Evento Bimodal
Virtual / Presencial

42° Congreso de Ergonomía, Higiene, Medicina y Seguridad Ocupacional.

Hotel Intercontinental Medellín - Colombia

2, 3 y 4 de noviembre de 2022

28 Semana de la Salud Ocupacional

Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

"Salud mental en el ámbito laboral: más allá de la gestión de los factores psicosociales"

Mónica Lorena Vargas, PhD
Líder enfermedad laboral
ARL Sura

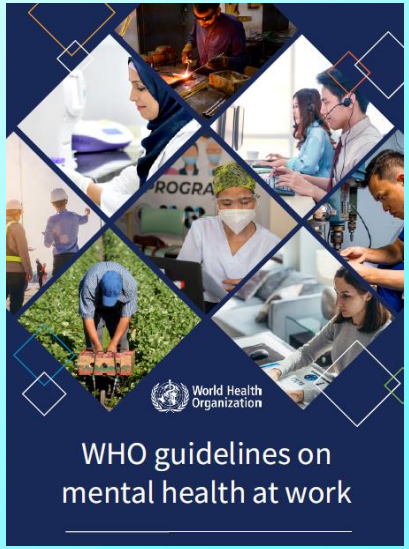
Organiza:

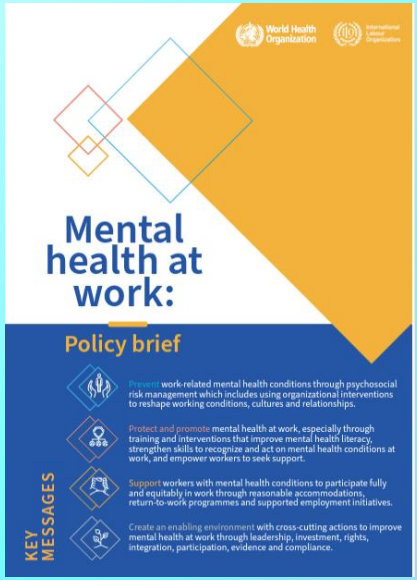
CSOA
CORPORACIÓN DE SALUD OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

CO COLOMBIA · ACHO Capítulo Antioquia · ASASI Asociación Colombiana de Seguridad Integral · SCE Sociedad Colombiana de Ergonomía Capítulo Antioquia · Sociedad Colombiana de Medicina del Trabajo Capítulo Antioquia

SALUD MENTAL. CONTEXTO

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma





SALUD MENTAL. CONTEXTO

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

LEY No. 1616 21 ENE 2013

"POR MEDIO DE LA CUAL SE EXPIDE LA LEY DE SALUD MENTAL Y SE DICTAN OTRAS DISPOSICIONES"

EL CONGRESO DE COLOMBIA

DECRETA:

ARTÍCULO 1°. OBJETO. El objeto de la presente ley es garantizar el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la Atención Integral e Integrada en Salud Mental en el ámbito del Sistema General de Seguridad Social en Salud, de conformidad con lo preceptuado en el artículo 49 de la Constitución y con

Documento
CONPES 3992

CONSEJO NACIONAL DE POLÍTICA ECONÓMICA Y SOCIAL
REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO NACIONAL DE PLANEACIÓN

ESTRATEGIA PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN COLOMBIA

Departamento Nacional de Planeación
Ministerio de Justicia y del Derecho
Ministerio de Salud y Protección Social
Ministerio del Trabajo
Ministerio de Educación Nacional
Ministerio de Cultura
Ministerio del Deporte
Departamento para la Prosperidad Social
Instituto Colombiano de Bienestar Familiar

Versión aprobada

Bogotá, D.C., 14 de Abril de 2020

COLOMBIA

Congreso instala una comisión accidental para trabajar por la salud mental de los colombianos

La Defensoría del Pueblo reveló que en el primer semestre de 2022 en Colombia, se reportaron 179 casos de suicidio en menores de edad

30 de Septiembre de 2022

Factores psicosociales. CONTEXTO

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

RESOLUCIÓN 2646 DE 2008
(julio 17)
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.

