

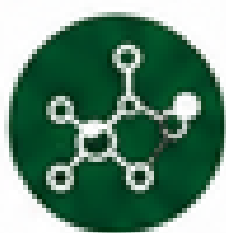
ZERO ALCOL:

PIÙ SALUTE E PIÙ SICUREZZA OGNI GIORNO.

Scelte consapevoli per proteggere
la salute e la sicurezza, ogni giorno



L'ALCOL NON È UNA BEVANDA COME LE ALTRE.



L'alcol è una sostanza psicoattiva presente in molte bevande, come **vino, birra, liquori e aperitivi**



Agisce sul **cervello e sul sistema nervoso**: altera i pensieri, la capacità di giudizio e le decisioni, riduce la coordinazione fisica, l'equilibrio e la velocità di reazione



Danneggia **fegato, cuore e cervello** e aumenta il rischio di **malattie croniche e tumori**.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità
**NON ESISTE
UNA QUANTITA' DI ALCOL
COMPLETAMENTE SICURA
PER LA SALUTE.**



Anche piccole quantità possono influire sulla capacità di lavorare in sicurezza, con un aumento del

**RISCHIO DI ERRORI,
INCIDENTI E
INFORTUNI.**

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Brescia

Scelte consapevoli per proteggere la **salute** e la
sicurezza, ogni giorno



USO ABUSO DIPENDENZA



USO

L'uso è un comportamento controllato, che dà piacere senza creare problemi nella vita quotidiana



ABUSO

L'abuso si verifica quando il comportamento comincia a creare effetti negativi sulla salute, sul lavoro o sulle relazioni, pur senza aver perso completamente il controllo



DIPENDENZA

La dipendenza si manifesta quando la sostanza e/o il comportamento diventano un pensiero fisso, riducendo il controllo su sé stessi e portando a ripetere gli stessi comportamenti nonostante le conseguenze negative sulla salute, sulla qualità del lavoro e delle relazioni sociali



Non esiste una quantità priva di rischi: anche un uso occasionale può, nel tempo, trasformarsi in abuso e portare alla dipendenza. Questo cambiamento avviene gradualmente, **spesso senza che la persona se ne renda conto**, fino a perdere progressivamente il controllo.



ALCOL E LAVORO:

NORMATIVA DI RIFERIMENTO



LEGGE 125/2001

Legge quadro in materia di alcol e problemi correlati



DECRETO LEGISLATIVO 81/08

Testo Unico sulla Sicurezza sul lavoro

IN AMBITO LAVORATIVO:

1



Divieto di assunzione e di somministrazione di bevande alcoliche e superalcoliche nelle attività lavorative che comportano un elevato rischio di infortunio sul lavoro, ovvero per la sicurezza, l'incolumità e la salute dei terzi
(individuate nel Provvedimento del 16 marzo 2006)

2



I **controlli alcolimetrici** possono essere effettuati, nei casi e alle condizioni previsti dalle norme vigenti, dal medico competente o dal personale sanitario delle ATS con funzioni di vigilanza

3



Esiste la possibilità per i lavoratori alcol dipendenti, se assunti a tempo indeterminato, di accedere ai programmi terapeutici e di riabilitazione con conservazione del posto di lavoro, come previsto per i tossicodipendenti dall'art. 124 del DPR 309/1990

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia
ATS Brescia

Scelte consapevoli per proteggere la **salute** e la **sicurezza**, ogni giorno



ALCOL E LAVORO:

RISCHI PER LA SICUREZZA



Bere alcol **prima del lavoro o durante le pause** può avere conseguenze importanti, come ad esempio:



- Diminuzione dell'attenzione, portando a una sottovalutazione del rischio
- Difficoltà di concentrazione
- Riduzione della coordinazione
- Aumento del rischio di errori
- Assenze e calo della produttività
- Problemi relazionali con colleghi e clienti

ed essere causa di infortuni sul lavoro.

Il rischio è presente **in tutte le attività**, ma è aumentato, ad esempio, quando:



Si guidano
veicoli



Si utilizzano
macchinari



Si svolge
lavoro in quota



Si fa uso di
strumenti
pericolosi



Si è responsabili
anche verso altre
persone



ALCUNI FALSI MITI DA SUPERARE



«Un bicchiere ogni tanto non fa male!»

Anche basse quantità comportano rischi per la salute e sicurezza.



«L'alcol aiuta a lavorare meglio!»

In realtà riduce attenzione, precisione e capacità decisionali.



«Se reggo bene l'alcol posso lavorare!»

Abituarsi all'alcol non elimina i rischi.
Molte persone si sentono lucide ma hanno riflessi e capacità ridotte.



«L'alcol dà forza!»

L'alcol è un sedativo e produce soltanto una diminuzione del senso di affaticamento e della percezione del dolore.

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Brescia

Scelte consapevoli per proteggere la **salute** e la **sicurezza**, ogni giorno



COME PROTEGGERE SE STESSI E GLI ALTRI

Alcuni esempi



Rispetta le regole aziendali:
è vietato bere prima e durante il lavoro



Chiedi aiuto
se bere sta diventando un problema



Sostieni i colleghi
in difficoltà



Parlare del problema è **importante**.
Chiedere supporto è un segno di **responsabilità**, non di debolezza.

QUANDO CHIEDERE AIUTO?

Alcuni esempi

È utile confrontarsi con un professionista se:



• Bere diventa un'abitudine quotidiana



• Si fatica a smettere



• Aumentano assenze o problemi sul lavoro



• Ci sono conflitti con i colleghi o i famigliari



• Si verificano incidenti o comportamenti rischiosi



Il Medico Competente, il Medico di Medicina Generale, i Servizi territoriali e i centri specializzati possono offrire **ascolto e supporto**.

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Brescia

Scelte consapevoli per proteggere la **salute** e la **sicurezza**, ogni giorno

INIZIA DA QUI.

Informati, chiedi, trova supporto.
Il primo passo è più semplice di quanto pensi.



o scansiona il QR code sopra

Se stai attraversando un momento di difficoltà o vuoi avere maggiori informazioni, puoi rivolgerti ai servizi del territorio tramite il link:



www.ats-brescia.it/servizi-dipendenze-pubblici



**NEI SERVIZI TROVI
PROFESSIONISTI PRONTI
AD AIUTARTI A CAPIRE
MEGLIO LA SITUAZIONE
E A TROVARE UN
PERCORSO ADATTO A
TE.**

È importante sapere che il supporto è:

GRATUITO

ANONIMO

AD ACCESSO DIRETTO

(non serve la ricetta del medico)

Puoi contattare i servizi telefonicamente o accedere direttamente per fissare un primo colloquio.



Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Brescia

Scelte consapevoli per proteggere la **salute** e la
sicurezza, ogni giorno

