



Ministero della Salute



REGIONE
TOSCANA



Aprile
Mese di
prevenzione
alcolica



WHO COLLABORATING
CENTRE FOR RESEARCH
AND HEALTH PROMOTION
ON ALCOHOL AND
ALCOHOL-RELATED
HEALTH PROBLEMS



ISTITUTO
SUPERIORE
DI SANITÀ
CINESPS - OssFAD



Servizio
Sanitario
della
Toscana

Alcol e lavoro:

scegli la sicurezza...

più sai, meno rischi!



a'cat
Ass. Italiana
dei Club degli Alcolisti
in Trattamento



Alcol e lavoro:

scegli la sicurezza...
più sai, meno rischi!

Regioni Partner:

- Regione Valle d'Aosta
- Regione Lombardia
- Regione Veneto
- Regione Emilia Romagna
- Regione Marche
- Regione Abruzzo
- Regione Umbria
- Regione Calabria
- Regione Sicilia
- Regione Toscana (Capofila del Progetto)

In collaborazione con:

- Centro Alcolologico Regionale della Toscana (CAR)
- Centro Collab. dell'Organizzazione Mondiale della Sanità per la Ricerca e la Promozione della Salute su Alcol e Problemi Alcol-correlati
- Osservatorio Nazionale Alcol OssFAD - Istituto Superiore di Sanità
- Società Italiana di Alcologia
- Associazione Nazionale Medici Lavoro Pubblici
- Azienda USL 10 Firenze
- Associazione Italiana Club degli Alcolisti in Trattamento

Progetto finanziato con il

FONDO NAZIONALE DI INTERVENTO PER LA LOTTA ALLA DROGA,

Esercizio Finanziario aa 97/99

**Presidenza del Consiglio, Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali,
Ministero della Salute.**

Salute e Benessere

La salute ed il benessere sono elementi essenziali per lo sviluppo personale, sociale ed economico, tutelati dal diritto a richiedere informazioni corrette sulle modalità più giuste per salvaguardarli. La promozione della salute nei luoghi di lavoro si attua attraverso la corretta applicazione delle normative, la qualità degli ambienti, l'organizzazione del lavoro, la gratificazione professionale e l'adozione di stili di vita sani.

Il consumo di bevande alcoliche è uno dei fattori che influenzano lo stato di salute e di benessere durante il lavoro.

Questo libretto si prefigge di fornire in maniera divulgativa alcune *informazioni scientifiche* riguardo agli effetti che il consumo di bevande alcoliche può esercitare sullo stato di salute e sulle capacità lavorative. Si tratta di semplici accorgimenti per adeguare gli abituali atteggiamenti nei confronti del bere, uniformandoli all'esigenza di garantire un più elevato livello di sicurezza e prevenzione e per proteggerci da eventuali rischi o infortuni a cui spesso, anche inconsapevolmente ci si espone. Essere più consapevoli significa migliorare la qualità della propria vita e corrisponde, sui luoghi di lavoro, a migliorare i livelli di sicurezza e benessere per sé e per i colleghi.

I rischi legati alle abitudini al bere e le possibili conseguenze che ne derivano, possono coinvolgere, oltre a chi consuma alcol, i colleghi di lavoro, la famiglia o altre persone. Queste conseguenze possono ripercuotersi anche su coloro che, per abitudine o per scelta, non bevono. È il caso degli incidenti stradali, sul lavoro, degli episodi di violenza o di criminalità, che sono agiti sotto l'effetto dell'alcol da bevitori che consumano secondo modalità considerate erroneamente normali.

Cos'è l'alcol

1. L'alcol è una sostanza tossica, potenzialmente cancerogena con una elevata capacità di indurre dipendenza. Inoltre, in particolari contesti lavorativi, l'interazione con solventi, pesticidi, metalli ed altri fattori quali rumore, basse temperature e stanchezza, aumenta il rischio di sviluppare malattie professionali.

L'alcol è uno dei principali fattori di rischio per la salute; bere è un comportamento individuale e familiare, ma è necessario essere consapevoli che rappresenta comunque un rischio per la propria salute, per quella dei nostri familiari e anche dei nostri colleghi di lavoro.

L'alcol può esporre a forti rischi di incidenti o infortuni, anche in conseguenza

ad un singolo o occasionale episodio di consumo, spesso erroneamente valutato come non rischioso per la salute.