EL MINISTRO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL,
en ejercicio de sus facultades legales, en especial de las que le confieren el artículo 83 de la Ley 9ª de 1979 y el numeral 12 del artículo 2° del Decreto-ley 205 de 2003,

REPÚBLICA DE COLOMBIA

MINISTERIO DEL TRABAJO

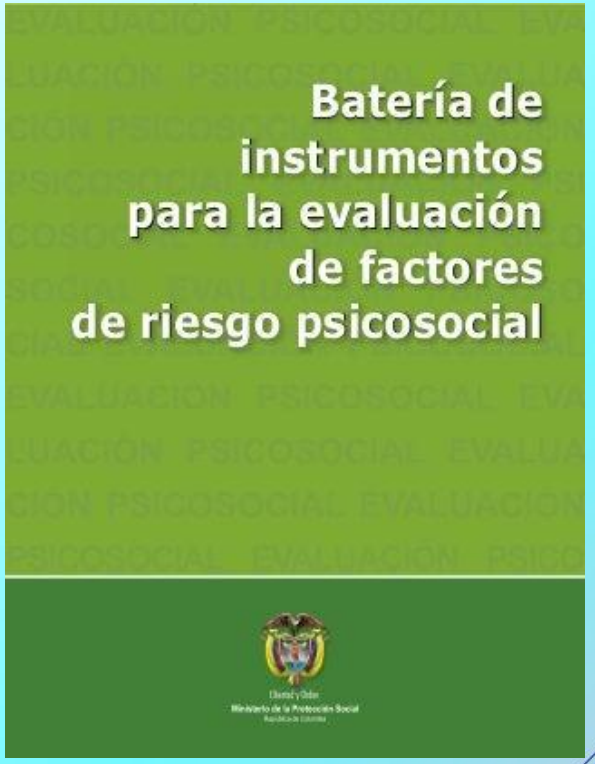
RESOLUCIÓN NÚMERO 2764 **DE 2022**

(18 JUL 2022)

Por la cual se adopta la Batería de instrumentos para la evaluación de factores de Riesgo Psicosocial, la Guía Técnica General para la promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora y sus protocolos específicos y se dictan otras disposiciones

EL MINISTRO DEL TRABAJO

En ejercicio de sus facultades legales, y en particular las conferidas en los numerales 9º y 10º del artículo 2º, los numerales 6º y 7º del artículo 6° del Decreto Ley 4108 de 2011, y



Salud mental y factores de riesgo psicosocial

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

¿En qué medida, interviniendo los factores psicosociales, estamos gestionando la Salud Mental?

¿Acaso riesgo psicosocial y salud mental no son lo mismo?

¿Gestionar los factores de riesgo psicosocial es la única vía para gestionar la salud mental?

Salud mental

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

La salud mental integra las **capacidades individuales** y **colectivas** para disfrutar la vida y asumir los **desafíos de la cotidianidad**, favoreciendo una **vida con sentido**.

- rupi kaur

Factores psicosociales

Resolución 2646 de 2008

- Gestión organizacional
- Características de la organización del trabajo
- Características del grupo social de trabajo
- Condiciones de la tarea
- Carga física
- Condiciones del medioambiente de trabajo
- Interfase persona–tarea
- Jornada de trabajo
- Tipos de contrato
- Beneficios recibidos con progr. de bienestar
- Capacitación

