan presentarse en la vida familiar por el abuso de sustancias.

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 10 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	------------------------

 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

## 5. RELACIÓN DE LOS PROCEDIMIENTOS E INTERACCIÓN ENTRE ELLOS

### **Colectiva**

Es importante fomentar acciones dado que el consumo de alcohol, o psicoactivos está ligado a prácticas grupales. Se realizara el abordaje con grupos (por ejemplo si es a nivel laboral). Las acciones en los grupos laborales deben encaminarse tanto a la estimación de la magnitud del problema del uso indebido de psicoactivos, alcohol o tabaco en la comunidad de trabajo como hacia un abordaje institucional, intersectorial para el control de la prevención de consumo.

Se incluirán medidas para mejorar la capacidad de autocontrol individual y colectivo mediante las siguientes actividades:

- ✓ Informativas destinadas a todo el personal del Hospital y encaminadas a proporcionar información sobre el uso de sustancias, alcohol o tabaco, sus efectos y consecuencias.
- ✓ Formativas, que favorezcan la capacitación de los profesionales de la salud y de los mediadores, así como los mandos intermedios y directivos.
- ✓ Sensibilizadoras, dirigidas a todo el personal de la empresa, con el objetivo de favorecer la aceptación del manual y la normalización en el Hospital de las drogodependencias.
- ✓ Participativas, dirigidas a:
  1. Fomentar la difusión a todos los trabajadores del manual de prevención de consumo de alcohol, drogas y tabaco y favorecer la participación de todos los trabajadores en el desarrollo del mismo.
  2. Conocer el impacto, la opinión de los colaboradores de determinadas medidas adoptadas, previamente consultadas, en el Hospital para el manual de prevención.

Dentro del plan de intervención se contemplan tres etapas que se describen a continuación:



### **Etapa 1 Sensibilización**

Se debe socializar un mensaje positivo que llame la atención de los colaboradores con lemas relacionados con la prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas. En esta etapa se contara con dos apartados:

### **Acciones informativas**

Tienen como objeto informar a todos los colaboradores sobre los peligros que incluye el consumo de alcohol, tabaco, sustancias psicoactivas en el trabajo y los riesgos asociados a la seguridad y salud de los mismos, Estas acciones incluyen diversas actividades que se centran en informar la problemática asociada al consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas para conseguir un cambio de hábitos de consumo.

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 11 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	------------------------

	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

## 5. RELACIÓN DE LOS PROCEDIMIENTOS E INTERACCIÓN ENTRE ELLOS

### **Acciones Formativas**

Teniendo en cuenta la necesidad de realizar una mejora en el fomento de materia preventiva que involucre a los colaboradores, haciéndolos más sensibles y comprometidos con los comportamientos preventivos, es por ello que esta formación se ha ido adaptando a ese cambio cultural, realizando una formación más resolutiva de las necesidades reales del Hospital.

Estas acciones formativas se dirigen a todos los colaboradores de la E.S.E Hospital Universitario de la Samaritana sin importar el tipo de contratación.

Se realizan capacitaciones de forma activa, teniendo en cuenta casos reales animando al personal a participar y seguir trabajando en un cambio de hábitos más saludables reforzando la sensibilización luego de la etapa de información.

### **Etapa 2. Detección y Control**

Se adoptan medidas para identificar a los colaboradores que puedan tener un problema derivado del Alcohol, tabaco o sustancias psicoactivas. La información clínica suministrada es totalmente confidencial y para ello se contara con la realización de controles o a petición del trabajador.

Dentro de los controles se encuentran varios tipos como:

- Detección de alcohol en el aire expirado:

Realizamos con alcoholímetro la prueba por la persona designada y formada para ello.

- Analítica en sangre y orina:

En colaboración con el laboratorio el colaborador es informado de los parámetros solicitados y firma el consentimiento informado para ello.

Realizamos diferentes tipos de controles dentro de los que se encuentran:



- **Controles planificados:**

Desde el área de Seguridad y Salud en el Trabajo se programan las pruebas a realizar de forma aleatoria, notificando al personal, pudiéndose realizar a comienzo, durante o a final de la jornada de trabajo.

- **Controles aleatorios:**

Se pueden realizar sin previo aviso y se podrán realizar al inicio, durante o al final de la jornada de trabajo.

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 12 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	------------------------

 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

### 5. RELACIÓN DE LOS PROCEDIMIENTOS E INTERACCIÓN ENTRE ELLOS

- **Controles por sospecha de intoxicación:**

Si se sospecha de intoxicación por alcohol u otras drogas.

