

# CHARLA DE 5 MINUTOS # 58

## ALCOHOLISMO



### INTRODUCCION

El alcoholismo es una patología que consiste en el consumo excesivo de bebidas alcohólicas durante un largo tiempo, de manera que la persona acaba desarrollando una dependencia que puede afectar a su vida laboral y familiar.

En muchas ocasiones, las personas que sufren alcoholismo no quieren reconocerlo, lo cual es un problema, pues para poder tratar esta enfermedad, el primer paso es la aceptación por parte del paciente. Por ello es importante hacerles conscientes de los riesgos que supone el alcoholismo, pues afecta en todos los aspectos de la vida cotidiana.

### ORGANOS QUE AFECTA EL CONSUMO DE ALCOHOL

Cerebro

Corazón

Sistema nervioso

Aparato cardiovascular

Aparato digestivo

Páncreas

Hígado

Musculatura

Sistema inmunológico

### SÍNTOMAS QUE ALERTAN DE UN POSIBLE ABUSO DE ALCOHOL.

- 1.-Mayor absentismo laboral, retraso en la hora de entrada o salidas anticipadas.
- 2.-Aumento de la conflictividad: cambios repentinos de humor, comportamientos violentos, etc.
- 3.-Disminución de la productividad: el consumo de alcohol afecta de forma grave al rendimiento del empleado en su puesto de trabajo.
- 4.-Más bajas por enfermedad
- 5.-Somnolencia
- 6.-Problemas familiares
- 7.-Problemas económicos
- 8.-Deterioro en su higiene personal
- 9.-Pequeños hurtos
- 10.-Reiterados accidentes laborales: Entre el 15 y el 20% de los accidentes laborales ocurren en trabajadores que se encuentran bajo los efectos del alcohol u otras drogas.

### ¿QUÉ FACTORES AUMENTAN EL CONSUMO DE ALCOHOL?

**Factores relacionados con la propia persona:** tolerancia a la frustración y su estado de ánimo, la presencia de conflictos interpersonales y familiares, vivir en un entorno de consumo, cómo emplea el ocio y tiempo libre, la disposición o no de estrategias y hábitos de salud adecuados, etc.

**Elementos del propio trabajo o de las propias organizaciones:** factores relativos a las condiciones de trabajo como estrés, excesiva carga de trabajo, jornadas demasiado largas, turnicidad y nocturnidad. Trabajar en un entorno laboral de tolerancia respecto al consumo o realizar tareas rutinarias y repetitivas.

**Factores relativos a la insatisfacción con el entorno y las condiciones económicas:** la valoración de los superiores e iguales no es la que se espera, existen problemas con la autoridad/liderazgo organizativa, surgen sentimientos de incapacidad para las tareas que hay que desempeñar, la remuneración no está ajustada a las funciones que se realizan, existe un clima tenso o inadecuado en el trabajo, entre otros. Además, factores relacionados con la precariedad laboral: contratos temporales que pueden dificultar la planificación del futuro y que genera a las personas incertidumbre y malestar emocional.

### CIERRE

Los problemas de adicción al alcohol no constituyen únicamente un problema personal, su radio de acción alcanza también dimensiones familiares, sociales y económicas. Por ello, la sociedad, en sus diferentes ámbitos, incluido el espacio laboral, debe promover e implicarse en la prevención de los consumos y el tratamiento de las adicciones.

# #CONSeguridad

ELABORADO POR EL INC. CÉSAR ARENAS