

RESOLUCIÓN No 129 DE 2019
(Mayo 21)

Por medio de la cual se crea la política de Prevención de Consumo de Alcohol, Tabaco y Sustancias Psicoactivas en el Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga

EL DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DE CULTURA Y TURISMO DE BUCARAMANGA, en uso de sus atribuciones legales y

CONSIDERANDO

Que el Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga, es un Establecimiento Público del Orden Municipal, sometido al régimen jurídico previsto en la Ley y que hace parte del Sistema Nacional de Cultura, que tiene como objeto la Planeación, Dirección y Ejecución de la Política Cultural del Municipio de Bucaramanga.

Que es función esencial del Director de la Entidad administrar los recursos físicos, patrimoniales, financieros y de personal del Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga, emitiendo los actos administrativos necesarios para el buen funcionamiento y desarrollo institucional.

Que de conformidad con lo estipulado en normas del Sistema de Gestión Seguridad y Salud en el Trabajo (SGSST), establecidas en Ley 30 de 1986, Resolución 1075 de 1992, Ley 1566 de 2012, Resolución 4225 de 1992, Ley 1335 de 2019 (antitabaco), Resolución 2646 de 2008, es necesaria la creación de la Política de Prevención de Consumo de Alcohol, Tabaco y Sustancias Psicoactivas en el Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga.

Atendiendo la importancia de la expuesto se,

RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO: Crear la Política de Prevención de Consumo de Alcohol, Tabaco y Sustancias Psicoactivas en el Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga, la cual será aplicable a todos los niveles de la Entidad (funcionarios, usuarios y colaboradores del Imct).

ARTÍCULO SEGUNDO: La Política de Prevención de Consumo de Alcohol, Tabaco y Sustancias Psicoactivas del Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga, busca prevenir y controlar el consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, con el fin de evitar efectos y consecuencias negativas para la salud.

ARTÍCULO TERCERO: El Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga, ha definido y establecido su política de alcohol, tabaco y sustancias Psicoactivas, para prevenir, mejorar, conservar y preservar el bienestar de los funcionarios, usuarios, colaboradores y personal en general que visiten las instalaciones físicas de la institución, así como el fomento de estilos de la vida saludables, teniendo en cuenta los lineamientos generales establecidos en la Resolución 1075 de Marzo de 1992, expedida en su momento por el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, los cuales son adoptados por la Entidad de la siguiente manera:

- Es de carácter obligatorio participar activamente en las actividades de sensibilización y capacitación que promuevan el cumplimiento de la presente Política.

- Se prohíbe el consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, por parte de los colaboradores, funcionarios y visitantes, durante las horas de trabajo que afecten el funcionamiento adecuado del desempeño laboral, sean estas dentro de las instalaciones físicas de la empresa.
- No se permitirá la posesión, consumo y/o comercialización de bebidas alcohólicas y sustancias alucinógenas.
- Ninguna persona, sin importar su rango o posición, colaborador, funcionario o visitante podrá estar bajo los efectos del consumo de bebidas alcohólicas o sustancias alucinógenas que alteren el estado de conciencia, el estado de ánimo, la percepción y la capacidad de reacción de la misma, durante las horas de trabajo, sean estas dentro de las instalaciones.

Los funcionarios del imct deberán tener una conducta responsable y participativa en las acciones de sensibilización que promuevan el cumplimiento de esta política.

ARTICULO TERCERO: Todos los funcionarios del imct sin excepción tendrán la responsabilidad de cumplir con las normas y procedimientos de seguridad.

ARTICULO CUARTO: La presente Política de Prevención de Consumo de Alcohol, Tabaco y Sustancias Psicoactivas será divulgada por los mecanismos que cuenta la Entidad.


ARTÍCULO QUINTO: la presente resolución rige a partir de la fecha de su expedición y deroga las que le sean contrarias.

COMUNÍQUESE Y CÚMPLASE

Expedida en Bucaramanga, a los veintiún (21) días del mes de Mayo (2019).