2. L'alcol rappresenta un importante fattore di rischio sia generico che specifico. L'Organizzazione Internazionale per il Lavoro (ILO) afferma che il 10-12% di tutti i lavoratori con età maggiore di 16 anni ha problemi legati all'abuso o alla dipendenza da alcol. Una recente ricerca dell'Associazione Dirigenti Risorse Umane (GIDP-HRD) afferma che il 45% dei manager presenta un abuso occasionale o continuativo di alcol. Gli incidenti stradali rappresentano una quota rilevante degli infortuni sul lavoro, circa l'11% dei 940.000 eventi all'anno che mediamente sono occorsi negli ultimi anni, siano questi "in itinere", cioè occorsi "(...) durante il normale percorso di andata e ritorno dal luogo di abitazione a quello di lavoro", che legati a spostamenti nell'ambito dell'orario di lavoro.

3. Al contrario di quanto si crede comunemente, l'alcol non è un nutriente (come lo sono le proteine, i carboidrati ed i grassi), apporta 7 kcal per grammo. Il suo consumo non è utile all'organismo, risulta invece fonte di danno diretto alle cellule di molti organi tra cui i più vulnerabili sono il fegato e il sistema nervoso centrale. Inoltre anche a basse dosi può indurre sonnolenza, soprattutto dopo i pasti.

Comportamenti relativi all'alcol

Gli **astemi** sono coloro che non hanno mai bevuto bevande alcoliche.

Gli **astinenti** sono coloro che per diverse ragioni hanno deciso di smettere di bere alcolici.

I **consumatori** sono coloro che bevono alcolici.

Gli **alcolisti** sono coloro che hanno un problema o una patologia legati al consumo di alcolici.

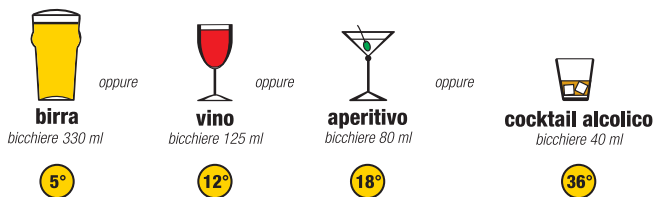
“Sia l'organizzazione mondiale della sanità (OMS) che il National Institute of Health (NIH) degli Stati Uniti ribadiscono che nessun individuo può essere sollecitato al consumo anche moderato di bevande alcoliche, considerando il rischio che l'uso di alcol comporta per l'organismo.

Inoltre gli individui che non bevono non possono e non devono essere sollecitati a modificare il proprio atteggiamento”.

Come calcolare quanto si beve

Spesso non ci soffermiamo a pensare quanto beviamo abitualmente. Il modo più semplice per calcolarlo è contare il numero di bicchieri di bevande alcoliche che giornalmente o abitualmente beviamo.

Un bicchiere di vino (che è generalmente 125 ml), una birra (che è generalmente 330 ml), oppure un bicchiere di superalcolico (che è generalmente 40 ml) contengono la stessa quantità di alcol pari a circa 12 gr



un bicchiere di una qualunque bevanda alcolica contiene circa 12 grammi di alcol

1 unità = 12 grammi di alcol

Il regolo allegato a questo opuscolo serve a calcolare il livello personale di consumo e la relativa alcolemia (livello di alcol nel sangue). È importante ricordare che **durante l'attività lavorativa è raccomandabile non assumere bevande alcoliche.**

Confrontare il proprio consumo con le quantità indicate nel riquadro può aiutare ad essere più consapevoli riguardo alle personali abitudini al bere.

Se il numero di unità o bicchieri è superiore a

2-3 unità o bicchieri al giorno per gli uomini

1-2 unità o bicchieri per le donne

salute e benessere sono esposti ad un rischio maggiore

Anche se il consumo fosse inferiore a tali valori si potranno comunque correre dei rischi, soprattutto se si sta svolgendo un lavoro che richiede attenzione, concentrazione o se ci stiamo prendendo cura di altre persone.

A fronte di una naturale variabilità individuale nella capacità di smaltire l'alcol ingerito, stesse quantità di alcol possono avere effetti differenti da individuo ad individuo

Se il numero di unità o bicchieri è zero non corriamo alcun rischio.