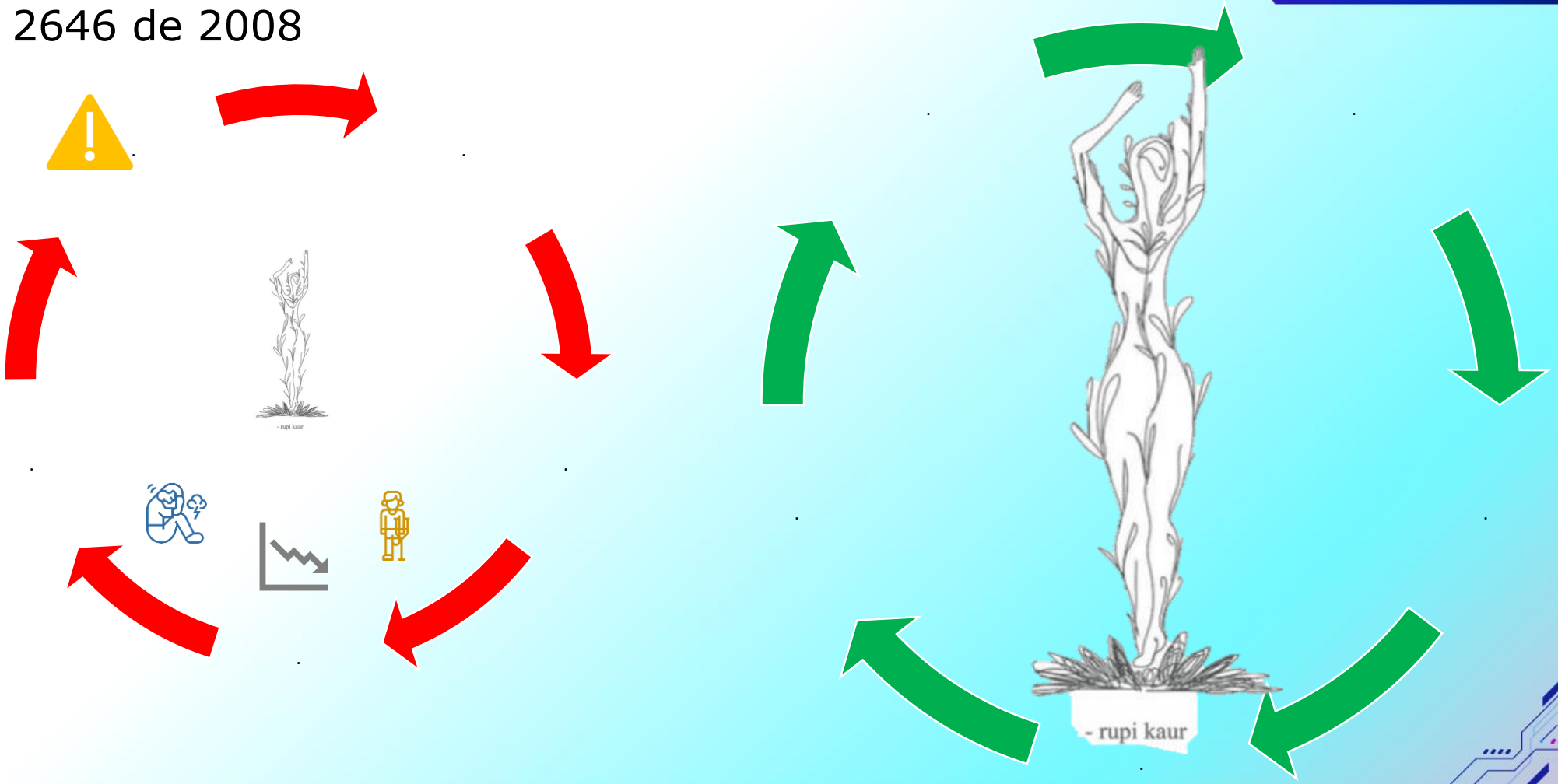
Factores psicosociales

Resolución 2646 de 2008

Factores de riesgo - factores protectores

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

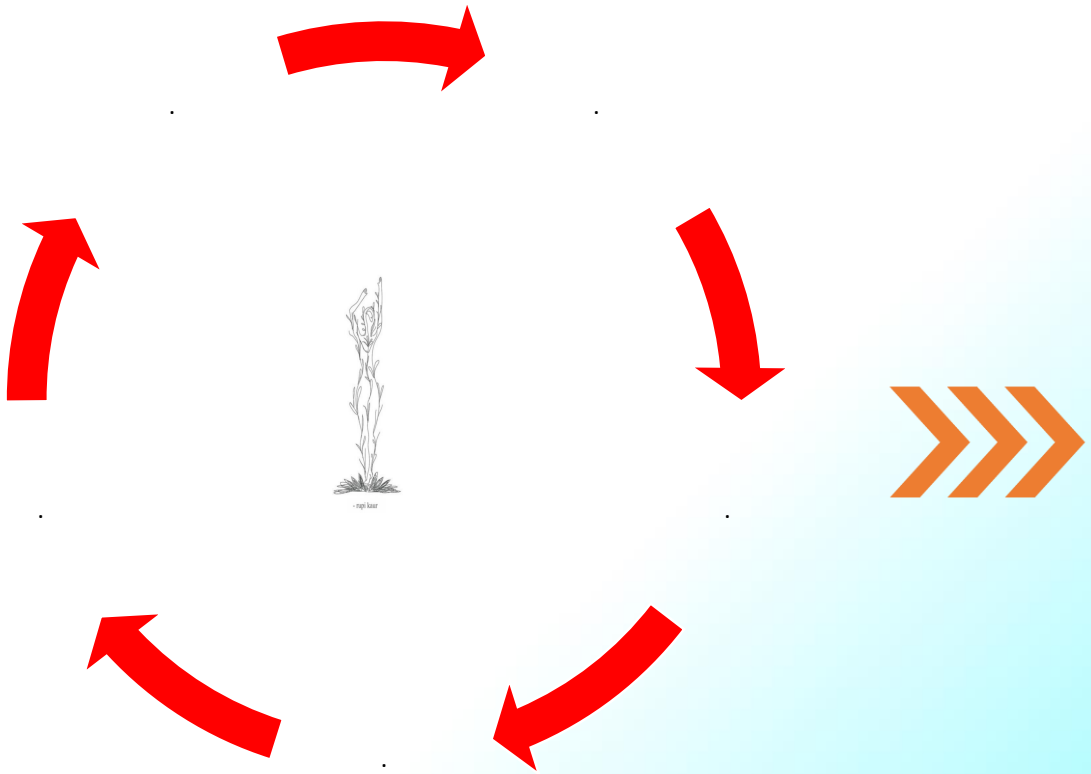
Resolución 2646 de 2008



Factores de riesgo psicosocial

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

Decreto 1477 de 2014 (Trastornos mentales y del comportamiento)



