

## Quali possibili soluzioni in(formative) e di presa in carico sul tema alcol e lavoro



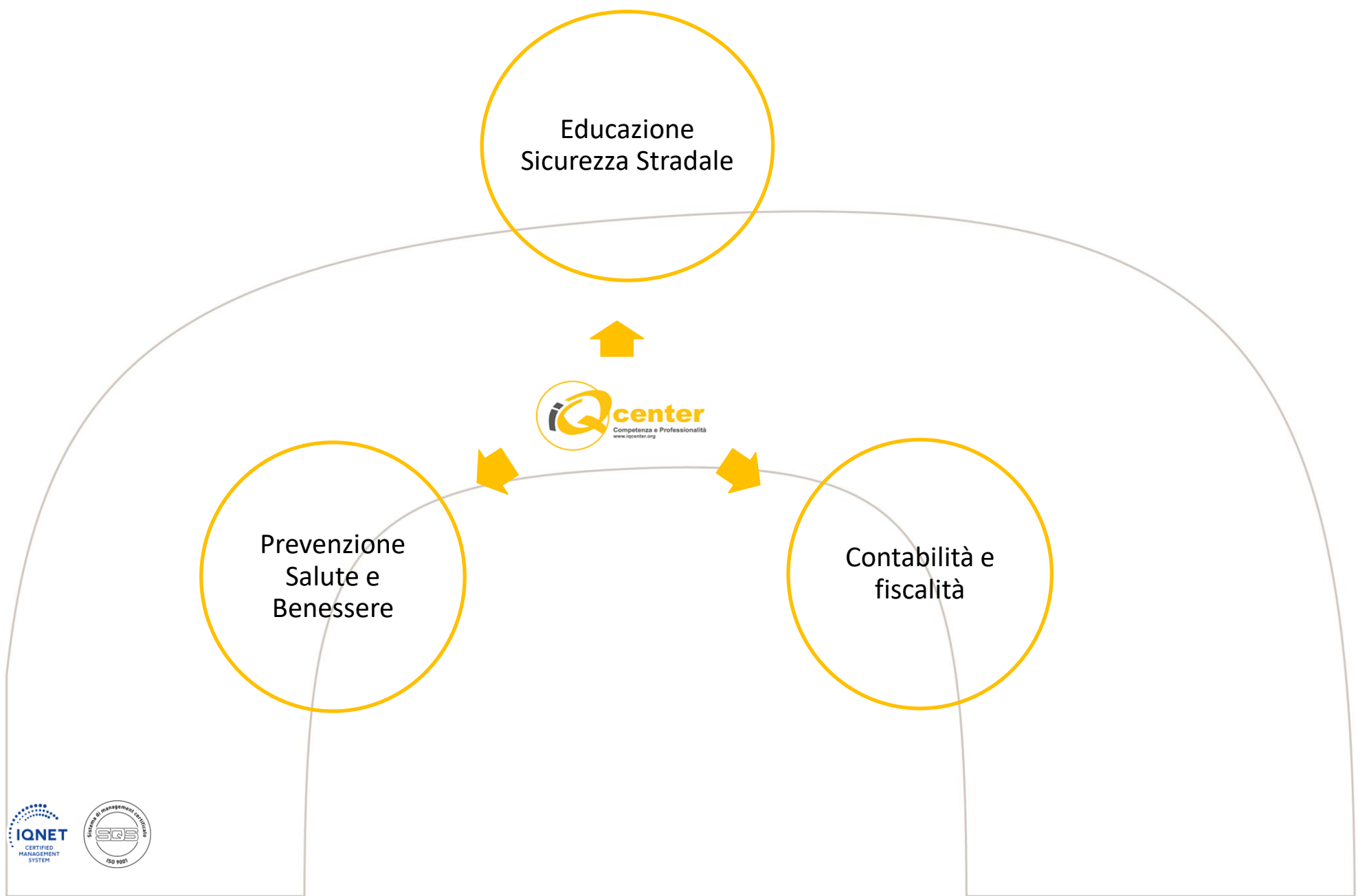
**Sara Palazzo**

Responsabile Servizi ambulatoriali alcologia Ingrado