Esiste una lunga lista di attività lavorative per le quali è raccomandata l'astensione da bevande alcoliche. La regola generale è che quando è richiesta concentrazione e attenzione o è previsto l'uso di macchinari o veicoli, il consumo di alcol è da evitare.

**Se scegliamo la sicurezza:
ZERO ALCOL, ZERO RISCHIO !**

I numeri dell'alcol

I consumi

I dati dell'ISTAT indicano che il 75% degli italiani consuma alcol (l'87% degli uomini e il 63% delle donne). Il primo bicchiere viene consumato a 11-12 anni; l'età più bassa dell'intera Unione Europea (media UE 14,5 anni).

Sono tre milioni i bevitori a rischio ed 1 milione gli alcolisti; 817.000 giovani di età inferiore ai 17 anni hanno consumato nel 2000 bevande alcoliche e circa 400.000 bevono in modo problematico. Il 7% dei giovani dichiara di ubriacarsi almeno tre volte alla settimana ed è in costante crescita il numero di adolescenti che consuma alcol fuori dai pasti (+ 103% nel periodo 1995-200 tra le 14-17enni).

Gli astemi, in costante diminuzione, rappresentano il 25% della popolazione.

Infortunati

In Italia, ogni anno, sono denunciati all'INAIL circa 940.000 infortuni sul lavoro con durata di inabilità superiore alle tre giornate. Di questi, circa il 51% accadono con modalità quali ad esempio "ha urtato contro..", ha messo un "piede in fallo", è "caduto dall'alto.." o "in piano.." o "in profondità...", ha avuto un incidente "a bordo di.." o "alla guida di.." per le quali l'assunzione di alcolici può influire pesantemente.

L'assunzione di bevande alcoliche determina una diminuzione dell'efficienza nelle prestazioni lavorative e una riduzione della percezione dei rischi. Questo non significa che la totalità degli infortuni accaduti con le modalità sopra descritte, sia avvenuta a causa del consumo di bevande alcoliche. E' però da ritenere necessario, per le lavorazioni nelle quali ci possono essere infortuni con dette modalità, l'obbligo di una corretta valutazione dei rischi, come dichiarato nell'ex art.4 del D.lgs. n°626/94. Tale valutazione deve tenere conto anche del rischio "aggiuntivo" legato al consumo di bevande alcoliche.

Alcuni studi valutano gli infortuni attribuibili all'abuso alcolico nell'ordine del 10% - 20%. Ciò significa che dei 940.000 infortuni 94.000-188.000, sono da mettere in relazione al consumo di bevande alcoliche. Altri studi che misurano l'alcolemia dopo gli infortuni sul lavoro, evidenziano che circa il 4% degli infortunati presenta significativi livelli di alcolemia. Tale dato, rapportato al numero totale di infortuni sul lavoro in Italia, stima in 37.400 quelli avvenuti a causa del consumo di alcolici.

Malattie

Ogni anno sono attribuibili, direttamente o indirettamente, al consumo di alcol: il 10% di tutte le malattie, il 10% di tutti i tumori, il 63% di tutte le cirrosi epatiche, il 41% degli omicidi, il 45% di tutti gli incidenti, il 9% delle invalidità o delle malattie croniche.

Il consumo di bevande alcoliche, determina il potenziamento degli effetti all'esposizione professionale ad agenti chimici (solventi in particolare) e neurotossici (piombo, ecc.).L'**assenza dal luogo di lavoro** per malattia è 4 volte maggiore negli alcolisti.

Ricoveri

Complessivamente, il 10% dei ricoveri è attribuibile all'alcol; nell'anno 2000 tale numero è stato stimato in 326.000, di cui 100.000 con diagnosi totalmente attribuibile all'alcol (relazione al Parlamento del Ministro della Salute).

Decessi

Ogni anno in Italia circa 40.000 persone muoiono a causa dell'alcol per cirrosi epatica, tumori, infarto del miocardio, suicidi, aborti, omicidi, incidenti stradali e domestici e per incidenti in ambienti lavorativi.

