

10 ACCIONS PER ABORDAR EL CONSUM D'ALCOHOL I ALTRES DROGUES A L'EMPRESA



La feina és un espai de socialització, convivència i regulació d'hàbits on es poden dur a terme programes preventius del consum d'alcohol i drogues.

Tingueu en compte que

- *el consum d'alcohol i drogues és habitual en població general i treballadora;*
- *hi ha evidència que aquest consum té un elevat impacte en la mortalitat, la morbiditat, la productivitat, l'accidentabilitat, l'absentisme no justificat, el presentisme i el clima laboral;*
- *els programes preventius són efectius i beneficien tan a les persones treballadores com a l'empresa.*



El programa **A la feina, Alcohol i Drogues 0,0** us recomana:

- 01 Valoreu quina és la situació del consum a la vostra empresa**
Podeu recollir informació per part del servei de prevenció (dins del marc de la vigilància de la salut), de la mútua i d'altres informants clau sobre incidents o problemes de salut, possiblement relacionats amb el consum d'alcohol i altres drogues.
Guia (p.26)
Fase 1. Definició i preparació del Programa
- 02 Esbrineu què en pensen els treballadors i treballadores**
Pregunteu, mitjançant una enquesta, a totes les persones que treballen què en pensen sobre la possibilitat de dur a terme un programa de prevenció d'alcohol i altres drogues, i us adonareu que la majoria estarà d'acord en la seva posada en marxa.
Guia (p.29 - annex 3)
Fase 1. La percepció de la necessitat, la predisposició i la receptivitat
- 03 Busqueu suports**
No ho feu sols. Busqueu aliances i assessorament extern per part d'institucions públiques, organitzacions sindicals i empresarials, i empreses que hagin implementat algun programa amb èxit.
Guia (p.29 - annex 3)
Fase 1. Els recursos disponibles propis i aliens
- 04 Penseu com elaborar un protocol específic**
Formeu un petit grup de treball que compti amb la participació, l'acceptació i el suport de tothom (caps, comandaments intermedis, representants dels treballadors i treballadores, i l'equip del servei de prevenció) per elaborar un protocol o política d'empresa lliure d'alcohol i altres drogues.
Guia (p.34 - annex 2)
Fase 2. Nivell Bàsic. Elaboració d'una política de prevenció del consum d'alcohol i altres drogues
- 05 Informeu a tothom dels riscos del consum i on demanar ajuda**
Assegureu-vos que tots els treballadors i treballadores tinguin accés a informació sobre els riscos del consum d'alcohol i drogues a la feina, i a la política consensuada, per tal que puguin prendre consciència i autoavaluar els propis riscos, fer els canvis comportamentals necessaris i demanar ajuda dins o fora de l'empresa, en cas de necessitat.
Guia (p.36)
Fase 2. Nivell Bàsic. Sensibilització
- 06 Promogeu entorns saludables lliures d'alcohol i altres drogues**
Faciliteu, per exemple, el consum d'aigua i begudes sense alcohol durant la jornada laboral i elimineu les begudes alcohòliques dels actes corporatius d'empresa, reunions de treball i celebracions.
Guia (p.34 - annex 2)
Fase 2. Nivell Bàsic. Elaboració d'una política de prevenció del consum d'alcohol i altres drogues
- 07 Desmunteu prejudicis**
Promoveu actituds adequades, no discriminatòries i no punitives cap a les persones que tenen problemes amb el consum de substàncies, oferint formació que ajudi a desmuntar prejudicis i adquirir habilitats comunicatives.
Guia (p.39)
Fase 2. Nivell Intermedi. Programa de formació específic
- 08 Detecteu i actueu precoçment**
Implementeu un programa d'identificació precoç i intervenció breu per ajudar a les persones a reduir els seus consums de risc, i evitar així que la seva salut empitjori.
Guia (p.42)
Fase 2. Nivell Intermedi. Programa d'identificació precoç i intervenció breu
- 09 Faciliteu l'accés a tractament**
Si teniu una persona treballadora amb problemes de consum d'alcohol i altres drogues, l'heu d'ajudar tal i com faríeu davant de qualsevol altre problema de salut. Aquesta persona pot ser tractada de forma efectiva pels serveis d'atenció primària i especialitzada.
Guia (p.52)
Fase 2. Nivell Integral. Implementar un programa estructurat d'ajuda a l'empleat/da
- 10 Valoreu els beneficis a curt i llarg termini**
Recolliu, de forma contínua, informació sobre incidents possiblement relacionats amb el consum d'alcohol i drogues, i passeu enquestes de satisfacció a la vostra plantilla per valorar-ne els resultats.
Guia (p.56)
Fase 3. Seguiment i avaluació del programa

