



Progetto regionale "Alcol e lavoro"
AUSL di...

ENTI ESECUTORI DEL PROGETTO

- **Servizio Dipendenze Patologiche**
Distretto Azienda USL di
- **Servizio Prevenzione Sicurezza
Ambienti di Lavoro (SPSAL)**
Azienda USL di

LA PROMOZIONE DELLA SALUTE

è un processo che mette in grado gruppi e individui di aumentare e mantenere il controllo sui fattori che influiscono sulla loro salute

(Carta di Ottawa per la Promozione della Salute dell'OMS, 1986)

GUADAGNARE SALUTE

Il Documento Programmatico

“Guadagnare salute

rendere facili le scelte salutari”

definisce/individua/promuove campagne informative che mirano a modificare 4 rischi principali che favoriscono l'insorgere di malattie degenerative di grande rilevanza epidemiologica:

fumo, alcol, scorretta alimentazione, inattività fisica

GUADAGNARE SALUTE: alcol strategie ed ipotesi di intervento

1. Ridurre la disponibilità di bevande alcoliche nell'ambiente di vita e di lavoro e lungo le principali arterie stradali:

favorire la limitazione del consumo di bevande alcoliche in tutti i luoghi di lavoro e controllare il rispetto del divieto assoluto di assunzione di bevande alcoliche nei luoghi di lavoro a rischio, individuati ai sensi della Legge n. 125 del 30 marzo 2001

ALCOL, COS'E'?

l'alcol etilico o etanolo è una sostanza liquida ed incolore che si forma per fermentazione di alcuni zuccheri semplici o per distillazione del mosto fermentato. Le bevande alcoliche sono tutte quelle che contengono alcol etilico in una determinata concentrazione indicata per legge nella etichetta della bottiglia.

I consumi d'alcol in Italia

Il primo bicchiere viene abitualmente consumato a 11-12 anni (media europea 14,5 anni). Il 75% degli italiani consuma alcol (87% maschi, 63% femmine).

Gli astemi sono in continua diminuzione e rappresentano il 25% della popolazione.

Si stima che vi siano circa 3 milioni di bevitori a rischio e 1 milione di alcolisti.

Fonte: Rapporto 2004 Osservatorio Nazionale Alcol - OSSFAD
Istituto Superiore di Sanità

l'alcol può esporre a forti rischi di incidenti o infortuni, anche in conseguenza di un singolo ed occasionale episodio di consumo, spesso erroneamente valutato come innocuo per la salute e per la propria performance

CARATTERISTICHE

- **ha potere psicoattivo:** altera il funzionamento del sistema nervoso centrale
- **può dare dipendenza fisica e psichica:** caratterizzata dall'incapacità di controllare l'assunzione di alcol nonostante il verificarsi di conseguenze negative
- **dà assuefazione:** per ottenere lo stesso effetto bisogna aumentare costantemente la dose
- **ha conseguenze sul piano individuale, sociale e familiare**

L'ALCOL RAPPRESENTA

- un'**abitudine** consolidata nella nostra cultura
- una **fonte di interesse economico**
- un **fattore di rischio** per la salute
- un fenomeno che può creare **problemi di ordine pubblico**
- una causa indiscutibile di **danno sociale ed economico** (malattie, incidenti stradali, sul lavoro, e domestici, invalidità, danni in gravidanza, assenteismo, abusi sessuali, violenze su minori)
- uno **stile di vita incongruo** con ripercussioni sul piano educativo
- una **sofferenza** prolungata per numerose famiglie

LUOGHI COMUNI

- ***l'alcol aumenta la forza ...*** in realtà chi consuma alcolici ha da subito capacità cerebrali e motorie ridotte (la sostanza può anche provocare danni acuti o cronici alla muscolatura scheletrica)
- ***l'alcol fa buon sangue ...*** non è vero, tipica degli alcolisti è l'anemia ovvero la carenza di emoglobina nel sangue
- ***l'alcol protegge del freddo ...*** provoca dilatazione dei vasi della cute e ciò provoca una sensazione di calore, ma anche una maggior velocità di dispersione del calore corporeo; la conseguenza è una minore capacità del corpo di sopportare il freddo
- ***l'alcol dà sicurezza ...*** in realtà deprime il SNC
- ***l'alcol aumenta la virilità*** generalmente si riduce l'ormone LH

ALCUNI DATI

secondo le stime dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (O.M.S.) sono attribuibili al consumo di alcolici:

- il **9,6%** del carico di **malattia** della popolazione europea
- il **15,6%** di anni vissuti da **disabili**
- almeno **30.000 morti** per anno (IN ITALIA)
- almeno il **30%** degli **incidenti stradali**
- almeno il **10%** di tutti gli **infortuni sul lavoro** e degli **incidenti domestici**

ALCUNI DATI

- il **75%** della popolazione italiana in età superiore ai 15 anni **consuma bevande alcoliche** (87% uomini, 63% donne)
- i **costi**, diretti ed indiretti, del consumo di alcolici possono essere stimati **tra il 2 ed il 5% del PIL** di ciascuna nazione
- almeno il **10%** dei cittadini che si rivolgono al **medico di base** ha problematiche legate al consumo di alcolici