Costi

L'Organizzazione Mondiale della Sanità stima che i costi annuali sociali e sanitari, sostenuti a causa di problemi collegati all'alcol sono pari al 2-5% del Prodotto Interno Lordo (PIL). Secondo tale stima sul PIL nazionale dell'anno 2003 (1.324 miliardi di euro) i costi dell'alcol risulterebbero pari a 15-37 milioni di euro, (pari a 290-710 miliardi delle vecchie lire).

Accanto a questi costi ci sono quelli sostenuti dalle famiglie per il licenziamento o il declassamento in mansioni lavorative meno qualificate o di minor responsabilità.

L'alcol è responsabile del 40% dei cambiamenti dei posti di lavoro.

Inoltre a questi vanno aggiunti i costi, difficilmente quantificabili in euro, **di tipo affettivo e relazionale** che investono la famiglia, gli amici i colleghi di lavoro. Alcune stime fanno comunque ammontare questi costi a circa 3 milioni di euro escludendo i costi per assenteismo da malattia o incidente che se calcolati aumentano tale cifra di ulteriori 1 milione e 500 mila euro (Censis 1996).

Gli effetti dell'alcol sull'organismo

L'alcol viene assorbito per il 20% dallo stomaco e per il restante 80% dalla prima parte dell'intestino. Se lo stomaco è vuoto l'assorbimento è più rapido. L'alcol assorbito passa nel sangue e dal sangue al fegato, che ha il compito di distruggerlo. Finché il fegato non ne ha completato la "digestione" l'alcol continua a circolare diffondendosi nei vari organi. In alcuni individui, in alcune razze, nelle donne, l'efficienza di questi sistemi è molto ridotta, risultando maggiormente vulnerabili agli effetti dell'alcol.

Circa il 90-98% dell'alcol ingerito viene rimosso dal fegato. Il restante 2-10% viene eliminato attraverso l'urina, le feci, il respiro, il latte materno, le lacrime, il sudore, la traspirazione.

La velocità con cui il fegato elimina l'alcol dal sangue varia da individuo ad individuo mediamente l'organismo smaltisce 1 bicchiere di bevanda alcolica ogni ora. Di conseguenza chi lavora dovrebbe aspettare sempre almeno un ora, dopo aver bevuto un bicchiere, prima di riprendere l'attività lavorativa. L'eliminazione degli alcolici, al contrario

di quanto si pensi, non è accelerata né dal freddo né dal caldo, né dallo sforzo fisico, né dal caffè o da una doccia fredda. Chi svolge lavori pesanti non elimina più velocemente l'alcol di chi svolge lavori sedentari.

Condizioni professionali che favoriscono il consumo di alcol

Ci sono alcune professioni che possono favorire l'uso di alcol, ad esempio attività lavorative che comportano prolungati sforzi fisici, esposizione a polveri o fumi, che prevedono frequenti situazioni di intrattenimento (rappresentanti, venditori, baristi, ristoratori), oppure professioni monotone, ripetitive, eccessivamente meccanicizzate o con bassi livelli di responsabilizzazione.

L'interazione fra bevande alcoliche ed altre sostanze utilizzate, in particolari situazioni lavorative, aumentano il rischio di malattie professionali.

Alcol e fattori di rischio professionali	
Alcol + metalli	Danni al fegato e al sistema nervoso
Alcol + pesticidi	Danni al fegato e al sistema nervoso
Alcol + nitroglicerina	Danni all'apparato cardiovascolare
Alcol + solventi	Danni al fegato e al sistema nervoso
Alcol + rumore	Danni all'apparato uditivo
Alcol + basse temperature	Patologie da raffreddamento

Esistono quantità sicure di alcol?

In base alle conoscenze attuali, non è possibile identificare delle quantità di consumo di bevande alcoliche raccomandabili o sicure per la salute. Ai fini della tutela della salute è più adeguato parlare di "quantità a basso rischio", evidenziando che **esiste un rischio anche a bassi livelli di consumo** (alcolemia 0,2 mg/L). Il rischio di infortuni ed incidenti aumenta progressivamente fino a 25 volte (con alcolemia pari a 1,5 mg/L) nei bevitori rispetto a soggetti sobri che si trovano nelle stesse condizioni lavorative.