NÉSTOR JOSÉ RUEDA GÓMEZ
Director General

Proyectó: **LEIDY PAOLA JAIMES BARCENAS**, – Contratista SG-SST
Revisó: **ENRIQUE TOBAR ROJAS**- Contratista Oficina Asesora Jurídica
Aprobó Aspectos Jurídicos: N. **SOFÍA SEPÚLVEDA LEAL** - Jefe Oficina Asesora Jurídica
Aprobó: **FANNY HERNÁNDEZ DÍAZ** - Subdirectora Administrativa y Financiera

	POLITICA DE PREVENCIÓN DE CONSUMO CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo <small>Bucaramanga</small>
VERSION: 01		
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST / SUB. ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

POLÍTICA DE PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

El Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga, ha definido y establecido su política de alcohol, tabaco y sustancias Psicoactivas, para prevenir, mejorar, conservar y preservar el bienestar de los funcionarios, usuarios, colaboradores y personal en general que visitan las instalaciones físicas de la institución; así como el fomento de estilos de vida saludables, teniendo en cuenta lo establecido en la resolución 1075 de marzo 24 de 1992.


- Es de carácter obligatorio participar activamente en las actividades de sensibilización y capacitación que promuevan el cumplimiento de la presente Política.
- Se prohíbe el consumo de alcohol, tabaco y Sustancias Psicoactivas, por parte de los colaboradores, funcionarios y visitantes, durante las horas de trabajo que afecten el funcionamiento adecuado del desempeño laboral, sean estas dentro de las instalaciones físicas de la empresa.
- No se permitirá la posesión, consumo y/o comercialización de bebidas alcohólicas y sustancias alucinógenas.
- Ninguna persona, sin importar su rango o posición, colaborador, funcionario o visitante podrá estar bajo los efectos del consumo de bebidas alcohólicas o sustancias alucinógenas que alteren el estado de conciencia, el estado de ánimo, la percepción y la capacidad de reacción de la misma, durante las horas de trabajo, sean estas dentro de las instalaciones.

Los trabajadores deberán tener una conducta responsable y participativa en las acciones de sensibilización que promuevan el cumplimiento de esta política.



Néstor José Rueda Gómez
Director
 Mayo de 2019

sensibilización y capacitación que promuevan el cumplimiento de la presente Política.


	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo <small>Bucaramanga</small>
VERSION: 01	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga

Subdirección administrativa y Financiera/
Recurso Humano

Bucaramanga, Mayo 2019

Dirección: Calle 30 No 26- 117 PBX: 6341132 FAX: 6342074
Web site: www.imct.gov.co
BUCARAMANGA

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo Bucaramanga
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

1. OBJETO

Establecer los lineamientos para prevenir y controlar el consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, con el fin de evitar efectos y consecuencias negativas en la salud y entorno de los colaboradores del Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga.

2. ALCANCE

La presente guía tiene como alcance, la prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, aplica para funcionarios del Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga, contratistas y subcontratistas., exceptuando los eventos autorizados por el Imct donde se realice el consumo de alcohol bajo condiciones moderadas y responsables.

3. DEFINICIONES

Droga: Es toda sustancia que introducida en el organismo vivo modifica sus funciones fisiológicas.

Estupefaciente: Es la droga no prescrita médicamente, que actúa sobre el sistema nervioso central produciendo dependencia.

Medicamento: Es toda droga producida o elaborada en forma farmacéutica reconocida que se utiliza para la prevención, diagnóstico, tratamiento, curación o rehabilitación de las enfermedades de los seres vivos

Abuso: Es el uso de droga por una persona, prescrita por ella misma y con fines no médicos.

Dependencia psicológica: Es la necesidad repetida de consumir una droga, no obstante sus consecuencias.


Adicción o Drogadicción: Es la dependencia de una droga con aparición de síntomas físicos cuando se suprime la droga

Prevención: Es el conjunto de actividades encaminadas a reducir y a evitar la dependencia.

Tratamiento: Son los distintos métodos de intervención terapéutica encaminados a contrarrestar los efectos producidos por la droga.

Política.