Fonte: Atti 59° Congresso Nazionale Federazione Italiana Medici di Famiglia Cagliari 2005

PROBLEMI ALCOL CORRELATI

- **problemi relazionali**: per difficoltà che si creano nei rapporti interpersonali (famiglia, amicizie)
- **problemi sociali**: difficoltà sul lavoro, infortuni, incidenti, episodi di violenza
- **danni alla salute**

DANNI ALLA SALUTE effetti cronici

- **cuore e vasi:** miocardiopatia alcolica, ipertensione arteriosa, accelerazione dell'arteriosclerosi
- **fegato:** steatosi, epatite acuta e cronica, cirrosi
- **apparato riproduttivo:** ridotta fertilità, diminuzione del desiderio sessuale, alterazioni ormonali
- **bocca/esofago:** tumori, esofagiti e altre infiammazioni, varici
- **stomaco:** gastriti, ulcere, tumori
- **intestino:** diminuito assorbimento, diarrea
- **pancreas:** pancreatite acuta e cronica
- **danni psichici e neurologici:** allucinosi, delirio cronico di gelosia, delirium tremens, traumi cranici, epilessia, atrofia cerebrale, polineurite alcolica

DECESSI CORRELATI ALL'ALCOL PER CAUSE SPECIFICHE

CAUSA DI MORTE	N° DECESSI
CIRROSI EPATICA	15.000
CARCINOMA DELL'ESOFAGO	3.500
INCIDENTI STRADALI	3.000
ALTRE CAUSE	8.500
TOTALE	30.000

Fonte: Società Italiana di Alcologia 2003

IN ITALIA

- **almeno 1.000.000 di ALCOLISTI**
(chi abusa quotidianamente di alcolici)
- **almeno 3.000.000 di BEVITORI
PROBLEMATICI**

Fonte: Atti 59° Congresso Nazionale Federazione Italiana Medici
di Famiglia Cagliari 2005

Modi del bere e rischi per la salute

- bere **episodico**
- bere **controllato**
- bere **moderato**
- bere **problematico**
- bere **clinicamente significativo**, associato a
 - **disturbi da uso di alcol** (abuso, dipendenza, delirium, demenza, disturbi della memoria, disturbi psicotici, disturbi dell'umore, disturbi d'ansia, disfunzioni sessuali, disturbi del sonno)
 - **disturbi indotti dall'alcol** (problemi e patologie alcol correlati, sindrome d'astinenza, intossicazione acuta alcolica)

Non esistono quantità sicure di alcol

Il rischio è zero solo a livello di non consumo ed è più adeguato, per le conoscenze attuali, parlare di quantità "a basso rischio", anche per piccole assunzioni di bevande alcoliche.

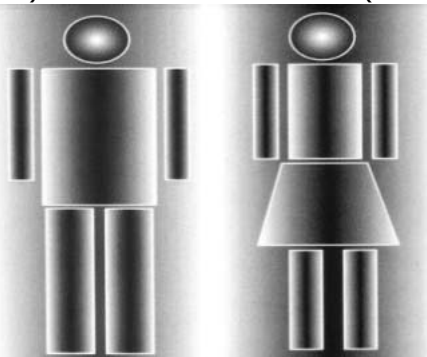
E' da considerarsi a basso rischio di malattie causate dall'alcol una quantità d'alcol giornaliera, assunta a stomaco pieno, che non superi le 2 unità alcoliche per gli uomini ed 1 unità alcolica per le donne.

CONSUMI ALCOLICI E RISCHI PER LA SALUTE

I LIVELLI DI CONSUMO ASSOCIATI AD UN BASSO
RISCHIO SONO

2 unità alcoliche al giorno
(14 alla settimana)

1 unità alcolica al giorno
(7 alla settimana)



UOMINI

DONNE



1 bicchiere = 1 unità = 12 grammi di alcol

GRADAZIONE ALCOLICA

Tipo di bevanda alcolica e Volume di Alcol anidro (grado alcolico)

- birra 3-5%
- vino 10-13%
- aperitivo 18%
- amaro 30%
- liquore 20-40%
- cognac 40%
- whisky 40%
- grappa 42%

ALCOLEMIA

- L'**ALCOLEMIA** INDICA LA CONCENTRAZIONE DI ALCOL NEL SANGUE E SI MISURA IN GRAMMI DI ALCOL PER LITRO DI SANGUE
- l'**alcolemia** raggiunge il valore massimo dopo mezz'ora se l'ingestione è avvenuta a digiuno, dopo circa un'ora dopo un pasto.
- l'ulteriore innalzamento dell'alcolemia si manifesta quando non risulta ancora eliminata la dose precedente e si assume altro alcol.