E' da considerare a minor rischio, se non si stanno svolgendo attività lavorative, una quantità di alcol giornaliera che si assume durante i pasti principali (mai fuori pasto) che non deve superare i 20-40 grammi per gli uomini e i 20-30 grammi per le donne. Queste quantità devono essere ulteriormente ridotte negli anziani e nei giovani. Per quanto riguarda questi ultimi, bisogna ricordare che al di sotto dei 16 anni la legge vieta la somministrazione di bevande alcoliche.

Tuttavia rispetto ai luoghi di lavoro in cui i rischi per sé e per gli altri devono essere prevenuti e ridotti, **la quantità di alcol sicura equivale a 0.**

Alcol e lavoro:
*scegli la sicurezza...
più sai, meno rischi!*

A tale riguardo è importante ricordare che le norme in materia di salute e sicurezza nei luoghi di lavoro (decreto legge 626/94) indicano che “ciascun lavoratore deve prendersi cura della propria sicurezza e di quella delle altre persone presenti sul luogo di lavoro su cui possono ricadere gli effetti delle sue azioni od omissioni...” Art 5.

**Se scegliamo la sicurezza:
ZERO ALCOL, ZERO RISCHIO !**

Effetti sull'organismo di quantità crescenti di alcol consumato

Per svolgere compiti che richiedono prestazioni complesse quali la guida, l'utilizzo di macchinari o, in genere, lo svolgimento di attività lavorative, è importante mantenere integra l'efficienza psicofisica. Questa è direttamente correlata ai livelli di alcolemia. Quanto maggiore è il valore dell'alcolemia, tanto più sono compromesse le condizioni psicofisiche dell'individuo. I valori dell'alcolemia sono legati, oltre che alla quantità di alcol che beviamo, al sesso, al peso corporeo, all'età, allo stato nutrizionale e di salute. Una concentrazione di 0,2 grammi di alcol ogni cento millilitri di sangue si raggiunge



oppure



oppure



oppure



5°

12°

18°

36°

un bicchiere di una qualunque bevanda alcolica contiene circa 12 grammi di alcol

1 unità = 12 grammi di alcol

in un maschio o in una femmina di circa 60 chili di peso con l'assunzione a stomaco pieno di circa 12 grammi di alcol puro pari al consumo di:

Usando il regolo è possibile valutare le concentrazioni di alcol nel sangue in relazione a quantità crescenti di alcol consumato.

Un consumo moderato di alcol si accompagna generalmente ad un iniziale senso di benessere, sicurezza ed euforia e disinibizione; è importante ricordare che anche bassi livelli di alcolemia (0,2 mg/l) portano a sopravvalutare le proprie capacità, a non rispettare le norme di sicurezza, ad affrontare rischi lavorativi che altrimenti non verrebbero mai corsi, e a conseguenze negative nei rapporti con i colleghi o i superiori.

gli effetti sull'organismo di quantità di consumo crescente

Tabella alcolemia

La tabella seguente è indicativa. L'alcolemia varia a seconda dell'età, del sesso, dello stato nutrizionale, dall'essere digiuni o dall'aver assunto alimenti, dallo stato di salute individuale. Le quantità in bicchieri si riferisce a valori dell'alcolemia che si raggiungono in un uomo di 70 kg di peso e in una donna di 60 kg di peso a stomaco pieno.

0,2

MASCHIO 1 bicchiere 

FEMMINA 1 bicchiere 

Iniziale tendenza a guidare in modo più rischioso, i riflessi sono leggermente disturbati, aumenta la tendenza ad agire in modo imprudente in virtù di una diminuzione della percezione del rischio.

0,4

MASCHIO 2 bicchieri  

FEMMINA 1 bicchiere 

Rallentamento delle capacità di vigilanza ed elaborazione mentale; le percezioni i movimenti e le manovre lavorative vengono eseguite bruscamente con difficoltà di coordinamento

0,5

MASCHIO 3 bicchieri   

FEMMINA 2 bicchieri  

Il campo visivo si riduce prevalentemente a causa della visione laterale (più difficile perciò controllare le manovre di lavoro soprattutto se si utilizzano automezzi o veicoli); contemporaneamente si verifica la riduzione del 30-40% della capacità di percezione degli stimoli sonori, luminosi ed uditivi e della conseguente capacità di reazione.

La probabilità di subire un incidente è due volte maggiore rispetto ad una persona che non ha bevuto.

