



TRAVESÍA 2021

FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN: SALUD PSICOSOCIAL

JUGAR
SONREIR
DESPERTAR
VIVIR
VER
SOLIDARIDAD
SONREIR
AUTOCUIDADO
APRENDER
TOLERANCIA
CONVIVIR
ALEGRE



VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

LA ASEGURADORA
DE TODOS LOS
COLOMBIANOS



Positiva Compañía
de Seguros



@PositivaCol



PositivaCol

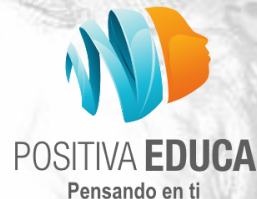


Positiva Colombia



El emprendimiento
es de todos

Minhacienda



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

“

**LA EDUCACIÓN ES EL ARMA MÁS
PODEROSA PARA CAMBIAR EL
MUNDO**

”



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA



COMUNIDAD NACIONAL

DE CONOCIMIENTO EN:

FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA



EXPERTO LÍDER

DE LA COMUNIDAD

Dayana C. Lago F.

dayanaclagof@gmail.com

Contacto: +57 3138531000



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

TRASTORNOS MENTALES Y DEL COMPORTAMIENTO, EN EL ENTORNO LABORAL

01

Gestión integral de los factores Psicosociales.

20

Las Técnicas infalibles para fomentar la comunicación asertiva en la organización

19

Desarrollo del SER: Inteligencia emocional en los equipos de trabajo

18

La gestión de la experiencia del empleado como factor protector en la salud Psicosocial de la organización

17

Los trastornos mentales y del comportamiento en el entorno laboral

16

La familia como pilar de la organización saludable

02

El diagnóstico del riesgo Psicosocial

03

La salud mental en la industria 4.0

04

Equilibrio Psicosocial: entorno intralaboral VS. Extralaboral

05

La Salud Psicosocial en la post-pandemia

06

La Organización del trabajo pensada desde el bienestar Psicosocial del SER.

07

Los Súper-equipos y Las Demandas de trabajo hoy.

08

Análítica de datos en la gestión del riesgo Psicosocial.

09

Cultura, liderazgo consciente y relaciones interpersonales saludables.

10

La Gestión del cambio nos prepara para el futuro.

11

Motivación y recompensas: ¿Qué? ¿Cómo? y ¿Cuándo?

15

Gestión de la edad: Del enfoque de generacional al posgeneracional..

14

Prevención del riesgo Psicosocial en el teletrabajo

13

Buenas prácticas para un comité de convivencia laboral efectivo

12

Gestión del tiempo y el control sobre el trabajo



21

Tendencias actuales para la prevención del Acoso Laboral.

40

Promoción del apoyo social en la organización.

39

Desarrollo de estrategias de afrontamiento ante situaciones difíciles.

38

Fortalecimiento del plan de formación y proceso de inducción como factor protector ante el riesgo psicosocial.

37

Entendiendo los principios y fundamentos del comportamiento humano.

36

Sueño y Hábitos de autocuidado como factor protector

22

Prevención y cuidado de la Depresión en el ambiente laboral

23

Manejo y prevención de los trastornos derivados del estrés

24

Actividades para el cuidado de la salud psicosocial durante la preparación para la pensión.

25

Protocolo en el entorno laboral para la atención del Duelo

26

Gestión del Burnout en la organización

27

Primeros Auxilios psicológicos: ¿Qué hacer? Y ¿Qué no hacer?

28

Prevención de la Ansiedad y manejo de casos diagnosticados

29

Manejo de conflictos para la promoción de ambientes de sana convivencia y prevención del acoso laboral.

30

Promoción de actividades recreativas, culturales y deportivas, como factor protector.

31

Retroalimentación de la gestión laboral. Pilar para la motivación y el buen desempeño.

35

Gestión de la jornada laboral y la turnicidad para el cuidado de la salud.

34

Gestión de pausas en el trabajo: Estrategias de prevención de la fatiga laboral.

33

Prevención del consumo de sustancias psicoactivas.

32

Cultura de vida y trabajo saludable: Implementación del protocolo 4 de intervención psicosocial Res 2404/2019



OBJETIVO GENERAL



Comprender la interrelación que se genera entre los trastornos mentales y del comportamiento, y el trabajo.