GLI EFFETTI DELL'ALCOL DIPENDONO ANCHE DA:

- età
- sesso
- razza
- peso
- modalità di assunzione (a digiuno o dopo i pasti, in breve tempo o diluito)
- tempo intercorso dall'assunzione
- entità del pasto consumato
- abitudini alcoliche (consumo quotidiano o saltuario)
- stato di salute generale

I TEMPI DELL'ALCOL

- il **tempo** che l'organismo impiega a smaltire l'alcol dipende dalla quantità assunta e da altre variabili individuali
- ***contrariamente a quanto comunemente si pensa, né gli sforzi fisici, né il caffè o il freddo accelerano l'eliminazione dell'alcol dal sangue***

QUANTO SI DEVE ASPETTARE?



da 1 a 2 ore

Tempo occorrente perché l'alcol venga eliminato dal corpo e l'alcolemia si riduca a livelli non pericolosi:

DA 1 A 2 ORE PER SMALTIRE 1 UNITA' ALCOLICA (12 g. di alcol), l'equivalente di 1 bicchiere di vino o di una lattina di birra o di un bicchierino di superalcolico

Tempo minimo occorrente perché l'alcol venga eliminato dal corpo e l'alcolemia si riduca



**1
ora**



**2
ore**



**3
ore**



**4
ore**

Chi svolge un'attività lavorativa è bene che non assuma alcolici prima e durante lo svolgimento della propria attività

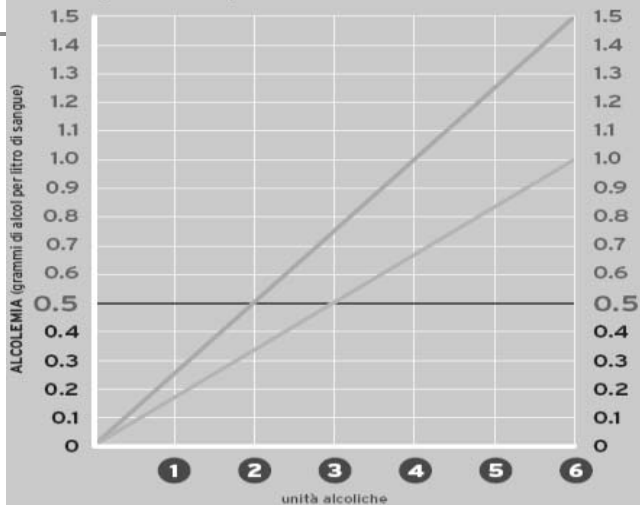
Calcola l'alcolemia

La misura dell'alcolemia secondo le unità alcoliche consumate a stomaco pieno

Uomo/Donna

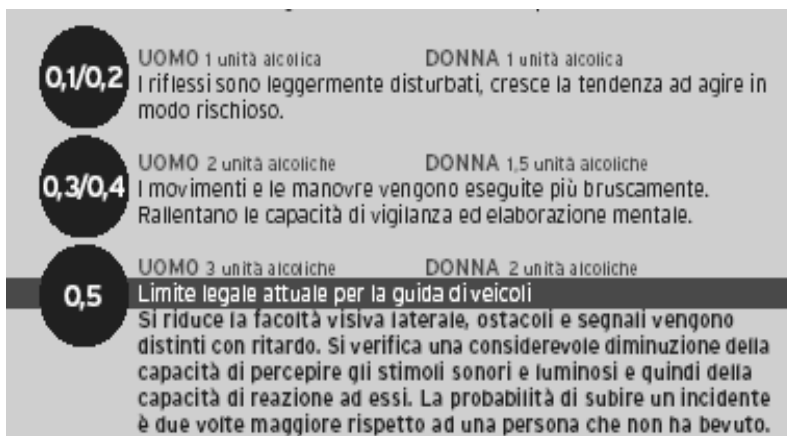
(70 Kg.)

(60 Kg.)

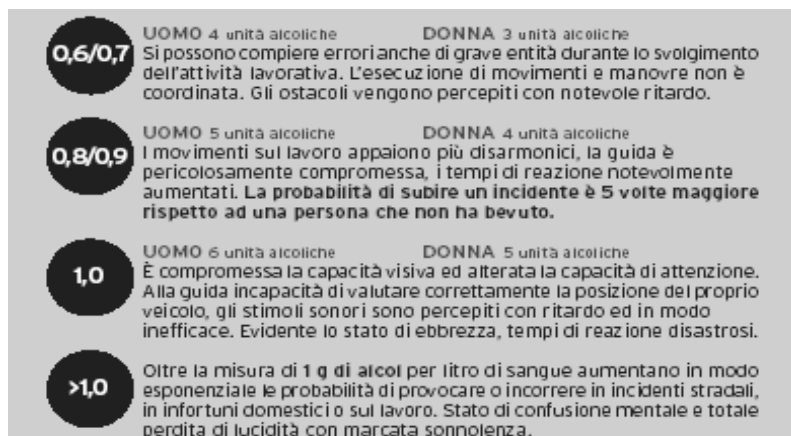


Si tenga conto che la quantità di alcol consumata può comportare variazioni anche significative di alcolemia da persona a persona, poiché l'alcolemia dipende da molti fattori (età, sesso, peso, stomaco vuoto, ecc...)

