

Guia

DEPENDÈNCIA DE

SUBSTÀNCIES I ALTRES

ADDICCIONS EN L'ÀMBIT

EMPRESARIAL

Acció conjunta de Fundació PIMEC i Projecte Home Catalunya

Aquesta acció es desenvolupa, inicialment, en unes comarques concretes, el Vallès Occidental i el Vallès Oriental per una banda, i a l'Alt i el Baix Penedès, per l'altra.

Gràcies al suport i la implicació de:



Al Vallès Occidental i Oriental



A l'Alt i Baix Penedès

DEPENDÈNCIA DE SUBSTÀNCIES I ALTRES ADDICCIONS EN L'ÀMBIT EMPRESARIAL

Acció conjunta de Fundació PIMEC i Projecte Home Catalunya

Aprofitant l'experiència de l'ONG Projecte Home Catalunya i el lideratge i compromís de la Fundació PIMEC en el teixit empresarial, oferim un programa de **sensibilització, prevenció i atenció a la dependència de substàncies i altres addiccions** dirigit als empresaris/àries i treballadors/es en l'àmbit de l'empresa.

1. Per què

En les últimes dues dècades, les institucions que treballen en el tractament de conductes addictives han centrat esforços a atendre, en els propis centres d'assistència, les persones que demanen ajuda per problemes d'addiccions, així com també a prevenir l'abús de substàncies entre els més joves, principalment a través de les escoles.

La prevenció del consum de drogues, o dels seus problemes associats, forma part d'una visió estratègica dirigida a frenar el creixement i desenvolupament de les conductes addictives.

D'altra banda, l'**Organització Internacional del Treball** fa temps que reconeix la gravetat del consum d'alcohol i/o altres drogues en l'àmbit laboral i considera que aquest problema incumbeix un nombre elevat de persones.

Per això, en aquests moments, i a causa de l'experiència prèvia, valorem necessari **apropar-nos també a les empreses** per tal de promoure hàbits saludables en un entorn que permeti un adequat desenvolupament de les persones i de la seva tasca a través d'un millor control dels factors que afecten la salut.

En aquesta línia assenyalar, per una banda, que el protagonista actual del món laboral és l'equip de treball, del qual la persona és l'element més important, de manera que el seu estat de salut condicionarà la seva qualitat de vida i també la seva implicació en el treball.

Per altra banda, referir-nos al fet que les empreses i institucions actuals s'han d'adaptar a un món globalitzat que està en canvi constant i han de respondre a un mercat cada vegada més exigent i competitiu, però que també és cert que cada vegada es fa una valoració més favorable de les Empreses Socialment Responsables (**ESR**) i del conjunt d'accions que poden adoptar les organitzacions per tal que les seves actuacions tinguin repercussions positives sobre la societat. En aquest sentit, és important que "l'empresa" cerqui la confiança de tots els grups que es relacionen amb ella i la incidència que pot tenir amb el seu entorn més immediat.

Avui dia, hi ha serveis d'atenció i tractament adaptats per a persones amb problemes de drogues en horaris compatibles amb el treball.

En relació a la dependència de substàncies en l'àmbit empresarial, assenyalar que és important tenir en compte com afecten les conductes addictives a la feina i les seves conseqüències dins el context laboral. És evident que creix la insatisfacció i l'absentisme, disminueix l'atenció i la responsabilitat i augmenta la conflictivitat entre els/les companys/es i el risc de patir accidents.

De vegades també es donen situacions en què les condicions laborals i el context de treball poden explicar o bé potenciar el consum de substàncies.

A més, **un escenari de crisi econòmica** i de major tensió laboral pot agreujar en algunes persones la recerca de mecanismes d'evasió com és l'abús de substàncies.

Avui dia hi ha serveis d'atenció i tractament adaptats per a persones amb problemes de drogues en horaris compatibles amb el treball. Aquest tipus de situacions es poden resoldre de manera satisfactòria amb l'orientació i suport personalitzat d'especialistes.

D'aquí la importància de poder "arribar", implicar, informar i assessorar el màxim nombre de persones a través de l'àmbit empresarial.