**Simone Cotti**

Responsabile Servizio ESS iQ Center SA

# iQ Center: chi siamo, di cosa ci occupiamo?



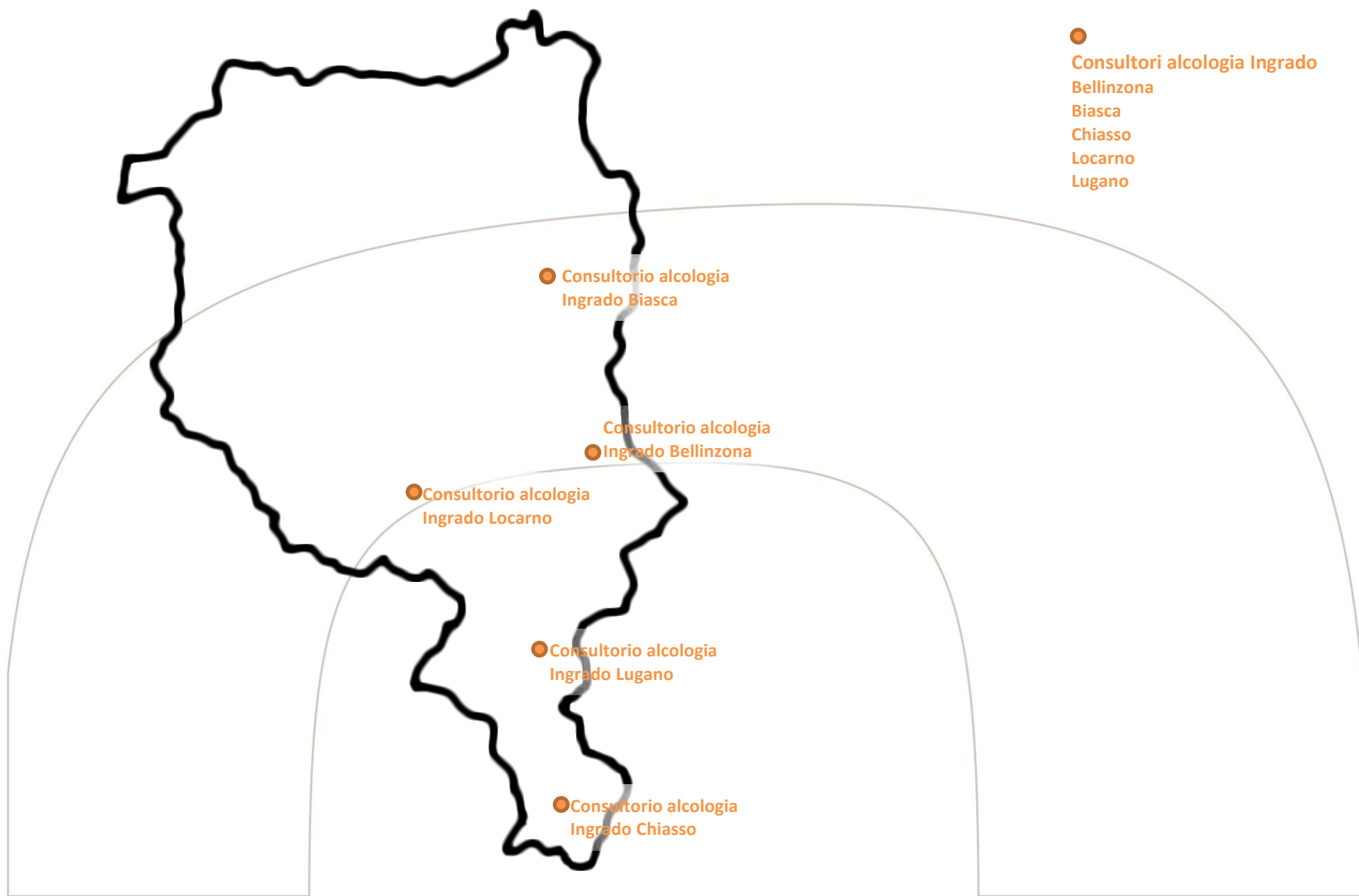


Chi siamo?