CORRELAZIONE TRA ALCOLEMIA ED EFFICIENZA PSICOFISICA



CORRELAZIONE TRA ALCOLEMIA ED EFFICIENZA PSICOFISICA



PROBABILITA' DI INCIDENTE/INFORTUNIO IN FUNZIONE DELL'ALCOLEMIA

ALCOLEMIA	PROBABILITA' (%)
0,5	2
0,8	5
1,5	25

LIMITE LEGALE PER LA GUIDA

**0,5 GRAMMI DI ALCOL PER LITRO
DI SANGUE**



**possono essere sufficienti 2
bicchieri di vino o 2 lattine di birra
o 2 bicchierini di superalcolico per
raggiungere il limite legale**

ALCOL E DROGHE

quando assunto insieme ad altre droghe (cocaina, anfetamine, hashish, allucinogeni, ecstasy, eroina), l'alcol determina GRAVI ALTERAZIONI DELLO STATO PSICHICO, modificando il livello di coscienza

ALCOL E FARMACI

SE SI ASSUMONO FARMACI E' CONTROINDICATA L'ASSUNZIONE DI ALCOL

l'alcol non dovrebbe essere assunto in concomitanza di terapie con:

- **farmaci che agiscono sul Sistema Nervoso Centrale** (potenziamento degli effetti)
- **farmaci antiepilettici** (diminuzione dell'effetto con aumentato rischio di crisi convulsive)
- **farmaci antibiotici iniettabili** (rischio di collasso cardiocircolatorio)

ALCOL NEL LAVORO

- le assenze dell'alcolista sul lavoro sono di 3-4 volte superiori rispetto agli altri lavoratori
- il costo dell'alcolista per le aziende e per la società dato dalle assenze dal lavoro per malattia è 4 volte maggiore

ALCOL NEL LAVORO

- **dopo 7 ANNI** di abuso-dipendenza di bevande alcoliche, l'alcolista **perde il 15% delle sue capacita'** ed inizia ad avere difficoltà lavorative
- **dopo 11 ANNI** inizia la vera e propria crisi sul lavoro con un'efficienza del solo **50% delle capacita' lavorative**, con le prime sanzioni punitive e seri problemi familiari
- **dopo 14 ANNI** arrivano le necessità del ricovero e una **efficienza che non supera il 25%**

Se disturbato dall'alcol, si possono correre questi rischi:

- **incidenti stradali**
- **cadute**
- **incendi**
- **ferite** provocate da agenti materiali diversi come, ad esempio, per uso improprio di attrezzature o macchine

la diminuzione della percezione del pericolo porta ad un aumento del rischio di infortunio in ogni ambiente di lavoro, anche per cause banali

PER IL RISCHIO DI INCIDENTI, L'ALCOL:

- rallenta i tempi di reazione
- provoca incoordinazione psicomotoria
- altera e riduce la capacità visiva
- riduce la concentrazione, alterando le capacità di attenzione
- altera la percezione del pericolo, con sopravvalutazione delle proprie capacità

LE CAUSE

in casa o nelle occasioni di vita sociale, i fattori piu' comuni che possono facilitare il consumo di alcol sono:

- **problemi familiari e coniugali**
- **malattie in famiglia o lutti**
- **difficoltà finanziarie**
- **abitudine**
- **pressione sociale**
- **problemi lavorativi**

LE CAUSE

Tra i principali fattori di rischio che inducono ad aumentare le dosi di alcol negli ambienti di lavoro, possiamo considerare:

- **carico di lavoro eccessivo o troppo ridotto**
- **orario lungo o irregolare (turni)**
- **pressioni da parte dei colleghi**
- **lavorare da soli o senza un responsabile/capo ufficio/capo reparto**
- **monotonia**
- **avere compiti troppo al di sopra o troppo al di sotto delle proprie capacità**
- **lavori in cui gli alcolici sono facilmente disponibili**

ALCOL E FATTORI DI RISCHIO PROFESSIONALE

Potenziamento e/o modifica di effetti

ALCOL + SOLVENTI

tricloroetilene, cloruro di vinile, esano eptano, benzolo

ALCOL + PESTICIDI

DDT, dieldrin, organofosforici

ALCOL + METALLI

piombo, manganese, mercurio, cromo, cobalto



**danni al Sistema Nervoso e al
Fegato**

ALCOL E FATTORI DI RISCHIO PROFESSIONALE

Potenziamento e/o modifica di effetti

ALCOL + RUMORE



danni all'apparato uditivo

ALCOL + BASSE TEMPERATURE



abbassa la temperatura corporea

NORMATIVA IN CAMPO DI ALCOL E LAVORO

- **Statuto dei lavoratori (Legge 300/70)**
- **D. Lgs. 81/08**
- **Legge 125/01 (Legge quadro in materia di alcol e di problemi alcol correlati)**

D. Lgs. 81/08

- art. 15, c. 1: ... le misure generali di tutela della salute e della sicurezza dei lavoratori nei luoghi di lavoro sono
 - a) la valutazione di tutti i rischi per la salute e sicurezza ...
- art. 28, c. 1: ... nella valutazione di tutti i rischi vanno considerati anche quelli riguardanti gruppi di lavoratori esposti a rischi particolari ...
- art. 41 c.4: ... nei casi previsti dall'ordinamento, le visite mediche preventive, periodiche e a seguito di cambio di mansione, sono altresì finalizzate alla verifica di assenza di condizioni di alcol dipendenza e di assunzione di sostanze psicotrope e stupefacenti ...