Dirección: Calle 30 No 26- 117 PBX: 6341132 FAX: 6342074
Web site: www.imct.gov.co
BUCARAMANGA

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo Bucaramanga
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

Alcoholismo

El alcoholismo es un padecimiento que genera una fuerte necesidad de ingerir alcohol, de forma que existe una dependencia física del mismo, manifestándose a través de varios síntomas de abstinencia cuando no es posible su ingesta.

La dependencia al alcohol puede resultar de una predisposición genética, una enfermedad mental, el consumo de alcohol abundante, sostenido y abusivo o una combinación de estos factores. Esta enfermedad no solo afecta al adicto sino también la vida de todo aquel que se encuentra a su alrededor.


Efectos del consumo excesivo de bebidas alcohólicas

El consumo en exceso de bebidas con alto contenido de alcohol, puede causar efectos negativos en la salud, como por ejemplo:

- Sangrado del esófago o del estómago
- Inflamación y daños en el páncreas. El páncreas produce sustancias que el cuerpo necesita para funcionar bien.
- Daño al hígado. Cuando es grave, a menudo lleva a la muerte.
- Desnutrición.
- Cáncer de esófago, hígado, colon, cabeza y cuello, mamas, y otras áreas del cuerpo.
- Entumecimiento o sensación dolorosa de "hormigueo" en brazos o piernas.
- Problemas con las erecciones en los hombres.
- Escapes de orina o dificultad para empezar a orinar.
- Tomar alcohol durante el embarazo, puede causarle daño al bebé en crecimiento. Se pueden presentar graves defectos de nacimiento o el síndrome del alcoholismo fetal.

Con frecuencia, las personas beben para sentirse mejor o bloquear sentimientos de tristeza, depresión, nerviosismo o preocupación. Pero el alcohol puede:

- Empeorar estos problemas con el tiempo.
- Causar problemas de sueño o empeorarlos.
- Aumentar el riesgo de suicidio.
- Tener mal rendimiento en el desarrollo de diversas actividades.
- Causar problemas de depresión, ansiedad y baja autoestima.
- Causar que un matrimonio termine en divorcio.
- Causar accidentes automovilísticos.
- Desencadenar hábitos peligrosos en las relaciones sexuales.
- Causar caídas, ahogamiento y otros accidentes.
- Violencia y homicidio.

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

Cómo prevenir el consumo de alcohol

Para prevenir el consumo de alcohol es importante tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Evitar contacto con personas que normalmente inducen al consumo de alcohol.
- Evitar asistir a eventos donde es clara la obligación de consumir alcohol.
- Reconocer si dentro de la historia familiar hay consumo de alcohol.
- Realizar reuniones y celebraciones donde se evite al máximo el consumo de bebidas alcohólicas, en lo posible eliminar el consumo totalmente.
- Es importante no exponerse a otras situaciones de riesgo en un lugar donde las personas han consumido alcohol, como: conducir un vehículo o subirse a un vehículo en el que el conductor está bajo efectos del alcohol, discusiones que pueden terminar en agresiones, actividades sexuales que pueden terminar en promiscuidad y consumo de otras sustancias nocivas para la salud.

TABACO

El 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. Se comercializa legalmente en todo el mundo (salvo en Bután), aunque en muchos países tiene numerosas restricciones de consumo, por sus efectos adversos para la salud pública. 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.

Consecuencias del consumo de tabaco

Aunque los efectos del tabaco se producen de forma progresiva y están directamente relacionados con el tiempo de duración de la adicción, las consecuencias son demoledoras desde la primera calada:


Política.

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo Bucaramanga
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

La nicotina alcanza el cerebro poco tiempo después de ser consumida, el monóxido de carbono impide que los glóbulos rojos puedan realizar su función de transporte de oxígeno a todo el cuerpo.