OBJETIVO ESPECIFICO 1

Comprender el
concepto de
trastorno mental

OBJETIVO ESPECIFICO 2

Identificar el estado
actual de la salud
mental en Colombia

OBJETIVO ESPECIFICO 3

Relacionar el
concepto al entorno
laboral.



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

EVALUÉMONOS

SONDEO



Para reflexionar...

“El trabajo no debiese ser sinónimo de esclavitud, malestar, condena, sino ser un espacio de satisfacción, de desarrollo de las capacidades humanas y de contribución al progreso de las sociedades. Por lo tanto, el trabajo es y puede ser un espacio para adquirir bienestar personal, colectivo y social.”

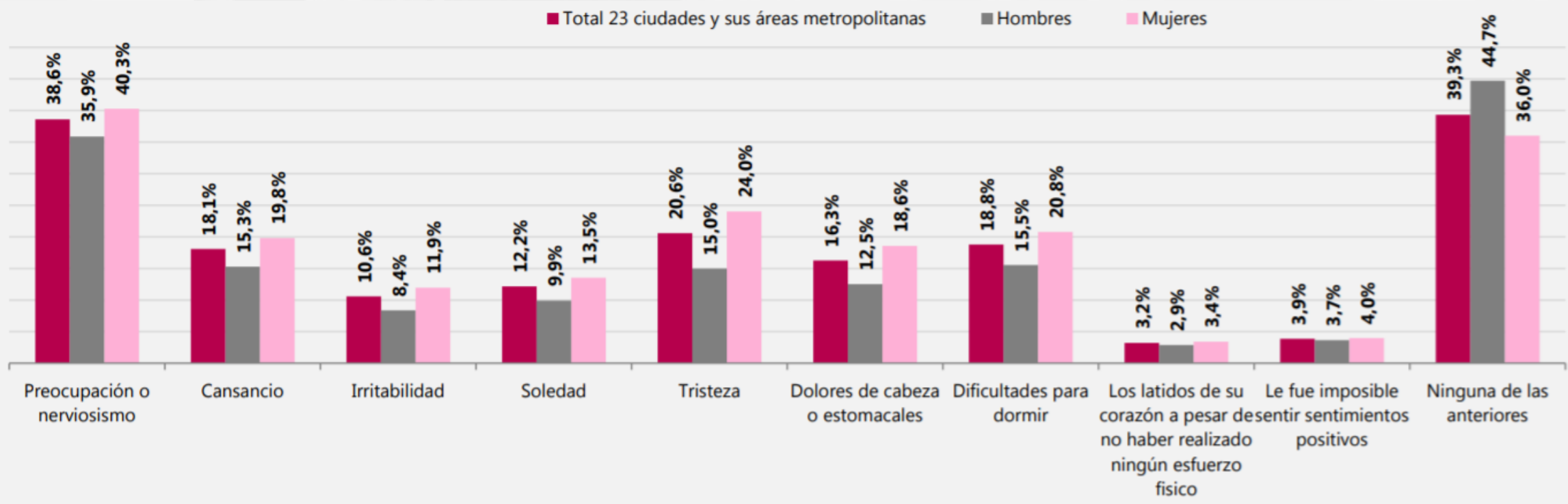
CIFRAS SINTOMATOLOGÍA SALUD MENTAL COLOMBIA DANE, 2020

Durante los últimos 7 días usted ha sentido ... (múltiple respuesta, excepto en el caso de "ninguna")