Legge 125/2001

la legge 125/2001, "Legge quadro in materia di alcol e di problemi alcolcorrelati":

ha posto le premesse per l'adozione di adeguati interventi e azioni da parte di un'ampia gamma di istituzioni. Si occupa, infatti, non solo di aspetti specificamente sanitari, quali la prevenzione, la cura e il reinserimento sociale degli alcol dipendenti, ma anche di altri con valenze più prettamente sociali e culturali, quali la pubblicità, la sicurezza del traffico stradale, la regolamentazione della vendita, **la sicurezza sui luoghi di lavoro.**

LEGGE n. 125/2001

Art. 15 - Disposizioni per la sicurezza sul lavoro

- nelle lavorazioni che comportano un **elevato rischio di infortuni**...è fatto divieto di **assunzione** e di **somministrazione** di bevande alcoliche e superalcoliche.
- i controlli alcolimetrici nei luoghi di lavoro possono essere effettuati esclusivamente dal medico competente..., ovvero dai medici del lavoro dei Servizi...
- ai lavoratori affetti da patologie alcol correlate che intendono accedere ai programmi terapeutici..., si applica l'articolo 124 del testo unico... in materia di tossicodipendenza

Principali attività lavorative/mansioni per le quali è vietata l'assunzione e la somministrazione di bevande alcoliche (L. 125/01 e Accordo integrativo Stato/Regioni del 16/3/2006)

- **Settore trasporti**
- **Mansioni che richiedono il porto d'armi**
- **Mansioni sanitarie e sociali**
- **Addetti ai comparti dell'edilizia**
- **Attività di Insegnamento e dell'educazione e cura dell'infanzia**
- **Mansioni che si svolgono nelle fonderie, in cave e miniere**
- **Addetti a sostanze esplosive e infiammabili e al settore idrocarburi**
- **Attività in quota oltre i 2 m di altezza...**

**IMPORTANTE ASTENERSI DAL
CONSUMARE ALCOLICI**

- **se si deve guidare un veicolo o utilizzare un macchinario**
- **prima o durante l'attività lavorativa**
- **in gravidanza e durante l'allattamento**
- **se si assumono farmaci**
- **a digiuno**
- **in età inferiore a 16 anni**
- **con patologie acute o croniche**
- **se ci si sente soli e depressi**

CONSIGLI PER UN LAVORO SICURO

1. indipendentemente dal lavoro che svolgete, evitate di assumere bevande alcoliche, sia **prima che durante l'attività lavorativa**
2. **non offrite** da bere alcolici a chi sta per svolgere un lavoro
3. tenete conto anche dei **postumi del bere**
4. durante le pause, provate le **bevande analcoliche**, sono gradevolissime (i succhi di frutta aiutano a prevenire la stanchezza)
5. **evitate i pasti abbondanti**: contribuiscono ad affaticamento e stanchezza
6. non bevete mai alcolici **a stomaco vuoto**

*Non bere alcolici prima
o durante l'attività
lavorativa*



Corso di formazione per dirigenti/preposti

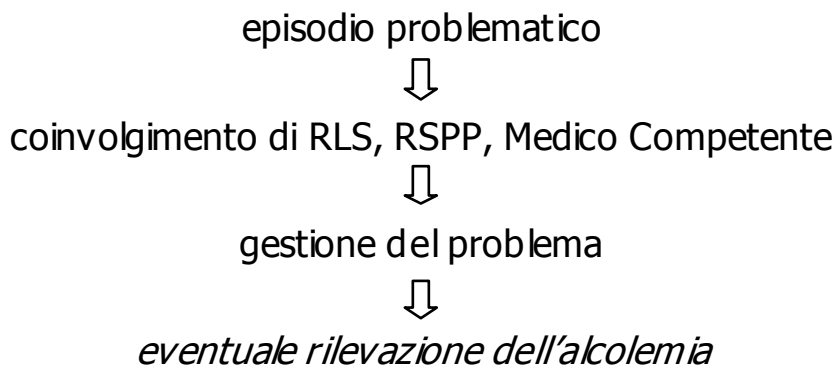
l'alcol come fattore di rischio

l'alcol può esporre a forti rischi di incidenti o infortuni, anche in conseguenza di un singolo ed occasionale episodio di consumo, spesso erroneamente valutato come innocuo per la salute e per la propria performance.

Aspetti della condizione del lavoratore con problematiche alcol correlate

- consapevolezza da parte del lavoratore della propria situazione problematica
- instabilità dell'umore, irritabilità, irascibilità
- episodi di aggressività o liti
- perdita di interesse per le attività
- trascuratezza nella cura della propria persona
- cattivo controllo comportamentale
- eccessiva disinibizione
- sbadatezze, assenze, ritardi
- incidenti stradali o infortuni sul lavoro

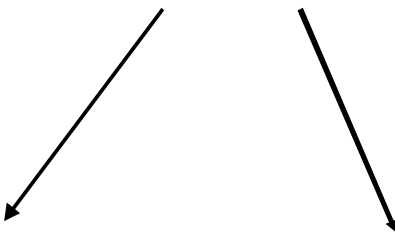
Ipotesi di percorso di gestione integrata del lavoratore con disturbi da uso di alcol