**Ingrado - Servizi per le dipendenze** è un centro di competenza specializzato nelle problematiche di dipendenze, addiction e consumi a rischio di alcol, sostanze e medicinali, come anche nelle dipendenze da attività comportamentali (internet, videogames, ecc.).

Il Servizio offre **consulenza e cura** alle persone confrontate direttamente o indirettamente con problematiche legate al **consumo, abuso o dipendenza** da alcol, sostanze legali e/o illegali offrendo programmi inter e multidisciplinari di consulenza, terapia, riabilitazione, accompagnamento e post-cura.

# Servizi ambulatoriali alcologia INGRADO



# Laboratori Alcologia

## Bellinzona

- Presa in carico di persone con problemi di dipendenza
- Programmi individualizzati basati su attività di tipo lavorativo e occupazionale
- Favorire il reinserimento sociale e/o lavorativo
- Monitoraggio dell'astinenza e mantenimento di un benessere bio-psico-sociale
- Valutazione delle capacità residue per un possibile inserimento nel mercato del lavoro

# Centro Residenziale Alcologia Cagiallo

- Terapia della dipendenza con relativo percorso astinenziale in ambito comunitario
- Programmi di cura individualizzati e pluridisciplinari di durata flessibile (3 – 9 mesi) → 25 posti letto disponibili
- Riabilitazione del tempo libero e della salute psico-fisica
- Reinserimento socio-professionale con la riattivazione di una rete di sostegno esterna.



# Il futuro Centro Polifunzionale alcologia di INGRADO *prestazione stazionaria per alcolisti cronici nel Sopraceneri*



**ingrado**  
servizi per le dipendenze



Consultorio, laboratori e appartamenti per alcolisti cronici lungodegenti in un unico luogo!

## Cos'è una dipendenza

La dipendenza è il desiderio irrefrenabile di vivere un certo stato psicofisico, indotto da un determinato comportamento o dal consumo di una certa sostanza. Questo impulso domina le forze della ragione, colpisce la libera espressione della personalità, il benessere fisico e mentale, i legami sociali e le opportunità che possono presentarsi all'individuo.





## Come si manifesta...

- Impossibilità di astenersi dall'uso/dalla riproduzione del comportamento
- Perdita di controllo sul consumo/comportamento
- Aumento della quantità consumata (tolleranza)
- Sintomi di astinenza in caso di arresto o riduzione del consumo/comportamento
- Perdita di interessi e abbandono degli hobby
- Uso continuato nonostante le conseguenze dannose

Non tutti questi segni devono necessariamente essere presenti perché si possa supporre una dipendenza. Qualora dovessero essere osservati, è importante consultare una persona specializzata (medico, servizio specializzato sulle dipendenze).

## Conseguenze

Fisiche

Psicologiche

Sociali, relazionali

Economiche

Legali

# La dipendenza nasce

*Dal consumo regolare di sostanze legali e illegali*

*Da attività sulle quali la persona perde il controllo (es. gioco d'azzardo, internet, shopping, ecc...)*