Según sexo

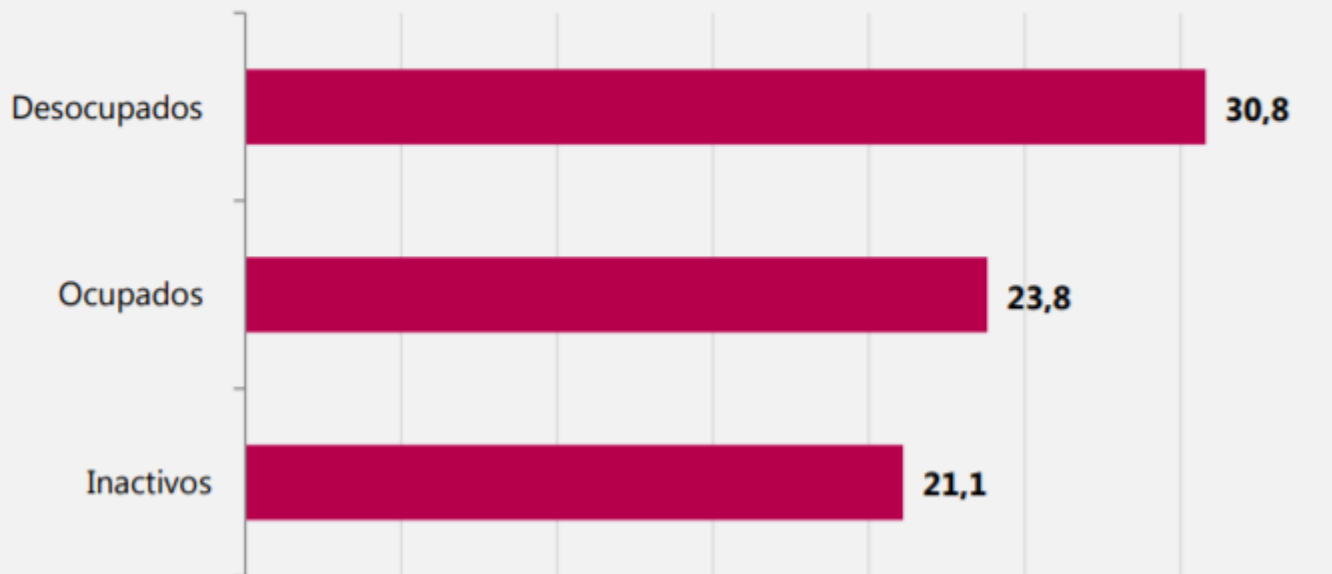
Total 23 ciudades

Julio - agosto de 2020



CIFRAS SINTOMATOLOGÍA SALUD MENTAL COLOMBIA DANE, 2020

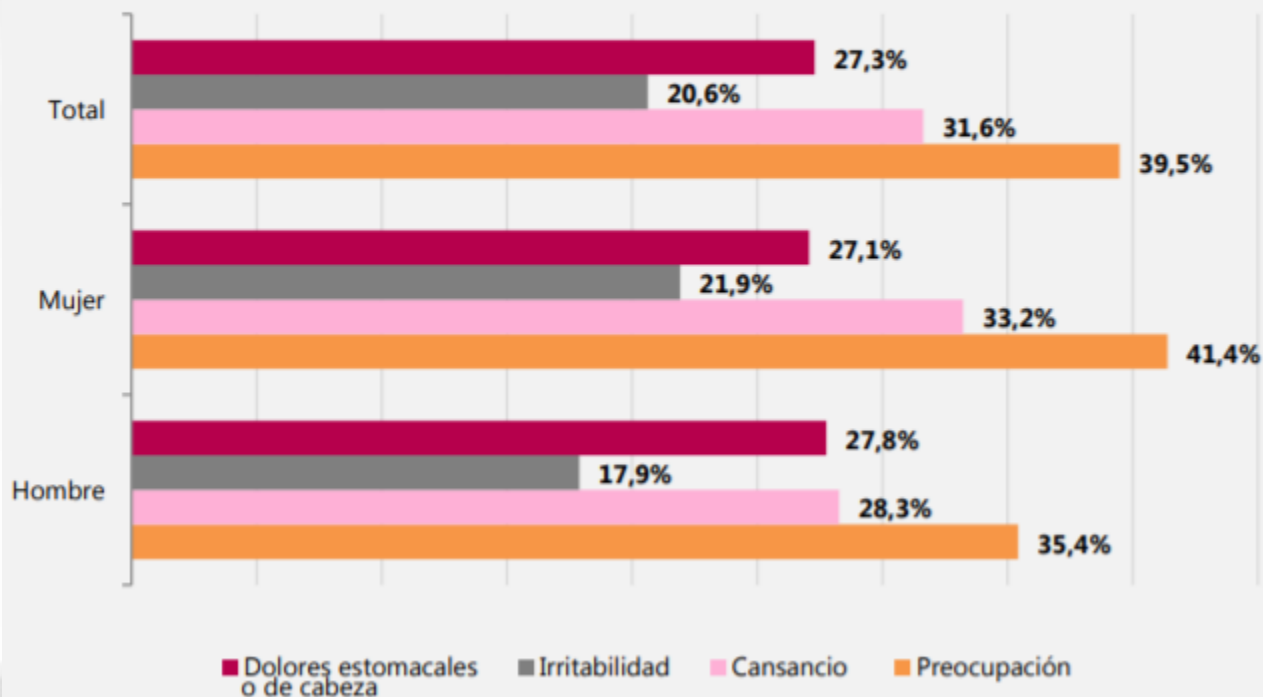
Según ocupados, desocupados e inactivos
Total nacional
Agosto de 2020