Asociados a *exposición* a Factores de Riesgo Psicosocial

1. Trastornos psicóticos agudos y transitorios.
2. Depresión. Episodios depresivos
3. Otros Trastornos de Ansiedad
   - *3.1 Trastorno de ansiedad generalizada.*
   - *3.2 Trastorno de pánico*
   - *3.3 Trastorno mixto ansioso-depresivo*
4. Reacciones a estrés grave
5. Trastornos de adaptación
   - *5.1 Trastornos adaptativos con humor ansioso, con humor depresivo, con humor mixto, con alteraciones del comp. o mixto con alteraciones de las emociones y del comp.*
6. Estrés post-traumático
7. Trastornos del sueño debidos a factores no orgánicos
8. Síndrome de agotamiento profesional (Síndrome de Burnout)

Intervenciones de los factores de riesgo psicosocial

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

¿Por qué si en mi empresa estamos gestionando riesgos psicosociales, a la siguiente medición continúan los niveles de riesgo en alto y muy alto?

1. ¿Mis intervenciones han estado centradas en la gestión de las condiciones intralaborales, en las extralaborales, en las personas, en todas?

Un gran número de intervenciones se han enfocado en acciones <u>sólo</u> con los trabajadores

- Talleres para el manejo del estrés,
- Estilos o estrategias de afrontamiento,
- Gestión del tiempo,
- Hábitos de sueño,
- Comportamientos saludables,
- Prevención de consumo de sustancias psicoactivas

Intervenciones de los factores de riesgo psicosocial

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

Un ejemplo

Riesgo alto y muy alto en demandas cuantitativas

Intervención seleccionada

Taller para aprender a autogestionar el tiempo, como un hábito que mejora la eficiencia en el cumplimiento de las actividades.

¿Es mi entorno habilitador para que pueda autogestionar el tiempo?

¿Me permite bloquear la agenda sin interrupciones?

¿Me permite tener pausas activas?

¿Puedo aportar en la forma como organizo mi trabajo para hacerlo de manera más eficiente?

Intervenciones en las personas y la salud mental

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

Fortalecer habilidades en (algunos ejemplos):

- Crianza de los hijos
- Finanzas del hogar
- Cuidado del adulto mayor
- Sana convivencia
- Consumo responsable
- Hábitos saludables

Generación oportunidades para el acceso a actividades para el disfrute, el ocio, el estudio, líneas te atención en salud mental

Espacios de aprendizajes sobre fenómenos que pueden lesionar la salud mental de las personas (dentro y fuera del trabajo):

- ¿Cómo prevenirlos?
- ¿Qué rutas activar?
- Violencias, discriminación, acoso

Problemas y trastornos mentales

- Disminución del estigma
- Ambientes de confianza
- Ambientes protectores

Algunas conclusiones

1. Diferencia: Factores de riesgo psicosocial (condiciones intralaborales o extralaborales configuradas de manera negativa). Salud mental "capacidades individuales y colectivas para disfrutar la vida y asumir los desafíos de la cotidianidad, favoreciendo una vida con sentido".

2. Interdependencia: los factores psicosociales *habilitan o dificultan,* y *afectan de manera positiva o negativa* la salud mental y, la salud mental a su vez se construye, desarrolla y potencia en el marco de los factores psicosociales, en el marco de cómo se encuentra configurado nuestro entorno laboral.

Algunas conclusiones

28 Semana de la Salud Ocupacional
Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

La salud mental en el ámbito laboral debe gestionarse con un enfoque que incluya la gestión de los factores psicosociales pero que los trascienda y que considere e implemente otras acciones para que las personas puedan disfrutar su vida dentro y fuera del trabajo y en los diferentes escenarios en los que transite su cotidianidad.

Evento Bimodal
Virtual / Presencial

42° Congreso de Ergonomía, Higiene, Medicina y Seguridad Ocupacional.

Hotel Intercontinental Medellín - Colombia

2, 3 y 4 de noviembre de 2022

28 Semana de la Salud Ocupacional

Lo humano y lo técnico en un mundo que se transforma

Continuaremos trabajando para transitar hacia entornos laborales saludables protectores y potenciadores de nuestra salud y nuestra salud mental.

www.corporacionsoa.co

Gracias

Organiza:

CSOA
CORPORACIÓN DE SALUD OCUPACIONAL Y AMBIENTAL

CO COLOMBIA

ACHO Capítulo Antioquia

ASASI Asociación Colombiana de Seguridad Integral

SCE Sociedad Colombiana de Ergonomía Capítulo Antioquia

Sociedad Colombiana de Medicina del Trabajo Capítulo Antioquia