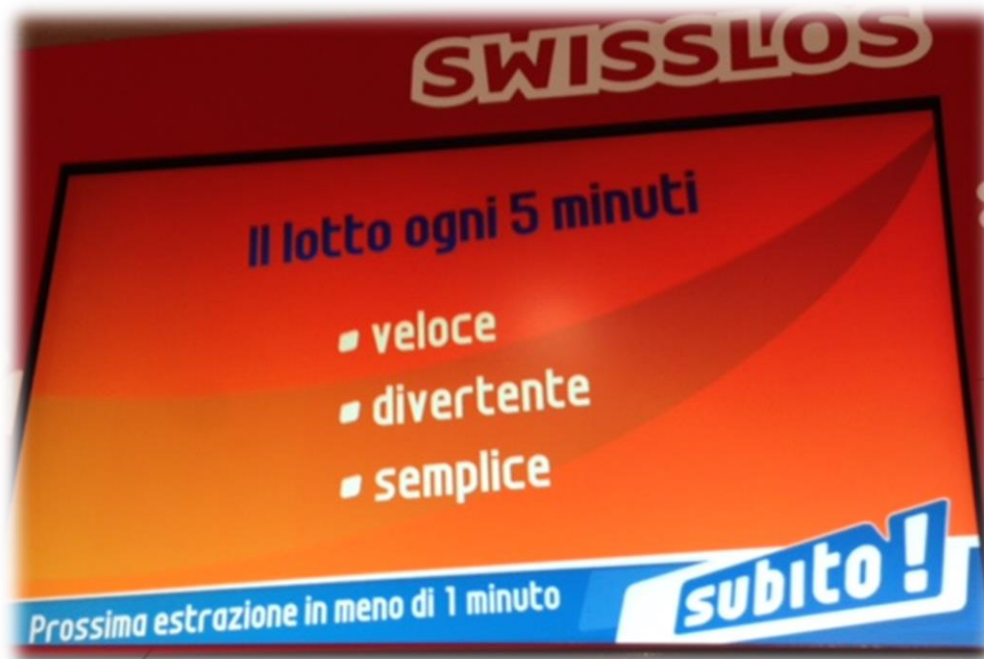
## Contesto societario

*attualmente caratterizzato da...*

- Iperstimoli che mutano a ritmi rapidissimi e incalzanti, rendendo molto spesso difficoltoso all'individuo metabolizzarli;
- Contestazione del principio di autorità;
- Assenza di prospettive future (da futuro promessa a futuro minaccia)
- Richiesta di grande flessibilità e adattabilità
- Pressioni dal gruppo dei pari e dai mass media (immagine dell'essere iper performante!)



Source: M. Croce (2017)



**SWISSLOS**

Il lotto ogni 5 minuti

- veloce
- divertente
- semplice

Prossima estrazione in meno di 1 minuto

**subito!**



*Lasciatemi sognare*

SuperEnalotto

Sisal

MEGAMODO

Hai un sogno da realizzare? Prova a vincere il jackpot più alto

# Parliamo di alcol?



In ogni epoca la bevanda alcolica ha avuto un determinato ruolo sociale.

