

**PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE ALCOHOL Y DROGAS**

**DEPARTAMENTO DE GESTIÓN DE PERSONAS**



GOBIERNO REGIONAL  
METROPOLITANO DE  
**SANTIAGO**

## *PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE ALCOHOL Y DROGRAS*

---

El Departamento Gestión de Personas en el marco del Instructivo Presidencial de Buenas prácticas Laborales, ejecutará durante el año 2016, acciones de difusión de distintas materias de interés, que afectan a los funcionarios y algunos extensivos al personal Honorario del Gobierno Regional Metropolitano.

En esta oportunidad abordaremos materias de Prevención del Consumo de Alcohol y Drogas, que es una tarea que involucra a todos los miembros de la Institución. Una organización que se asume como preventiva innova en la mirada para tratar el tema desde un enfoque centrado en factores protectores que puedan evitar y/o retrasar la aparición de tales conductas, en donde las condiciones del entorno y los determinantes sociales también ejerce una influencia en la salud de las personas.

En el contexto laboral, la cultura preventiva puede definirse como el **“conjunto de creencias, actitudes y prácticas, compartidas por los miembros de una organización”**, que se expresan en patrones de comportamiento que ayudan a promover una conducta saludable respecto del consumo de drogas y alcohol (SENDA, 2012).

Durante la Feria de Calidad de Vida y Ambientes Laborales realizada en nuestra institución, contamos con la participación de SENDA, entidad que entregó información en torno a esta temática, dada la importancia que tiene para nuestros funcionarios y sus respectivas familias.

### **1. La necesidad de prevenir en el trabajo**

El mundo laboral no está ajeno al creciente consumo de drogas en Chile, datos del último estudio de CONACE (Chile, 2000) confirman la presencia del problema y la vulnerabilidad de la población.

Los resultados del estudio señalado muestran que el mayor consumo de drogas se produce entre los 19 y 25 años. Le siguen los menores entre 12 y 18 años y luego los adultos entre 26 y 34 años. Una situación similar se da con los “bebedores-problema”<sup>1</sup>, los cuales además aparecen con alta frecuencia en el grupo de 35 a 44 años de edad. De estos grupos etáreos, el primero, el tercero y el último corresponden a la etapa de plena productividad de las personas.

Por otra parte, se constata que a partir de los 19 años, los hombres son significativamente más consumidores que las mujeres, y son ellos, igualmente, quienes conforman la mayor parte de la fuerza de trabajo de nuestro país.

Asimismo, se ha observado que muchos accidentes laborales están asociados con el consumo de alcohol o drogas, hecho que nos habla de la presencia de este problema en el trabajo. Una investigación realizada por la Asociación Chilena de Seguridad (ACHS) demostró que en uno de cada tres accidentes graves que se producen en el trabajo, hay personas bajo efectos de alcohol y/o drogas.

El consumo de drogas y el beber-problema de alcohol en el mundo laboral pueden aparecer en todos los niveles. Hoy se ha comprobado que las personas adictas pueden trabajar pareciendo funcionar normalmente y no siempre padecer síntomas físicos visibles, lo que contribuye a que el problema no se detecte ni se reconozca como tal.

<sup>1</sup> El uso de un lenguaje que no discrimine ni marque diferencias entre hombres y mujeres ha sido una preocupación en la elaboración de este Documento. Sin embargo, y con el fin de evitar la sobrecarga gráfica que supondría utilizar en castellano "o/a" para marcar la existencia de ambos sexos, se ha optado por utilizar -en la mayor parte de los casos- el masculino genérico, en el entendido de que todas las menciones en tal género representan siempre a hombres y mujeres, abarcando claramente ambos sexos.

En el caso de las personas que están trabajando, el consumo puede responder a factores relacionados con el trabajo, con su entorno social, y a factores personales o familiares.

## **2. Conducta que se deben prevenir**

**El consumo-problema de alcohol:** evitar el consumo de alcohol previo o durante la jornada laboral.

**El consumo de drogas legales:** evitar el consumo de sicotrópicos (medicamentos tranquilizantes y estimulantes) sin prescripción de un médico tratante.

**El consumo de drogas ilegales:** evitar el consumo de marihuana, cocaína, pasta base y otras drogas ilícitas en el trabajo y fuera de éste.

**El consumo abusivo de drogas en trabajadores que consumen:** lograr que los trabajadores que consumen sigan un tratamiento de rehabilitación.

## **3. Factores de protección**

Son aquellos que dan fortaleza emocional a la persona, favorecen su desarrollo y su inserción social, le permiten manejar adecuadamente las dificultades propias de su situación de vida, le facilitan enfrentar exitosamente los riesgos de consumir drogas, y pueden ser amortiguadores o moderadores de los factores de riesgo. La interacción entre ellos puede contribuir a reducir las probabilidades de que aparezcan problemas relacionados con el consumo de drogas.

## **4. Factores protectores a desarrollar en el ámbito laboral**

**Relación de la persona consigo misma:** desarrollo de autoestima, de autonomía, de tolerancia a la frustración, fortalecimiento de valores, autocuidado, sentido de responsabilidad con su trabajo, desarrollo de la creatividad, entre otros.

**Relación de la persona con sus compañeros en el trabajo:** fomento de habilidades de comunicación, de asertividad, de resistencia frente a la presión de los pares y del entorno, desarrollo de red de ayuda o apoyo en el lugar de trabajo.

**Relación de la persona con su entorno sociocultural:** promoción de alternativas positivas de uso del tiempo libre, de estilos de trabajo y de vida saludable, de buenas relaciones y clima laboral, implementación de espacios para actividades sociales y artístico-culturales en el lugar de trabajo, desarrollo de oportunidades de capacitación y estudio.

## **5. Importancia de la Prevención**

El dicho “**es mejor prevenir que curar**” resulta útil de aplicar:

Las características propias del ámbito del trabajo -tales como compartir espacios comunes, relaciones humanas, cultura, intereses, normas, condiciones laborales- facilitan una prevención efectiva.

Aporta a la salud y calidad de vida de las personas que trabajan y de sus familias.

Aporta a la productividad y calidad del servicio.

Aporta a la seguridad en el trabajo.

Fortalece las relaciones laborales.

Mejora el clima laboral, la pertenencia y el compromiso.  
Aporta a la sociedad con el desarrollo de patrones culturales saludables.

## 6. Algunos Mitos y Realidades en torno al alcohol y las drogas que debemos saber:

- ✓ El alcohol nos pone “buena onda”: Falso
- ✓ Para pasarlo bien hay que beber alcohol: Falso
- ✓ La venta de alcohol está permitida a menores de 18 años: Falso
- ✓ Una intoxicación grave con alcohol puede producir la muerte: Verdadero
- ✓ El consumo de marihuana no hace daño: Falso
- ✓ La marihuana no afecta los pulmones: Falso
- ✓ Mientras más joven se comience a consumir drogas, más probabilidades hay de ser dependiente: Verdadero
- ✓ La cocaína ayuda a rendir más: Falso
- ✓ La pasta base es muy adictiva: Verdadero
- ✓ Los inhalables producen daños, pero son reversibles: Falso
- ✓ Es importante la familia en un tratamiento de drogas: Verdadero
- ✓ Las drogas son un problema sólo de los más pobres: Falso