Entre las consecuencias asociadas al consumo de tabaco, se encuentran:

- **Cáncer de pulmones:** Fumar cigarrillos causa un 87% de muertes por cáncer de pulmón. Debido a la epidemia del tabaco, el cáncer de pulmón es la causa más común de muerte por cáncer en el mundo. Cada año, 1.2 millones de personas lo desarrollan.
- **Cáncer en el corazón:** Al minuto de encender un cigarrillo, el corazón del fumador empieza a latir un 30% más rápido. La presión arterial también aumenta, forzando al corazón a hacer un mayor esfuerzo e incrementando el riesgo de enfermedad coronaria.
- **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 z y el parto.
- **Cáncer en las vías urinarias;** El tabaquismo activo es la causa principal de muchos casos de cáncer de las vías urinarias (vejiga, uretra y riñones). El riesgo depende de cuántos cigarrillos se fuman y durante cuánto tiempo.
- **Cáncer de boca y nariz:** Los puros y las pipas a menudo se consideran como la manera 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. Los casos de cáncer sinonasal han aumentado entre los fumadores de cigarrillos y varios estudios han demostrado que la frecuencia aumenta a medida que se fuma más.
- **Bronquitis crónica:** La bronquitis es una inflamación persistente de los bronquios que se caracteriza por tos productiva durante un largo período de tiempo.
- **Enfisema:** Es una enfermedad pulmonar crónica que afecta los alvéolos y se caracteriza por dificultad respiratoria, tos, fatiga, trastorno del sueño y del corazón, pérdida de peso y depresión.

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo Bucaramanga
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

- Fumador pasivo: Es aquella 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.

Cómo prevenir el consumo de tabaco

El tabaquismo mata 5 millones de personas cada año en el mundo, y los gobiernos de diferentes países luchan para evitar que las personas adquieran éste nocivo hábito. De acuerdo a las necesidades y presupuestos de cada país, estas son algunas de las medidas preventivas más usadas para conseguir este objetivo.

- Restricciones en la venta y consumo en lugares y edificios públicos.
- Prohibición de la publicidad.
- Control de la publicidad de marca (indirecta).
- Prohibición de venta de cigarrillos sueltos y paquetes de diez cigarrillos.
- Inclusión de leyendas sobre los riesgos en las cajetillas.
- Programas informativos y educativos.

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.


SUSTANCIAS PSICOACTIVAS COMUNES Y CONSECUENCIAS DE SU CONSUMO

EXCESIVO HEROÍNA

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

Política.

Dirección: Calle 30 No 26- 117 PBX: 6341132 FAX: 6342074
 Web site: www.imct.gov.co
 BUCARAMANGA

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

Efectos a corto y largo plazo

- Efectos a corto plazo
 - "Rush" u oleada de euforia
 - Depresión respiratoria
 - Ofuscación del funcionamiento mental
 - Náuseas y vómito
 - Supresión del dolor
 - Abortos espontáneos
- Efectos a largo plazo
 - Adicción
 - Enfermedades infecciosas, por ejemplo, VIH, hepatitis B y C
 - Venas colapsadas
 - Infecciones bacterianas
 - Abscesos
 - Infección del endocardio y las válvulas del corazón
 - Artritis y otros problemas reumatológicos

BARBITÚRICOS


Los 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.

También son efectivos como ansiolíticos, como hipnóticos y como anticonvulsivos. Los barbitúricos también tienen efectos analgésicos, sin embargo, estos efectos son algo débiles, impidiendo que los barbitúricos sean utilizados en cirugía en ausencia de otros analgésicos.

Tienen un alto potencial de adicción, tanto física como psicológica. Los barbitúricos han sido reemplazados por las benzodiazepinas en la práctica médica de rutina, por ejemplo, en el tratamiento de la ansiedad y el insomnio, principalmente porque las benzodiazepinas son mucho menos peligrosas en sobredosis. Sin embargo, todavía se utilizan barbitúricos en la anestesia general, para la epilepsia y el suicidio asistido.

Efectos del consumo de barbitúricos

- Somnolencia
- Depresión de la respiración
- Depresión periférica del sistema nervioso
- Depresión cardiovascular
- Acción en las enzimas del hígado
- Efectos negativos en la función renal

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo Bucaramanga
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

ANFETAMINA

La 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 anfeña, es utilizada para pasar largas noches sin dormir, apareciendo en forma de polvo, fácilmente obtenible, que es inhalado.