Prodotto alimentare

Prodotto terapeutico

Prodotto di piacere

Stupefacente



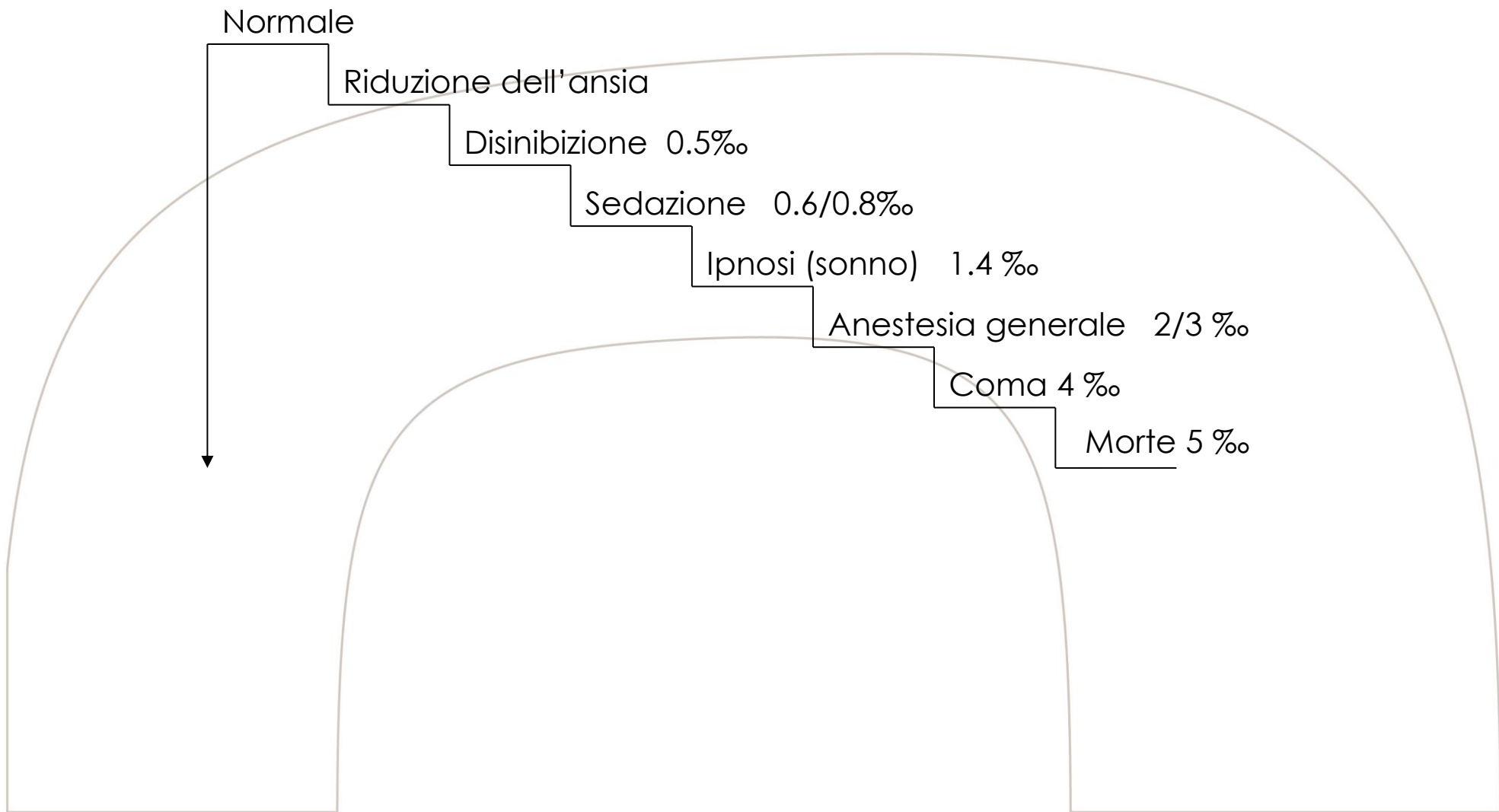
## Alcol: perché consumiamo?

- Piacere nel bere, gusto
- Disinibizione
- Alterazione
- Stare bene in compagnia
- Compagnia che beve e invita a bere
- Abitudine / bisogno di bere
- Emozioni piacevoli / spiacevoli
- Solitudine
- Malesseri fisici
- Conflitti interpersonali
- Relazioni professionali
- .....

## Il consumo: qualcosa di nuovo?

L'esigenza di modificare gli stati di coscienza attraverso l'assunzione delle più disparate sostanze non è un fenomeno nuovo: è sempre esistita nella storia e in ogni tipo di società, ed ha sempre spinto a scoprire e inventare nuove sostanze che permettessero di conseguire lo scopo.