- **Controles de seguimiento:**

Son controles que puede realizar el área de Seguridad y Salud en el Trabajo a las personas que se sospeche que han tenido un abuso de alcohol o cualquier otra droga, mediante cualquiera de las diferentes vías de detección.

#### **Etapa 3: Intervención**

Una vez detectado un problema de abuso de alcohol y/o de otras drogas en un colaborador del Hospital, ya sea dentro o fuera de la jornada laboral, se activaran los recursos laborales, sociales y sanitarios para poder atender o colaborar en el caso específico.



Desde Medicina preventiva y del trabajo del Hospital, una vez revisadas las pruebas existentes, antecedentes, citará al colaborador para explicarle los hallazgos, se realiza acompañamiento de forma individual y se estudia la necesidad de atención especializada o la remisión para una entidad especializada en materia de drogodependencia o alcoholismo y se solicita acompañamiento de alguna persona cercana dado que estos casos requieren acompañamiento de redes de apoyo.

Dentro de esta etapa de intervención determinamos las actuaciones que se realizan según las necesidades del colaborador y contando que siempre será un proceso de carácter voluntario y contara con la confidencialidad que el caso amerite.

#### **IMPLEMENTACION DEL CICLO PHVA EN EL MANUAL**

El manual de prevención de consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas contara para garantizar la mejora continua y su adecuado funcionamiento con el ciclo PHVA

<b>Estado de documento:</b> VIGENTE	<b>Fecha de próxima revisión:</b> Cuatro años a partir de la fecha de elaboración.	<b>Tipo de copia:</b>	<b>Nº</b>	<b>Tabla de Retención:</b>	<b>Página 13 de 15</b>
-------------------------------------	--	-----------------------	-----------	----------------------------	------------------------

	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	



#### 5. RELACIÓN DE LOS PROCEDIMIENTOS E INTERACCIÓN ENTRE ELLOS

PLANEAR	HACER	VERIFICAR	ACTUAR
Actualización de la organización en cuanto a la normatividad vigente en Colombia, diseño de políticas de prevención del consumo de alcohol y su detección en los entornos laborales	Desarrollo de intervención, prevención, monitoreo. Llevar a término los planes de prevención e intervención programados anualmente.	Revisión del cumplimiento del Manual de prevención de consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas en el Hospital Universitario de la Samaritana	Revisiones, ajustes y puesta en marcha de los planes de promoción y prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas.

#### PLAN DE INTERVENCIÓN DEL CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO O SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

Dentro de las actividades de prevención de consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas tenemos programados los siguientes temas:

1. Capacitación sobre Autoestima
2. Capacitación sobre motivación y liderazgo
3. Capacitación sobre prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas
4. Capacitación sobre inteligencia emocional
5. Capacitación sobre administración adecuada del tiempo
Luego de la realización de las pruebas de control si se encuentran resultados positivos en las pruebas de medición se realizara intervención médica y psicológica a los trabajadores identificados.

 <p><b>HUS</b> HOSPITAL UNIVERSITARIO DE LA SAMARITANA <i>Empresa Social del Estado</i></p>	<b>MANUAL</b>		
	<b>PROCESO</b>	<b>GESTION DEL TALENTO HUMANO</b>	
	<b>NOMBRE:</b>	<b>MANUAL DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	
	<b>CÓDIGO DEL DOCUMENTO:</b>	<b>01TH15-V1</b>	

#### 6. BIBLIOGRAFÍA

1. Guía y protocolo de Atención integral en el uso, abuso y dependencia sustancias psicoactivas y conductas adictivas Primera Edición 2013.
2. Resolución 2646 de 2008, Por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.
3. Caja de herramientas Administradora de Riesgos Laborales
4. Guía técnica para el análisis de exposición a Factores de Riesgos Laborales.
5. APA O ICONTEC

#### 7. CONTROL DE CAMBIOS

VERSION	FECHA	ITEM MODIFICADO	JUSTIFICACION
Versión 1	27/04/2019		<p>El presente Manual corresponde a las diferentes estrategias de prevención del consumo de Alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas en los colaboradores del Hospital Universitario de la Samaritana, para dar cumplimiento al artículo 60 del código sustantivo del trabajo:</p> <p>“Se prohíbe a los trabajadores:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentarse al trabajo en estado de embriaguez o bajo la influencia de narcóticos o drogas enervantes”.</li> </ul>