La personas desocupadas son quienes que más reportaron sentirse solas, estresadas, preocupadas o deprimidas.

PREVALENCIA DE SINTOMAS EN PERSONAS CON SOBRECARGA LABORAL Y DOMÉSTICA SIMULTÁNEA. DANE, 2020

Según sexo
Total 23 ciudades
Julio - agosto de 2020



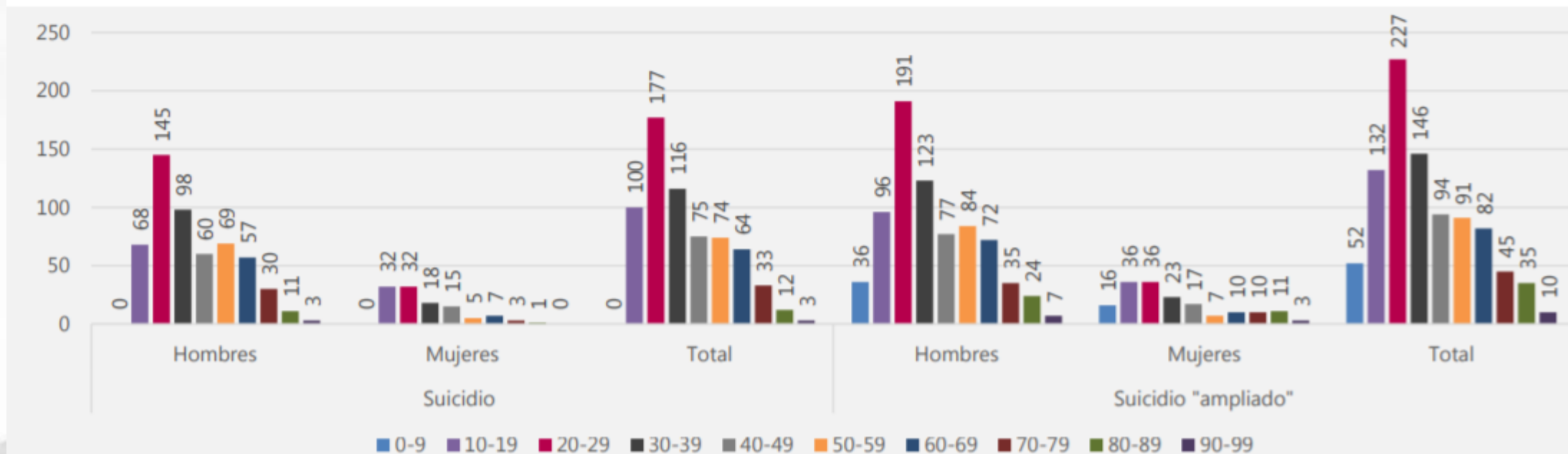
- El **41,4% de las mujeres** que se sienten sobrecargadas con tareas del hogar y laborales sienten además preocupación, respecto al **35,4% de los hombres** que se sienten sobrecargados.
- El **33,2% de las mujeres** que se sienten sobrecargadas con tareas del hogar y laborales sienten también cansancio, respecto al **28,3% de los hombres** que se sienten sobrecargados.
- Mientras que en el total de la población la prevalencia de "**dolores estomacales o de cabeza**" es del 16%, en la población con sobrecarga simultánea esta prevalencia se incrementa al **27%.**

DANE, 2020

Número de suicidios según sexo y rangos decenales de edad

Total Nacional

II – TRIM de 2018 (1 de abril a 30 de junio)



Trastorno MENTAL

Def., “Alteración sostenida de tipo emocional, cognitiva y/o de comportamiento, en que quedan afectados procesos psicológicos básicos como la emoción, la motivación, la cognición, la conciencia, la conducta, la percepción, la sensación, el aprendizaje, el lenguaje, etc. Estos síntomas dificultan que la persona se adapte al entorno cultural y social en el que vive, lo que puede provocar alguna forma de malestar subjetivo.”