## Quali effetti osserviamo?

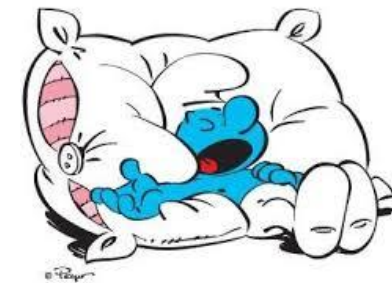
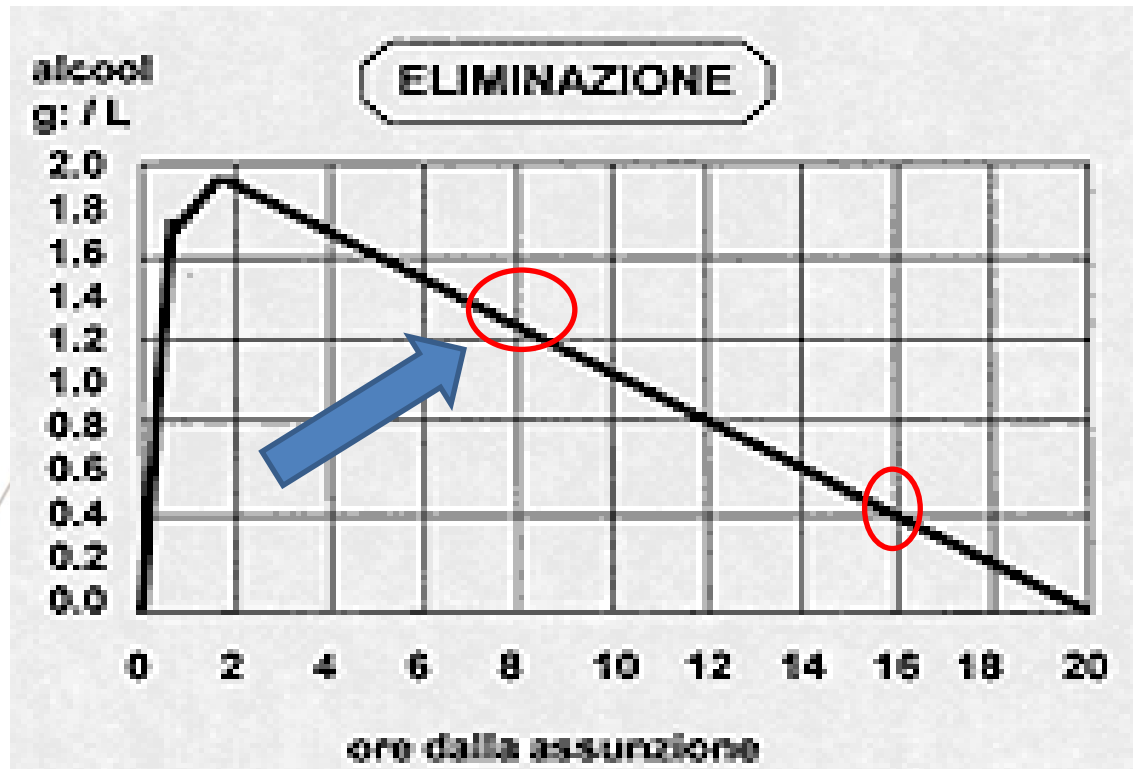


L'eliminazione dell'alcol è **un processo lento!**

L'alcol viene metabolizzato dal fegato ad una velocità **tra lo 0,10 ‰ e lo 0,15 ‰ all'ora**



# Attenzione all'alcolemia residua al risveglio! (guida e posto di lavoro)



## Quanto è troppo?

Consumo moderato = Bere con moderazione	Uomini: non più di 2 Donne: non più di 1 ...al giorno non tutti i giorni
Abuso cronico	Uomini: 3 o più al giorno Donne: 2 o più al giorno
Abuso episodico	Uomini: 5 o più per occasione Donne: 4 o più per occasione
Abuso cumulato	Cronico ed episodico
Consumo inadeguato	Alla guida In gravidanza/allattamento Minori In presenza di patologie <b>Al lavoro</b>

# Alcol e lavoro



**ingrado**  
servizi per le dipendenze



## Consumo e abuso sul luogo di lavoro: quali possibili conseguenze?

L'assunzione, **prima** o **durante** il lavoro, di sostanze psicoattive **aumenta il rischio di infortunio**, poiché comporta:

- riduzione delle capacità percettive;
- diminuzione della capacità di lettura della situazione;
- aumento dei tempi di reazione;
- sopravvalutazione delle proprie capacità;
- maggiore propensione al rischio;
- sottovalutazione dei rischi;
- problemi di salute;
- ...