Més informació de
Fundació PIMEC
www.fundaciopimec.org

Més informació de
Projecte Home
Catalunya
www.projectehome.org

2. Quadre d'Addiccions

Droga	Forma de consum	Efectes	Riscos per a la salut	Signes de consum
Alcohol	Via oral	En un inici del consum provoca desinhibició, però és una substància depressora del sistema nerviós central, alenteix el funcionament provocant somnolència. Pot produir coma etílic.	Ocasiona dependència psicològica i és susceptible de generar dependència física. L'alcohol és el responsable de molts dels accidents de trànsit i laborals. A llarg termini genera malalties en òrgans vitals (fetge, estómac, cervell)	Olor d'alcohol. Dificultats en la parla i per mantenir l'equilibri. Dificultat en la visió. Nàusees. Somnolència.
Tabac	Cigarretes, s'inhala el fum que produeix la combustió.	Substància estimulante del sistema nerviós central. Exposa a nombroses substàncies perjudicials per la salut i té el risc de desenvolupar dependència.	És la primera causa evitable de malaltia, invalidesa i mort prematura. A Espanya cada any moren més de 50.000 persones pel consum de tabac, més que per accidents de trànsit i consum d'altres substàncies.	Olor de tabac. Tos persistent. Acidesa d'estómac.
Cànnabis	Fumat	Pertorbador del sistema nerviós central. Relaxació, somnolència, desinhibició, augment del ritme cardíac, entre altres.	Dificultats en la concentració i l'aprenentatge. Riscos relacionats amb el consum de tabac. Pot desenvolupar diferents tipus de trastorns mentals, com és el trastorn psicòtic.	Hilaritat o riure fàcil, irritació dels ulls. Disposar dels utensilis propis del consum com el paper d'enrotllar.

Drogues de síntesi	Pastilles o líquids que són consumits per via oral.	Depenent de la seva composició poden presentar efectes estimulants o pertorbadors del sistema nerviós.	Augment excessiu de la temperatura i suor que pot produir deshidratació. Acceleració del ritme cardíac i problemes de fetge i ronyons.	Sota els efectes: signes de gran activitat, tensió, rigidesa muscular i alta temperatura. Quan desapareixen els efectes: cansament, depressió i apatia
	Cocaïna	Inhalada, fumada, també injectada.	Hiperactivitat, sensació d'energia i autoconfiança. Acceleració del ritme cardíac. Estimulant del SNC	Provoca dependència. Genera problemes relacionats amb la via de consum (rinitis, tos, bronquitis) i del sistema circulatori. Gran dilatació de les pupil·les. Gran excitació. Quan desapareixen els efectes: cansament, depressió i apatia.
Benzodiazepines	Són els tranquil·litzants menors més habitualment prescrits pels metges per calmar l'ansietat (ansiolítics) o per promoure la sedació i la son (hipnòtics).	Deprimeixen l'activitat mental, redueixen l'estat d'alerta, alleugereixen la tensió i l'ansietat, també indueixen sensacions de calma i relaxació.	Somnolència, falta de motivació, pèrdua de memòria, ansietat, irritabilitat, distorsió del son, problemes sexuals i augment de pes, entre altres.	Dificultats per parlar Atàxia*, sedació, moviments inusuals dels ulls, pressió arterial baixa, salivació excessiva, desinhibició. <i>*Trastorn caracteritzat per la disminució de la capacitat de coordinar els moviments musculars voluntaris</i>
	Heroïna	Fumada o injectada, ocasionalment inhalada.	Sedant, relaxant del sistema nerviós central.	Danys relacionats amb el consum injectat: VIH, hepatitis, danys al sistema circulatori. Genera dependència i provoca danys físics, psíquics i socials, inclosa la mort per sobredosi.
Ludopatia	Joc patològic	Sensació d'eufòria quan juga i sensació de malestar i irritabilitat quan atura aquesta conducta	Ansietat. Depressió. Problemes financers, socials i legals (fallida, divorci, pèrdua de la feina, ingrés presó). Intents de suïcidi	Pèrdua de grans quantitats de diners. Malestar i irritabilitat en no poder jugar. Augment en guanys. Deutes.
Noves Tecnologies	Dependència d'Internet, mòbil, videojocs, xat.	Irritabilitat i malestar quan no s'utilitza l'objecte.	Aïlla la persona de la realitat. Disminueixen les habilitats socials. Fracàs escolar. Irritabilitat.	Tenir com a activitat prioritària a la seva vida la utilització de l'objecte.

3. Causalitat i factors de protecció

La **causalitat** de les addiccions és multifactorial i hi influeixen factors personals, familiars, laborals, socials i personals, com per exemple buscar la satisfacció immediata o la tendència a l'evasió davant determinades situacions de pressió.

