



# Adicciones

## Duración

7.75 horas

## Objetivos

- Conocer los factores de riesgo y protección ante las adicciones.
- Identificar señales de alerta en el entorno laboral y personal.
- Proporcionar estrategias para la prevención y gestión de conductas adictivas.
- Promover un estilo de vida saludable y equilibrado.

## Contenido

1. Tipos de adicciones: sustancias y comportamentales.
2. Factores de riesgo y consecuencias en el ámbito laboral.
3. Estrategias de prevención y afrontamiento.
4. Recursos de apoyo y acompañamiento.