



ACTIVIDADES – OPIOIDES

Actividad 1: Preocupaciones de los participantes del taller respecto a los opioides

Objetivo: Identificar las experiencias y las preocupaciones de los participantes respecto a los opioides en el lugar de trabajo y la comunidad.

Tarea: Formar un pequeño grupo y discutir brevemente los aspectos que se presentan a continuación. Seleccionar a una persona del grupo que se encargue de documentar e informar. Podría elegir usar una hoja de papel del rotafolios para anotar las respuestas de los participantes.

a) ¿Cuáles son sus experiencias o preocupaciones dada la crisis actual de opioides?

b) ¿Qué efecto ha tenido la crisis de opioides en su lugar de trabajo?

Actividad 2: Uso de sustancias, salud mental y estigma

Objetivo: Identificar el efecto que tiene el estigma a la hora de abordar la salud mental y el uso de sustancias en el lugar de trabajo.

Tarea: Cada participante debe escribir individualmente una palabra o frase en tres notas adhesivas en respuesta a los indicadores del instructor (una palabra o frase por nota). Organizar las notas adhesivas de acuerdo con las direcciones del instructor y luego discutir los resultados.

Actividad 3: Identificar factores de riesgo relacionados con el trabajo

Objetivo: Identificar los factores de riesgo relacionados con el trabajo que pueden afectar la salud mental. Esta actividad puede realizarse individualmente o en un pequeño grupo.

Tarea: Escribir “sí” o “no” en la primera columna si estos factores de riesgo están presentes en su lugar de trabajo y luego nombrar ejemplos importantes tomados de su entorno de trabajo. Los resultados deben ser informados.

	Sí/No	Ejemplos importantes
Equilibrio trabajo-vida personal		
Violencia en el trabajo/bullying		
Estrés ocupacional		
Presentismo		
Desgaste laboral		
Lesiones/ enfermedades ocupacionales		

Actividad 4: Prevención de lesiones, enfermedades y factores estresantes que pueden resultar en el tratamiento de un dolor y el uso de sustancias

Objetivo: Documentar las oportunidades para identificar y controlar los riesgos y los factores estresantes ocupacionales.

Tarea: Seleccionar a una persona que se encargue de documentar e informar. Elegir un riesgo o un factor estresante en el lugar de trabajo identificado en la Actividad 3 de pequeño grupo e intercambiar ideas sobre cómo se puede evaluar, documentar y corregir o prevenir el problema.

¿Cuál es el riesgo o factor estresante? _____

¿Cómo evaluar?	¿Cómo documentar?	¿Cómo corregir/prevenir?

Actividad 5: Planificación de acciones

Objetivo: Identificar ideas para acciones de seguimiento en los próximos tres o seis meses.

Tarea: Escribir una o más ideas para realizar acciones de seguimiento que pueden prevenir lesiones, enfermedades o mejorar los programas de tratamiento de uso de sustancias o de recuperación en el lugar de trabajo. Describir todos los detalles importantes (quién, qué, cuándo, por qué y dónde).



Nota: Al dar consentimiento, esta hoja será copiada para un seguimiento en seis meses.

Consentimiento: OSÍ ONo

¿Qué acciones se pueden tomar en los próximos 3 a 6 meses? Ofrezca una lista de ideas y detalles debajo de los ejemplos.	
Nombre:	Correo electrónico:
Organización:	Número de teléfono:
Acciones individuales	Acciones a nivel de trabajo
Ejemplos: 1. Aumentar el informe de los peligros en el trabajo. 2. Contactar a los compañeros de trabajo para ver cómo les va. 3. Compartir hojas informativas e información de la capacitación de hoy con los compañeros de trabajo. 4. Poner un mayor énfasis en el cuidado personal: ejercicios o movimientos, dormir bien, comer sanamente, tener interacción social y relajarse. 5. Participar en programas organizativos dirigidos a mejorar la salud y la seguridad y evitar el uso de opioides.	Ejemplos: 1. Mejorar el programa o el comité de salud y seguridad. 2. Evaluar los registros y la información de compensación de los trabajadores de OSHA para identificar los trabajos de alto riesgo. 3. Conducir entrevistas o encuestas de los trabajadores para identificar trabajos de alto riesgo. 4. Realizar evaluaciones ergonómicas de trabajos de alto riesgo. 5. Planificar e impartir capacitación e instrucción. 6. Evaluar el uso de programas de asistencia de empleados. 7. Iniciar un programa de asistencia de miembros o de defensa de compañeros. 8. Revisar o ajustar los programas punitivos de uso de sustancias en el lugar de trabajo. 9. Iniciar un programa de naloxona en el lugar de trabajo.
Ideas para implementar acciones:	
Gente clave a quien se puede consultar o involucrar:	Plazo:
Oportunidades/barreras:	Recursos:
Notas:	