**Consumo e abuso sul luogo di lavoro:**  
quali possibili rischi?

## Rischi per la sicurezza!

- **Rischi** per le relazioni umane (colleghi, superiori, ecc.)
- **Rischi** per l'immagine dell'azienda
- **Rischi** per il rapporto di lavoro (rapporto di fiducia, richiami, licenziamenti...)
- **Rischi** per la vita privata e per la salute

## **Premessa:** condizioni di vulnerabilità da NON sottovalutare

Non è sempre facile dividere la sfera privata da quella professionale; un disagio in una può avere conseguenze sull'altra.

### **Momenti critici come:**

- Situazioni familiari complesse
- Cambiamenti importanti nella vita privata
- Passaggi nel ciclo di vita
- Salute
- Lutti
- ...

possono comportare lo sviluppo di una vulnerabilità temporanea!

## Quali segnali nella sfera professionale?

- Difficoltà ad attivarsi e scarsa lucidità all'inizio del turno di lavoro
- Mancanza di puntualità
- Frequenti brevi malattie o assenze (senza un motivo plausibile) durante l'orario di lavoro o in particolare all'inizio della settimana
- Rendimento altalenante (qualità e quantità del lavoro svolto)
- Diminuzione dell'interesse e della motivazione
- Richieste di giustificare, colmare e nascondere le mancanze
- Diminuzione di attenzione e concentrazione, vuoti di memoria, dimenticanze
- Tempi di reazione prolungati
- Aumento degli errori e degli incidenti sul posto di lavoro

## Quali segnali nella sfera affettivo-relazionale?

- Sbalzi d'umore
- Irritabilità
- Aggressività
- Paranoia
- Perdita di controllo delle emozioni
- Difficoltà nelle relazioni sia lavorative che private
- Vissuto di disagio
- Peggioramento delle dinamiche (clima lavorativo teso)
- Ricerca di isolamento o allontanamento da parte dei colleghi

## Consumo/abuso di alcol o altre sostanze da parte dei colleghi: **ATTENZIONE!!!**

- Gli indizi possono evidenziare un problema di consumo o abuso di sostanze psicoattive, ma possono avere anche altre motivazioni
- E' quindi opportuno tenerne conto come segnali di una **situazione delicata**, anche a prescindere dal consumo di sostanze
- Questi elementi **possono** segnalare un problema di **dipendenza**, ma non sono sufficienti per formulare una diagnosi e solo una persona competente può farlo

# Sospetto consumo di alcol o altre sostanze psicoattive sul lavoro: quali basi legali, quali principi assicurativi



**ingrado**  
servizi per le dipendenze



## Principio generale

Il legislatore ha riconosciuto i rischi per la sicurezza sul lavoro rappresentati dal consumo di alcol e altre sostanze psicoattive

# Consumo e abuso sul luogo di lavoro: quali conseguenze?

- 15-25 % degli infortuni legati al consumo di alcol
- Rischio 3-4 volte maggiore di infortuni
- - 15 % di produttività
- + 4-8 volte assenteismo di breve durata

Si stima che ca. il 2 % dei collaboratori / 70'000 persone in Svizzera abbiano un consumo problematico di alcol.

La diminuzione di produttività, le assenze e gli infortuni riconducibili al consumo problematico di alcol comportano perdite di ca. 1 miliardo di CHF a carico dei datori di lavoro.



Il datore di lavoro può imporre una **limitazione** o un **divieto** del consumo di bevande alcoliche



Il datore di lavoro

Deve prendere tutte le misure necessarie per esperienza, tecnicamente applicabili e adatte alle circostanze.