Centrant-nos, però, en l'àmbit al qual va dirigida aquesta **Guia** (entorn empresarial) assenyalarem que són diversos els estudis que indiquen que el treball és un element que *normalitza* la persona en societat i li permet un desenvolupament individual i social, és a dir, l'existència d'un lloc de treball és un factor normalitzador i protector en si mateix.

Així doncs, referir-nos a la "**causalitat**", factors que poden influir en la persona de manera poc saludable i **factors de protecció**.

CAUSALITAT EN L'ENTORN LABORAL

- ✓ Treballs a preu fet o d'alt rendiment
- ✓ Tasques rutinàries i monòtones
- ✓ Insatisfacció a la feina
- ✓ Jornades laborals perllongades
- ✓ Torns rotatius
- ✓ Llargues absències de casa
- ✓ Cansament intens o estrès a la feina
- ✓ Companys/es consumidors/es
- ✓ Treballs que requereixin d'habilitats socials
- ✓ Fàcil accés a determinades substàncies
- ✓ Precarietat laboral o atur
- ✓ Crisis empresarials
- ✓ Desajust preparació-treball
- ✓ Sentir-se poc capacitat/ada
- ✓ Sentir-se mal pagat/ada

CAUSALITAT EN ALTRES ÀMBITS

Factors familiars

- ✓ Abús de l'alcohol, drogues i altres addiccions dels pares
- ✓ Males relacions pares-fills
- ✓ Mala relació de parella
- ✓ Precarietat econòmica en la família

Factors socials

- ✓ Consum de drogues en ambients d'oci
- ✓ Conèixer consumidors de drogues i tenir-hi fàcil l'accés
- ✓ Manca d'alternatives d'oci
- ✓ Marginalitat en el barri
- ✓ Insolidaritat social

Factors personals

- ✓ Pèrdua de confiança en si mateix/a
- ✓ Sensació de no poder superar dificultats
- ✓ Insatisfacció amb la vida actual
- ✓ Insatisfacció en els estudis
- ✓ Sentir-se angoixat/ada i amb tensió
- ✓ Tenir dificultats per relacionar-se
- ✓ Sentir soledat

L'estratègia de prevenció del consum d'alcohol i altres addiccions busca enfortir els elements o variables que protegeixen la persona del consum, anomenats **factors de protecció**, i minimitzar aquells que poden induir o facilitar l'inici o manteniment del consum, anomenats **factors de risc**, en relació al diagnòstic que es faci en cada situació.



Factors de Risc

Factors de Protecció

FACTORS DE PROTECCIÓ EN RELACIÓ A L'ÀMBIT LABORAL

- ✓ Proporciona ingressos econòmics que són vitals per a la supervivència, el desenvolupament de les persones i la família.
- ✓ Contribueix a satisfer des de les necessitats bàsiques fins a les necessitats superiors com són l'autorealització i el reconeixement.
- ✓ Aporta la possibilitat d'experimentar la iniciativa i la creativitat, habilitats que potencien i enforteixen el desenvolupament de les persones.
- ✓ Aporta beneficis de seguretat i previsió social, com atenció de salut, protecció davant d'accidents, entre altres.
- ✓ Traspasa patrons culturals i valors de l'organització, com són els hàbits, estils de vida saludable, conductes d'autocura, que afavoreixen un desenvolupament personal, familiar i social.
- ✓ Alimenta las relaciones interpersonals, cosa que permet estimular el treball en equip i les relacions de col·laboració i cooperació.
- ✓ Protegeix les persones que s'estan rehabilitant. L'activitat laboral és un suport que evita recaigudes i recolza el procés de reinserció laboral i social.
- ✓ Desenvolupa habilitats i destreses personals i laborals a través de la capacitació, fet que permet afrontar millor les situacions de risc i enfortir la persona.
- ✓ El treball, per a moltes persones, es converteix en una de les fonts principals de gratificació i de desenvolupament personal, que dota d'un sentiment de pertinença, d'interessos i d'identitat.
- ✓ El treball permet el desenvolupament de relacions humanes, d'una xarxa de suport i la possibilitat d'experimentar la creativitat, la satisfacció i l'entreteniment.