Ipotesi di percorso di gestione integrata del lavoratore con disturbi da uso di alcol

1. episodio suggestivo di uso di bevande alcoliche con risvolti sulla idoneità al lavoro
2. i colleghi di lavoro, lo stesso lavoratore e/o i preposti coinvolgeranno gli RLS, il RSPP, il Medico Competente (secondo quanto previsto dal processo di valutazione dei rischi e dal cosiddetto "regolamento aziendale sull'alcol")
3. gestione e individuazione delle soluzioni

4. se la situazione lo richiede: per gravità dell'intossicazione e/o per l'elevato rischio lavorativo (verso se stesso e/o verso gli altri):



e' allontanato dal posto di lavoro e adibito a mansioni non a rischio o sospeso temporaneamente dall'attività

può essere accompagnato a casa o invitato a rimanere in un posto sicuro (ad es. infermeria) per il tempo necessario

5. l'episodio viene segnalato al Medico competente che provvede a (ri)vedere il lavoratore e ad attuare l'intervento breve di counselling

6. il Medico competente rilascerà un giudizio di idoneità alla mansione sulla base dell'anamnesi (anche alcolica) e dell'esito degli esami di laboratorio

7. al bisogno potrà raccordarsi con il Medico di Famiglia e/o provvedere all'invio al Centro alcolico

8. nell'ambito degli approfondimenti utili al perfezionamento del giudizio di idoneità può fare ricorso al supporto specialistico del Centro alcolico.

Eventuale presa in carico, per trattamenti alcolici.

9. nel caso di consumo elevato il Medico competente può rilasciare un giudizio di non idoneità temporanea alla mansione specifica (per es. 3 mesi) con spostamento verso mansioni non a rischio. In questo tempo si avvia un percorso di tipo riabilitativo.

10. a conclusione, dietro dimostrazione dell'avvio di tale percorso e di uno stato di astinenza comprovata (attraverso certificazione del Servizio Alcolico e/o con esami di laboratorio), il Medico competente rilascia un nuovo giudizio di idoneità alla mansione specifica.

Alcuni indicatori che possono rendere necessario un approfondimento dei disturbi alcol correlati

- la consapevolezza da parte del lavoratore (o del medico competente) dell'esistenza di un disturbo da uso di alcol o di un potus compulsivo (saltuario o abituale)
- il verificarsi, negli ultimi sei mesi, di almeno due episodi nei quali la persona si è presentata al lavoro con segni di potus
- il riscontro di un incidente stradale o di un infortunio sul lavoro che ha avuto come concausa l'uso di alcol

L' idoneità al lavoro: figure coinvolte

- Medico competente
- Servizi alcolologici territoriali (come supporto specialistico al Medico Competente)
- Collegio medico per il controllo dell' idoneità fisica, su richiesta del datore di lavoro (art. 5 della L. 300/70)
- Collegio medico per il ricorso contro il giudizio di idoneità rilasciato dal Medico Competente (art. 17 del D. Lgs. 626/94)

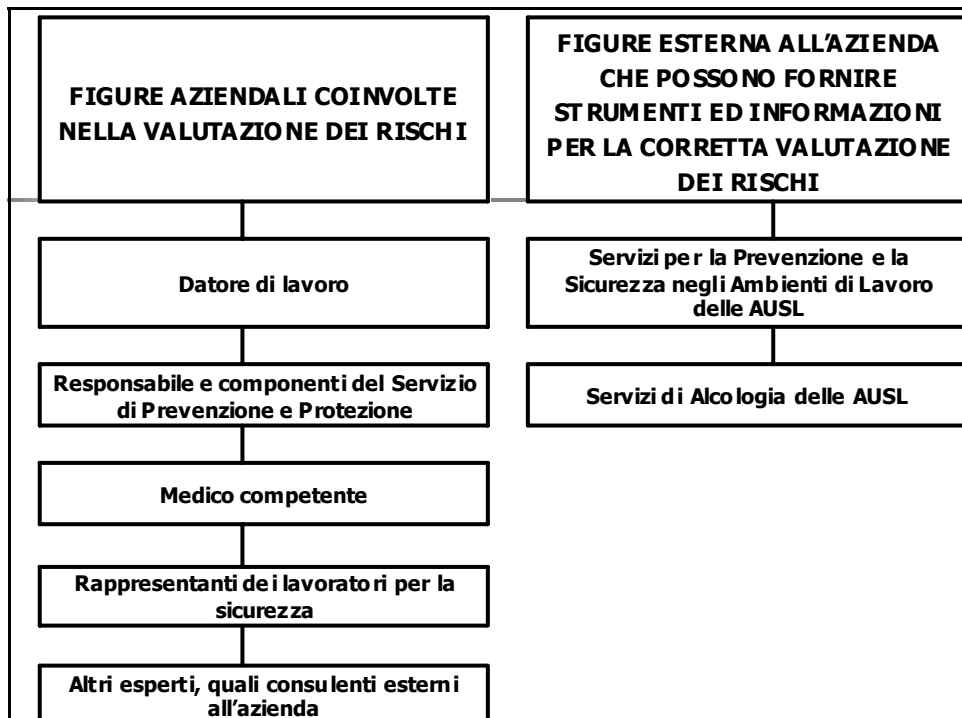
Congedi per il lavoratore

- **conservazione del posto di lavoro**

per l'attuazione di programmi riabilitativi di lungo periodo (l'assenza è equiparata all'aspettativa senza assegni dei dipendenti dello Stato)