Deve avvalersi a tale scopo della collaborazione dei dipendenti.

I lavoratori

Devono assecondare il datore di lavoro nell'applicazione delle prescrizioni.

Sono obbligati a

- utilizzare equipaggiamenti personali di protezione
- a usare correttamente i dispositivi di sicurezza
- astenersi dal rimuoverli o modificarli senza il permesso del datore di lavoro

## LAINF: Art. 82

- Un **datore di lavoro** che lascia lavorare un collaboratore in stato di alterazione contravviene all'art. 82 LAINF!
- Un **dipendente** che lavora in stato di alterazione mette così in pericolo sé stesso e gli altri e contravviene all'art. 82 LAINF!

## Condizioni di lavoro da non sottovalutare

- Condizioni ambientali avverse (calore, umidità, polvere, scarsa illuminazione,...)
- Precarietà del lavoro
- Cambiamenti all'interno dell'azienda
- Scarsa comunicazione all'interno dell'azienda
- Attività molto stressanti e frenetiche
- Attività monotone e ripetitive
- Orari di lavoro irregolari (lavori a turno, picchetti,...)
- Lavori prettamente individuali e isolati (uffici individuali, cantieri,...)

## Riduzioni delle prestazioni

LAINF art. 37 cpv. 3

Le prestazioni in contanti [...] possono essere ridotte, o rifiutate in casi particolarmente gravi, se l'assicurato ha provocato l'infortunio commettendo senza dolo un crimine o un delitto.

## Sospetto consumo di alcol o altre sostanze psicoattive sul lavoro: come (re) agire?



## Prevenire è meglio che curare!

Una formazione mirata e professionale non è un costo ma un investimento!

iQ Center SA offre un ampio catalogo di possibili formazioni sviluppate direttamente con il cliente. In collaborazione con Ingrado è inoltre possibile assicurare al singolo collaboratore un sostegno professionale, individualizzato ed anonimo!

Richiedete un incontro di consulenza, senza impegno...



# Attenzione anche ad altre dipendenze...



**SEX**



**GAME**



**SOCIAL NETWORKS**



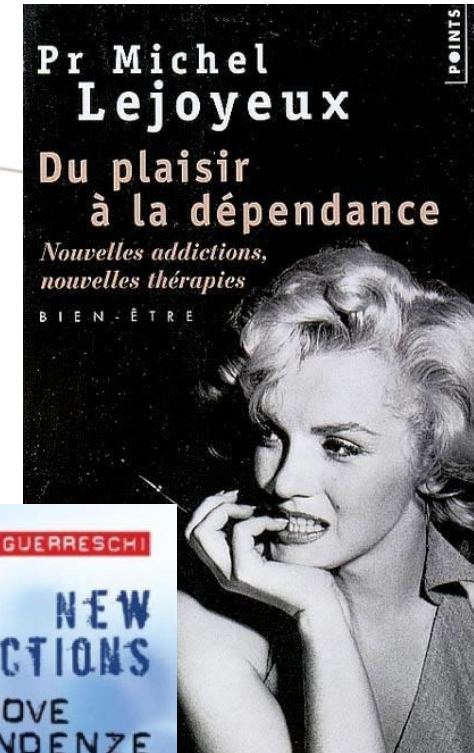
**INFO SURFING**



**NET COMPULSION**



**GAMBLING**



**Grazie per l'attenzione!**



iQ Center SA  
Via Trevano 6  
6900 Lugano  
tel. 091 923 30 03  
[www.iqcenter.org](http://www.iqcenter.org)  
[info@iqcenter.org](mailto:info@iqcenter.org)

Ingrado – Servizi per le dipendenze  
[www.ingrado.ch](http://www.ingrado.ch)  
[sara.palazzo@ingrado.ch](mailto:sara.palazzo@ingrado.ch)