4. Conseqüències derivades de les addiccions

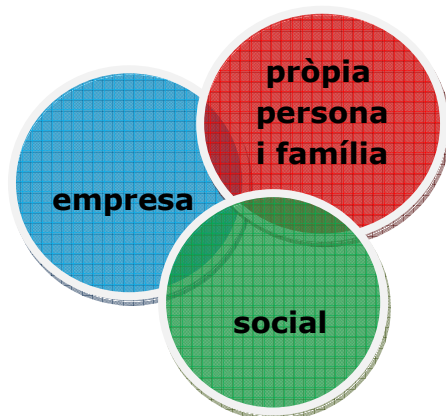
La repercussió que produeixen les addiccions en l'àmbit empresarial ha estat clarament demostrada.

El consum d'alcohol i altres substàncies afecta negativament la productivitat, ocasiona importants perjudicis a empresaris i treballadors per absentisme, accidents de treball, desajustos laborals, incapacitats, rotació del personal, reducció del rendiment a la feina, mala qualitat del treball, conflicte en les relacions laborals, pèrdua de talent professional.

Segons l'OIT per fomentar la seguretat i la salut en el treball s'haurien de dur a terme programes d'informació, instrucció i capacitació sobre l'alcohol i les addiccions.

Les baixes per malaltia de treballadors dependents de l'alcohol o altres substàncies addictives tenen un cost 3 vegades més alt que les de la resta dels empleats.

Segons l'OIT, entre un 15% i un 30% de les víctimes per accidents laborals es relacionen amb l'ús indegut de drogues i alcohol i assenyalen les repercussions que poden tenir a diferents nivells:



També apunta que per fomentar la seguretat i la salut en el treball s'haurien de dur a terme programes d'informació, instrucció i capacitació sobre l'alcohol, les drogues i altres addiccions i seria adient, en la mesura del possible, que s'integressin en els programes de salut més amplis.

Seria, doncs, una *bona pràctica* que les Empreses Socialment Responsables (**ESR**) adoptessin mesures en aquest sentit.

5. Beneficis de les actuacions preventives

Segons estudis realitzats per l'**OIT**, les empreses que desenvolupen plans de prevenció de consum de drogues aconsegueixen diversos beneficis:

- ✓ Reducció de períodes de baixa laboral
- ✓ Disminució de l'absentisme
- ✓ Retenció de persones qualificades
- ✓ Disminució de despeses de formació

Les **empreses que mantenen hàbits saludables** i que han estat promoguts des de la pròpia organització milloren la seva productivitat i gaudeixen d'un *clima laboral* de major qualitat.

Aquest és el nucli central que sosté el concepte d'empreses generadores de salut i que des de la prevenció d'addiccions resulta evident des de diferents punts de vista.

- ✓ Millora de la salut i la qualitat de vida de les persones que treballen i de les seves famílies.
- ✓ Incideix positivament en la productivitat i la qualitat del servei.
- ✓ Augmenta la seguretat a la feina.
- ✓ Enforteix les relacions laborals.
- ✓ Millora el clima laboral, la pertinença i el compromís.
- ✓ Beneficia la societat amb el desenvolupament de patrons culturals saludables.
- ✓ Disminueixen els accidents laborals.
- ✓ En l'àmbit laboral es fa una valoració social negativa de la conducta de consum.
- ✓ Disminueixen els costos.
- ✓ Detecció precoç.
- ✓ Sensibilització respecte al consum de substàncies.

6. Serveis

- **Visites personalitzades** per poder realitzar un diagnòstic precís de la situació de l'empresa, amb la finalitat de facilitar pautes i orientació.
- **Sessions formatives per a grups** que informen dels riscos associats al consum d'alcohol i altres drogues, amb la finalitat de promoure hàbits més saludables.
- **Guia informativa** i altres documents que contenen informació sobre addiccions, a l'abast de qualsevol empresari/ària o treballador/a que ho sol·liciti (també disponibles *on-line*).
- **Línia telefònica oberta** per atendre qualsevol consulta en relació a situacions de drogodependències a l'empresa.
- **Tractament en drogodependències** per a tota persona empresària o treballadora que ho sol·liciti, així com per als seus familiars.

Tots els serveis garanteixen una total confidencialitat i discreció.

Demanem la seva col·laboració i complicitat per a sensibilitzar sobre la dependència de substàncies en l'àmbit empresarial, conscienciar sobre els perills del consum i poder orientar les persones que hi puguin estar interessades.

7. Contactar



902 885 555

www.projectehome.org

info@projectehome.org



902 496 450

www.fundaciopimec.org

alinasucarrats@fundaciopimec.org

8. Altres contactes

Línia Verda

Servei d'informació i acollida permanent sobre drogodependències de la Generalitat de Catalunya

• **900 900 540**

• **contacte_lv@ipss-online.org**