- **assenze per malattia**

per gli interventi di cura intensivi prevedibili in 30-60 gg. (ricoveri ospedalieri, trattamenti ambulatoriali o in regime di semi residenzialità o in Centri residenziali)



**Un regolamento aziendale per la
valutazione dei rischi
e la prevenzione dei problemi
alcol correlati
negli ambienti di lavoro**

Il principio

anche i comportamenti individuali negli ambienti di lavoro, quando possono avere conseguenze sulla sicurezza e sulla salute propria e di altri, devono essere oggetto di valutazione da parte del datore di lavoro

Datore di lavoro

- **elabora una politica aziendale di valutazione dei rischi e di prevenzione dei problemi correlati al consumo di alcol e altre sostanze psicotrope:**
 - documento scritto, contenente anche le regole di comportamento (da inserire nel documento di valutazione dei rischi e da portare a conoscenza di tutti i lavoratori)
 - informazione e formazione
 - consenso informato per gli accertamenti e l'uso dei dati
 - garanzia del rispetto della privacy
 - assistenza ai dipendenti con problemi
 - dichiarazione delle sanzioni previste (dalla legge e dai regolamenti aziendali)
- **stabilisce metodi di controllo**
 - sul divieto di assunzione di alcol e sul rispetto delle regole aziendali

R.S.P.P. - R.L.S. - dirigenti - preposti

- partecipano all'elaborazione della politica aziendale e alla valutazione dei comportamenti a rischio
- sostengono il programma aziendale
- intervengono direttamente, sulla base delle funzioni a loro attribuite, e coinvolgono il Medico competente
- partecipano al controllo sulle regole aziendali

Medico competente

- valuta i comportamenti a rischio attraverso: questionari, esami di laboratorio, anamnesi ...
- utilizza il counselling (intervento breve)
- verifica le conoscenze del lavoratore sulle regole di comportamento sul lavoro stabilite dall'azienda sugli stili di vita, effetti dell'alcol, problemi alcol correlati ecc.
- può eseguire indagini alcolimetriche sul sangue o sull'aria espirata
- può richiedere una consulenza ai Servizi di Alcologia per i casi caratterizzati da consumo elevato di alcol (abuso e dipendenza)

Intervento breve

Dalla letteratura internazionale, si evince che l'intervento del Medico di Famiglia (e del Medico competente) è in grado di modificare le abitudini degli assistiti, in relazione al consumo di alcolici.

L'intervento breve consiste:

- nella valutazione del consumo di alcol (screening e raccolta informazioni)
- nell'informazione sui rischi e danni di un consumo problematico
- in un suggerimento preciso, rivolto all'assistito (consiglio breve durante la visita)

PERCHE' E' NECESSARIA UNA STRATEGIA?

- il consumo di bevande alcoliche comporta **costi sociali elevatissimi**. Non è possibile stabilire con esattezza e precisione a quanto ammontano; è certo però che la comunità paga un prezzo molto alto e che la gravità del problema ha assunto dimensioni preoccupanti
- alcune stime riferiscono che la percentuale di **assenze dal lavoro** è di **4 volte superiore** alla media nei soggetti astemi, e che i bevitori **rischiano 4 volte più** degli altri di andare incontro ad infortuni sul lavoro
- non si tratta quindi solo di un problema individuale e soggettivo: gli effetti del consumo di bevande alcoliche si ripercuotono sul lavoro collettivo causando **assenteismo, incidenti e inefficienza**

LE STRATEGIE

- compito del Datore di Lavoro (attraverso le varie figure che gestiscono la sicurezza e l'igiene del lavoro: RSPP, addetti al PS, preposti...) è quello di **informare e formare** i lavoratori sui rischi di infortunio e di malattie professionali legati all'attività svolta e ai comportamenti individuali (alcol, tabacco, droghe, farmaci...)
- i vari soggetti dovranno acquisire competenze sui problemi legati al consumo di alcolici, sulle tecniche comunicative e relazionali più efficaci, nell'ottica della prevenzione dei comportamenti a rischio
- il **Medico competente** rappresenta la figura centrale per la realizzazione di interventi di prevenzione e monitoraggio dello stato di salute dei lavoratori (sia a livello individuale che di gruppo)

12 BUONI MOTIVI PER SMETTERE DI BERE

1. ti sentirai più **lucido** nei ragionamenti
2. ti sentirai energico e fisicamente **in forma**
3. migliorerai il tuo stato di **salute e benessere**
4. sarai più **presente in famiglia e nelle relazioni**
5. migliorerà la qualità del tuo **sonno**
6. perderai **peso**
7. spenderai **i soldi** in altro modo, comperando cose che desideri
8. spenderai **il tempo** in altre attività che hai sempre desiderato fare
9. avrai più **memoria**
10. rischierai meno di incorrere in **incidenti stradali**
11. rischierai meno di incorrere in **infortuni e malattie**
12. ti sentirai più **sicuro in te stesso**

PROBLEM SOLVING 1

Da un po' di tempo circola voce che un capo reparto dell'azienda si intrattiene con dei colleghi di lavoro in trattorie o bar dove tende ad eccedere col bere; al suo rientro al lavoro, appare poco lucido e da tempo le sue decisioni sembrano poco logiche e poco in accordo con quelle dei colleghi. Ha indubbiamente un ruolo di responsabilità e dalle sue decisioni dipende un settore produttivo dell'azienda e la direzione di un gruppo di lavoratori...