Efectos del consumo de anfetaminas

- Aumento de atención
- Reducción de fatiga
- Aumento de actividad física
- Disminución del apetito
- Disminución del sueño
- Sensación de euforia o "rush"
- Aumento de frecuencia respiratoria
- Latidos cardíacos rápidos o irregulares
- Hipertermia

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-norepinefrina-dopamina, que media en la funcionalidad de estos neurotransmisores como un ligando de transportador de catecolamina exógeno.

Efectos a corto y largo plazo

- Efectos a corto plazo
 - Pérdida del apetito
 - Ritmo cardíaco, presión sanguínea y temperatura corporal incrementadas
 - Estrechamiento de vasos sanguíneos
 - Ritmo respiratorio incrementado
 - Pupilas dilatadas

Política.

Dirección: Calle 30 No 26- 117 PBX: 6341132 FAX: 6342074
 Web site: www.imct.gov.co
 BUCARAMANGA


	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 Instituto municipal de cultura y turismo <small>BUCARAMANGA</small>
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

- Hábitos de sueño trastornados
- Náuseas
- Hiper estimulación
- Comportamiento extraño, errático, a veces violento
- Alucinaciones, hiper excitabilidad, irritabilidad
- Alucinaciones táctiles que crean la ilusión de insectos desplazándose bajo la piel
- Euforia intensa
- Ansiedad y paranoia
- Depresión
- Intensa ansiedad por tomar droga
- Pánico y psicosis
- Convulsiones, ataques y muerte repentina por dosis altas (incluso con una sola vez)
- Efectos a largo plazo
 - Daños permanentes al sistema circulatorio del corazón y el cerebro
 - Presión alta, que ocasiona ataques al corazón, apoplejía y la muerte
 - Daño renal, pulmonar e hígado
 - Si se inhala; destrucción de los tejidos nasales
 - Si se fuma, fallos respiratorios
 - Enfermedades infecciosas y abscesos si se inyecta
 - Desnutrición, pérdida de peso
 - Grave deterioro de los dientes
 - Alucinaciones auditivas y táctiles
 - Problemas sexuales, daño a los órganos reproductores e infertilidad
 - Desorientación, apatía, agotamiento confuso
 - Irritabilidad y alteraciones del humor
 - Frecuencia incrementada de comportamiento peligroso
 - Delirio o psicosis
 - Depresión severa

MARIHUANA O CANNABIS

Los términos cannabis, marihuana o marihuana 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 cannabinol (CBN) o la tetrahidrocannabinovarina (THCV), y también actúan en el sistema nervioso.

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

Efectos negativos de la marihuana

- En relación con el sistema nervioso central, el consumo de esta sustancia produce efectos como euforia, dificultades para aprender, disminución de la capacidad de concentración, fallos de la memoria o dificultad en el habla.
- Hace daño al sistema respiratorio dado que la manera más extendida de consumir marihuana es fumándola. El cannabis causa irritación de las vías respiratorias y es un factor de riesgo para la aparición de patologías pulmonares y bronquiales.
- El sistema cardiovascular también se resiente y es posible la aparición de taquicardias si se abusa del cannabis.
- El consumo regular de marihuana relaja el sistema inmunológico, hasta el punto de hacer el cuerpo más vulnerable frente a la invasión de microorganismos.
- La acción de la marihuana sobre el sistema endocrino puede causar impotencia en los hombres y reducir la producción de óvulos en la mujer.

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 período de sentirse bajo los efectos de la droga— euforia, una sensación de intimidad con los demás, y la disminución de la ansiedad.

Efectos del éxtasis

Efectos reportados no deseados (pueden durar una semana después de haber consumido la sustancia, o posiblemente más en el caso de los usuarios habituales)

- Ansiedad
- Inquietud
- Irritabilidad
- Tristeza
- Impulsividad
- Agresividad

Política.

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo <small>Bucaramanga</small>
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	


- Trastornos del sueño
- Falta de apetito
- Sed
- Reducción en el interés y placer sexual
- Disminuciones significativas en las

Habilidades mentales Posibles efectos adversos a la salud

- Náuseas
- Escalofrío
- Sudoración
- Contractura involuntaria de los músculos de la mandíbula
- Calambres musculares
- Visión borrosa
- Hipertermia
- Deshidratación
- Hipertensión
- Fallo cardíaco
- Fallo renal
- Arritmia

Síntomas de una sobredosis de éxtasis:

- Hipertensión arterial
- Sensación de desmayo
- Ataques de pánico

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo <small>BUCARAMANGA</small>
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

DESARROLLO

Generalidades

La Prevención en lo que hace referencia al consumo de Alcohol y Drogas es compromiso de todos; este compromiso incluye la responsabilidad de vigilar y propender por el mutuo control entre los compañeros de trabajo y el de su entorno.