Desequilibrio psicológico.

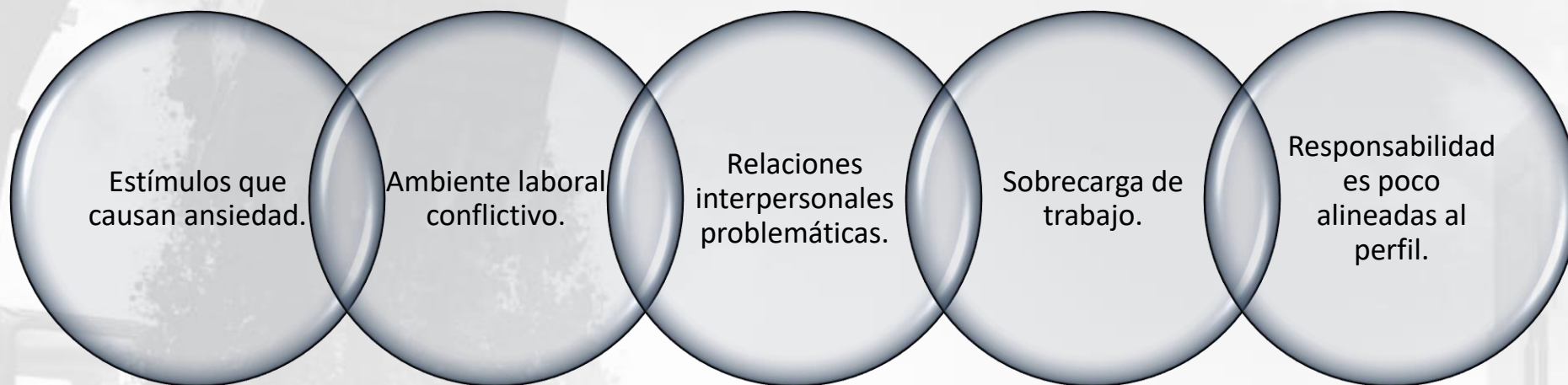
La salud mental es una condición de bienestar psicológico en la cual un individuo puede realizarse, manejar el estrés normal, trabajar productivamente y aportar a la sociedad en la cual vive.

La salud mental promueve:

1. Mantener relaciones personales.
2. Participar en situaciones sociales.
3. Desempeñarse de manera adecuada en el trabajo.

La psicopatología del trabajo es el estudio de las patologías generadas por la relación entre el hombre y su ámbito de trabajo.

Ejemplo



Trastornos de ansiedad,
incluyendo trastorno de
pánico, trastorno
obsesivo-
compulsivo y fobias

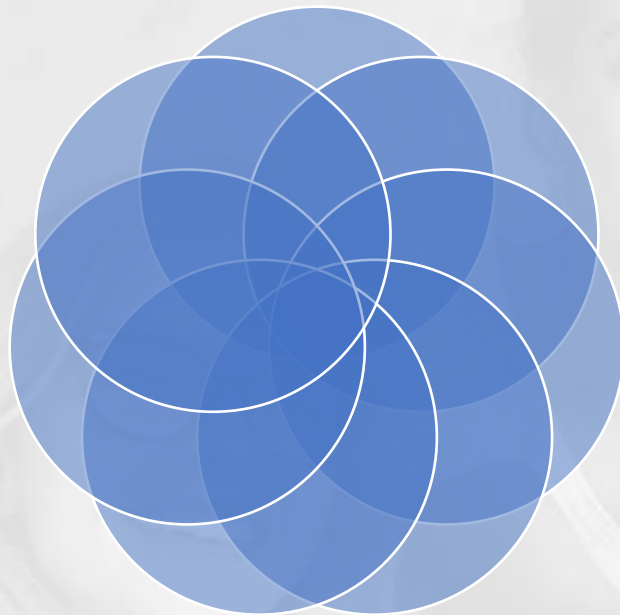
Depresión, trastorno
bipolar y otros trastornos
del estado de ánimo