- Quali sono i problemi che il caso pone?
- Che cosa si può fare per affrontarli?
- Chi bisogna coinvolgere?
- Quali soluzioni si possono individuare?
- Elencate le possibili soluzioni: per ognuna di esse analizzate i pro e i contro ed individuate quella che vi sembra più utile alla corretta gestione del problema.

PROBLEM SOLVING 2

Un giovane operaio, assunto da un anno, si mostra taciturno, svolge le proprie mansioni in modo meno brillante rispetto ai primi mesi, non sempre sembra lucido nei ragionamenti e con i colleghi è sfuggente. Cominciate a notare che le sue assenze dal lavoro sono frequenti e concentrate quasi sempre nelle giornate di lunedì o martedì; spesso è stato visto assumere antidolorifici che dice di usare per il mal di testa; alla cena sociale è stato visto bere un po' troppo...

- Quali sono i problemi che il caso pone?
- Che cosa si può fare per affrontarli?
- Chi bisogna coinvolgere?
- Quali soluzioni si possono individuare?

Elencate le possibili soluzioni: per ognuna di esse analizzate i pro e i contro ed individuate quella che vi sembra più utile alla corretta gestione del problema.

PROBLEM SOLVING 3

Avete l'occasione di notare che un collega da un po' di tempo non sembra stare bene: ha aumentato il numero di assenze dal lavoro, e così pure i giorni di malattia, il rendimento è diminuito, non parla con nessuno (cosa che prima gli piaceva fare) e tende ad isolarsi.

Un giorno vi avvicina e vi confida che la moglie ha dei problemi con l'alcol ed il suo matrimonio è in piena crisi.

Cercate di discutere insieme della situazione, analizzandola in tutte le sue parti:

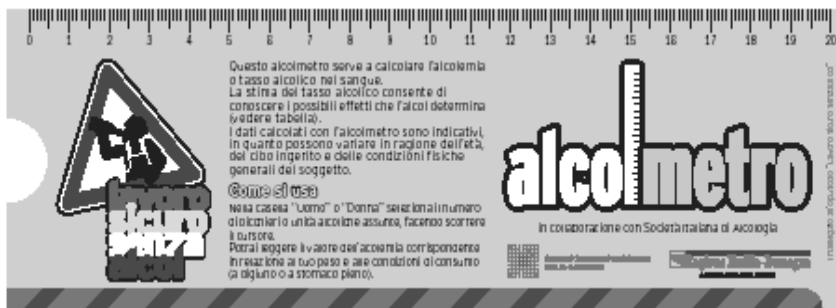
- Quali sono i problemi che il caso pone?
- Che cosa si può fare per affrontarli?
- Chi bisogna coinvolgere?
- Quali soluzioni si possono individuare?
- Elencate le possibili soluzioni: per ognuna di esse analizzate i pro e i contro ed individuate quella che vi sembra più utile alla corretta gestione del problema.

PROBLEM SOLVING 4

Nella pausa del mattino notate che un dipendente ha introdotto di nascosto degli alcolici sul lavoro e cercando di rendervi complice, vi sorride invitandovi a berne un sorso; dice di bere solo all'occasione "è che in questo periodo ha bisogno di tirarsi un po' su il morale"; vi invita a non dire niente poiché "è solo per questa volta, non accadrà più".

Cercate di discutere insieme della situazione, analizzandola in tutte le sue parti:

- Quali sono i problemi che il caso pone?
- Che cosa si può fare per affrontarli?
- Chi bisogna coinvolgere?
- Quali soluzioni si possono individuare?
- Elencate le possibili soluzioni: per ognuna di esse analizzate i pro e i contro ed individuate quella che vi sembra più utile alla corretta gestione del problema.



0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20

Questo alcolmetro serve a calcolare l'alcolemia o tasso alcolico nel sangue. La stima del tasso alcolico consente di conoscere i possibili effetti che l'alcol determina (vedere tabella). I dati calcolati con l'alcolmetro sono indicativi, in quanto possono variare in ragione dell'età, del cibo ingerito e delle condizioni fisiche generali del soggetto.

COME USARLO

Nella casella "Uomo" o "Donna" sezionalo il numero di bicchieri o unità alcoliche assunte, facendo scorrere il cursore.

Per il sapere il valore dell'alcolemia corrispondente in relazione al tuo peso e alle condizioni di consumo (a digiuno o a stomaco pieno).

alcolmetro

In collaborazione con Società Italiana di Alcolologia

Autore: **Giuseppe Sestini**
Editore: **Edizioni Sestini**

Intervento di Giuseppe Sestini