El Instituto Municipal de Cultura y Turismo de Bucaramanga, ofrecerá a los empleados en el presente documento la información básica sobre las causas físicas, psicológicas, sociales y laborales, las posibles alteraciones en la calidad de vida, así como las consecuencias y el desarrollo progresivo del uso problemático de ciertas sustancias legales o ilegales, creando una conciencia de las presiones del medio ambiente laboral que puedan ser utilizadas como falsa justificación para iniciar o continuar el consumo de sustancias, como por ejemplo el alcohol entre otros, el problema de la drogadicción tiene sus raíces en la sociedad misma. Es por ello que es necesario un compromiso de la sociedad en su conjunto. Padres, maestros, medios de comunicación, instituciones, etc., deben comprometerse a construir una sociedad nueva, donde sean promovidos los valores auténticos, especialmente los espirituales. De no hacerlo así, todas las estrategias de prevención serán inútiles, pues el problema de fondo seguirá existiendo.


En la ejecución de las actividades de Promoción y Prevención se busca al máximo fortalecer la autonomía, empoderamiento, madurez del trabajador, frente al manejo de situaciones que le puedan hacer frágil frente al consumo de sustancias que le lleven a incrementar la posibilidad del error en cualquier actividad que pueda generar riesgos (Para la persona, compañeros, instalaciones, etc.), así mismo cumpliendo los procesos de sensibilización, identificación del riesgo, control y evaluación al finalizar cada una de ellas, de tal manera que se garantice la efectividad del mismo.

6.1 FUENTES DE INFORMACIÓN.

El Instituto Municipal de Cultura y turismo de Bucaramanga, es una entidad del estado que enfoca sus esfuerzos a minimizar el consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, mediante actividades de promoción de estilos saludables, para generar ambientes de trabajo sanos, seguros y saludables; Dando cumplimiento a la política de prevención de consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas que se encuentre vigente en la entidad.

Política.

Dirección: Calle 30 No 26- 117 PBX: 6341132 FAX: 6342074
 Web site: www.imct.gov.co
 BUCARAMANGA

	GUÍA PARA PREVENCIÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS	 instituto municipal de cultura y turismo Bucaramanga
	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SST SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA	

Dentro del diagnóstico de condiciones de salud, las cuales le permiten al médico identificar los factores negativos de vida saludable y enfermedades metabólicas, donde se identifica la población que presenta consumo de alcohol y tabaco, con el objetivo de realizar actividades de prevención y promoción de estilos de vida saludables.

7. REGISTROS

- Informe de diagnóstico de condiciones de salud anual
- Registro de asistencia "Capacitación".

ANEXOS

ANEXO 1: POSIBLES ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO DE ESTA

GUÍA INTERVENCIÓN

Es enfocada a la prevención de consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, para lo cual se establece lo siguiente:

- Plan de capacitación

Se hace necesario incluir en programa de Plan Institucional de Capacitaciones PIC capacitaciones que tenga por objeto la promoción de la salud y la prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas.

La educación en salud de la guía (programa), se realizan a través de las siguientes actividades, con respecto al tema de consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas:

- Charlas educativas
- Campañas informativas y educativas
- Bolefines informativos, de educación y motivación publicados en la intranet de la Entidad.

La educación forma parte integral del control periódico y por consiguiente sus acciones se programan y se ajustan sistemáticamente de acuerdo con las necesidades. El proceso educativo se inicia desde el momento del ingreso del colaborador, en su etapa de inducción, y es permanente mientras subsista la exposición al factor de riesgo.

Se programan estas actividades educativas y de promoción, se lleva registro de las mismas en el **Formato Lista de Asistencia GAF-F-01**