Trastornos psicóticos,
incluyendo
la esquizofrenia

Trastornos de la
alimentación

Trastorno de estrés post-
traumático

Trastornos de la
personalidad



PSICOPATOLOGÍA NO LABORAL

TRASTORNOS DEL NEURODESARROLLO

ESPECTRO DE LA ESQUIZOFRENIA Y OTROS TRASTORNOS PSICÓTICOS

TRASTORNOS DISOCIATIVO

DISFORIA DE GENERO

TRASTORNOS DISRUPTIVOS DEL CONTROL DE LOS IMPULSOS Y DE LA CONDUCTA

TRASTORNOS PARAFILICOS

TRASTORNOS DERIVADOS DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS Y OTRAS ADICCIONES

TRASTORNOS DE PERSONALIDAD



Factores de riesgo de la enfermedad mental:

- Antecedentes de enfermedad mental en un pariente consanguíneo.
- Las situaciones estresantes de la vida, como problemas financieros, el divorcio o la muerte de un ser querido
- Enfermedades permanentes (crónicas).
- Experiencias traumáticas, tales como combate militar o ataques
- Consumo de sustancias psicoactivas.
- Antecedentes de abuso o negligencia en la infancia
- Red de apoyo inexistente o pocas relaciones saludables
- Una enfermedad mental anterior



Decreto 1477 de 2014.

Parte B, Grupo IV

GRUPO IV – TRASTORNOS MENTALES Y DEL COMPORTAMIENTO			
ENFERMEDAD	CÓDIGO CIE - 10	AGENTES ETIOLÓGICOS / FACTORES DE RIESGO OCUPACIONAL	OCUPACIONES / INDUSTRIAS El listado de ocupaciones e industrias no es exhaustivo. Se mencionan las más representativas, pero pueden existir otras circunstancias de exposición ocupacional.
Otros Trastornos de Ansiedad.	F41	Gestión organizacional: (Ver definición en Sección I, Agentes Psicosociales).	Gestión organizacional: (Deficiencias en la administración del recurso humano, que incluyen el estilo de mando, las modalidades de pago y de contratación, participación, el acceso a actividades de inducción y capacitación, los servicios de bienestar social, los mecanismos de evaluación)
Trastorno de ansiedad generalizada.	F41.1	Características de la organización del trabajo: (Ver definición en Sección I, Agentes Psicosociales).	
Trastorno de pánico	F41.0	Características del grupo social de trabajo: (Ver definición en Sección I, Agentes Psicosociales).	
Trastorno mixto ansioso-depresivo	F41.2	Condiciones de la tarea: (Ver definición en Sección I, Agentes Psicosociales). Carga física: (Ver definición en Sección I, Agentes Psicosociales).	
Reacciones a estrés grave	F43	Condiciones del medio ambiente de trabajo: (Ver definición en Sección I, Agentes Psicosociales).	Puede presentarse en cualquier trabajador y puesto, su gravedad dependerá de las condiciones psicosociales y materiales enfrentadas.
Trastornos de adaptación Trastornos adaptativos con humor ansioso, con humor depresivo, con humor mixto, con alteraciones del	F43.2	Interfase persona-tarea:	



GRUPO IV – TRASTORNOS MENTALES Y DEL COMPORTAMIENTO

ENFERMEDAD	CÓDIGO CIE - 10	AGENTES ETIOLÓGICOS / FACTORES DE RIESGO OCUPACIONAL	OCUPACIONES / INDUSTRIAS El listado de ocupaciones e industrias no es exhaustivo. Se mencionan las más representativas, pero pueden existir otras circunstancias de exposición ocupacional.
Trastornos del sueño debidos a factores no orgánicos	F51.2	Jornada de trabajo: (Horarios y jornadas laborales extenuantes) trabajos por turnos, trabajo nocturno, trabajadores que laboran en campamentos en regiones diferentes a su domicilio. Deficiencia sobre la organización y duración de la jornada laboral; existencia o ausencia de pausas durante la jornada, diferentes al tiempo para las comidas;	Actividades de mantenimiento del orden público y de seguridad (policías), bomberos, editores de medios visuales de comunicación, vigilancia privada, vigilancia de centros penitenciarios, enfermeras y enfermeros, profesionales de medicina y técnicos afines, conductores de transporte de distancias largas, obreros de empresas de trabajo continuo, personal que labora en establecimientos que prestan servicios durante las 24 horas etc.

GRUPO IV – TRASTORNOS MENTALES Y DEL COMPORTAMIENTO

ENFERMEDAD	CÓDIGO CIE - 10	AGENTES ETIOLÓGICOS / FACTORES DE RIESGO OCUPACIONAL	OCUPACIONES / INDUSTRIAS El listado de ocupaciones e industrias no es exhaustivo. Se mencionan las más representativas, pero pueden existir otras circunstancias de exposición ocupacional.
Estrés post-traumático.	F43.1	Accidentes de trabajo severos (amputaciones y atrapamientos, quemaduras, descargas eléctricas de alta tensión, accidentes de tránsito, caídas de gran altura, explosiones, ahogamientos y otros); asaltos, secuestros, agresiones/ataque a la integridad física/violaciones.	Deporte extremo: atletas y deportistas de alto rendimiento, boxeadores, entrenadores, preparadores físicos, instructores, árbitros, ciclo montañismo, motocross y afines. Trabajadores en espacios confinados, manejadores de recipientes sujetos a alta presión. Trabajadores de altos hornos: fundidores, peones y obreros. Trabajadores de comercio: vendedores, cajeros, gerentes de tienda, empleados de mostrador.

		trabajo nocturno; tipo y frecuencia de rotación de los turnos; número y frecuencia de las horas extras mensuales y duración y frecuencia de los descansos semanales.	Controladores de tráfico aéreo.
Síndrome de agotamiento profesional (Síndrome de Burnout)	Z73.0	Circunstancias relativas a las condiciones de trabajo. Condiciones de la tarea: (Demandas de carga mental (velocidad, complejidad, atención, minuciosidad, variedad y apremio de tiempo); el contenido mismo de la tarea que se define a través del nivel de responsabilidad directo (por bienes, por la seguridad de otros, por información confidencial, por vida y salud de otros, por dirección y por resultados); las demandas emocionales (por atención de clientes); especificación de los sistemas de control y definición de roles.	Actividades del sector educativo, servicios sociales y de salud. Atención a niños y adolescentes en circunstancias de vida difíciles, a personas privadas de la libertad, a farmacodependientes. Atención a usuarios, atención a víctimas, personas con discapacidad, pacientes terminales, personas que trabajan en levantamiento cadáveres.



Condiciones de la interacción del empleo y la salud mental:

- Los efectos de las condiciones de trabajo (o desempleo) sobre la salud mental.
- Los efectos de la enfermedad mental sobre el desempeño laboral
- Los efectos de otros factores como son variables individuales, estatus marital, hijos en el hogar, origen sociocultural, etc., que deben ser considerados simultáneamente.



Efectos directos del trastorno mental en el trabajador:

1. Dificultar para mantener relaciones interpersonales y situaciones sociales.
2. Dificultad para aprender nueva información.
3. Dificultad para desempeñarse en el trabajo
 1. Alteraciones cognitivas
4. Dificultad para desarrollar valores y creencias ajustadas a la cultura organizacional.
5. Alteraciones en motivación y autoconcpeto.
6. Efectos de la medicación.
7. Estigma social
8. Discriminación.



El entorno laboral debe procurar:

- El diagnóstico precoz.
- La vigilancia de las enfermedades de origen laboral pero también de los síntomas.
- La promoción de la salud a partir de actividades de sensibilización, capacitación etc.
- La prevención al garantizar las condiciones psicosociales adecuadas del puesto de trabajo.
- La intervención de los factores de riesgo que sean identificados en la evaluación.
- La adaptación y optimización laboral de los colaboradores con condiciones de salud.





TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

EVALUÉMONOS

SONDEO



BIBLIOGRAFÍA

- 1 <https://www.redalyc.org/pdf/839/83943611006.pdf>
- 2 <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v26n80/v26n80a14.pdf>
- 3 <https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/12664/BaenaBotero-Isabel-2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



TRAVESÍA 2021
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

RECUERDA QUE POSITIVA — TIENE PARA TI —



www.posipedia.com.co



Cursos
Virtuales



Videos



Cartillas



Juegos digitales



Artículos



Guías



Documentos
técnicos



Enlaces de Interés



Audios



Mailings



Presentaciones
técnicas



Ludo prevención