0,6

MASCHIO 3 bicchieri   

FEMMINA 2 bicchieri  

I movimenti degli oggetti, dei mezzi che ci circondano, gli ostacoli, vengono percepiti con notevole ritardo e la facoltà visiva laterale è fortemente ridotta. Si possono compiere errori anche di grave entità durante le prestazioni lavorative.

**0,7
0,8**

MASCHIO 4 bicchieri 
FEMMINA 3 bicchieri 

I tempi di reazione sono fortemente compromessi; l'esecuzione di normali movimenti e manovre lavorative è priva di coordinamento, confusa e si possono commettere gravi errori nelle prestazioni lavorative.

La probabilità di subire un incidente è 5 volte maggiore rispetto ad una persona che non ha bevuto.

0,9

MASCHIO 5 bicchieri 
FEMMINA 4 bicchieri 

Sono compromessi: l'adattamento all'oscurità, la capacità di valutazione delle distanze, degli ingombri della traiettoria dei veicoli e delle percezioni visive simultanee (per esempio di due veicoli se ne percepisce uno solo)

1

MASCHIO 6 bicchieri 
FEMMINA 4 bicchieri 

L'ebbrezza è chiara e manifesta; è caratterizzata da euforia e disturbi motori che rendono precario l'equilibrio. E' manifesta e visibile l'alterazione della capacità di attenzione, con tempi di reazione assolutamente inadeguati. Le percezioni sonore vengono avvertite con ritardo accentuato e comunque in maniera insufficiente a determinare un riflesso utile alla salvaguardia della propria e altrui incolumità. **Non si è in grado di svolgere nessuna manovra lavorativa.**

> 1

Lo stato di euforia viene sostituito da uno stato di confusione mentale e di totale perdita della lucidità con conseguente sonnolenza intensa.

La probabilità di subire un incidente è da 10 a 25 volte maggiore rispetto ad una persona che non ha bevuto.

È vero che? sfatiamo i luoghi comuni

L'alcol rende più spigliati. Non è vero!

L'alcol disinibisce, eccita, ed aumenta il senso di socializzazione anche nelle persone più timide, salvo poi, superata tale fase iniziale, agire come **un potente depressivo**.

L'alcol rende più sicuri. Non è vero!

L'alcol provoca un **falso senso di sicurezza**, riduce l'attenzione e le capacità di vigilanza. Il non pieno controllo del comportamento produce una diminuzione delle percezioni del rischio e delle sensazioni di dolore rendendo l'individuo più esposto a gesti, manovre, comportamenti lavorativi molto rischiosi per sé e per i colleghi.

L'alcol aumenta i riflessi. Non è vero!!

L'alcol provoca un iniziale stato di eccitazione, che riduce la percezione del rischio e la capacità di vigilanza; determina una sopravvalutazione delle capacità di reazione agli stimoli sonori ed auditivi e **rallenta le capacità di elaborazione mentale**.

L'alcol rende più socievoli. Non è vero!!

L'alcol disinibisce, ma rende anche maggiormente suscettibili ed irritabili, per cui non si accettano critiche sul proprio operato, si è meno disponibili al confronto producendo situazioni di scontro e di **conflitto sia con i colleghi che con i superiori**.

L'alcol dà forza. Non è vero!

L'alcol è un sedativo che produce una diminuzione del senso di affaticamento e della percezione del dolore. Questo può portare a **sopravalutare le proprie forze** e capacità, esponendo sé e gli altri lavoratori a rischi. Solo una parte delle calorie fornite dall'alcol possono essere utilizzate per il lavoro muscolare. Inoltre chi svolge lavori pesanti non elimina più in fretta l'alcol rispetto ai lavoratori sedentari.

L'alcol aiuta la digestione. Non è vero!

La rallenta e determina un alterato svuotamento dello stomaco. Ciò può portare ad una maggiore sonnolenza dopo pranzo che **diminuisce i livelli di attenzione e vigilanza**

Le bevande alcoliche sono dissetanti. Non è vero!!

Disidrata: l'alcol richiede più liquidi per il suo metabolismo di quanti ne sono stati bevuti in quanto fa urinare di più, facendo quindi aumentare la sensazione di sete. Questo può portare nelle lavorazioni esposte a fonti di calore o a lavori all'aperto ad **aumentare il consumo di alcolici** determinando un aumento dell'alcolemia, e quindi dei rischi di subire un infortunio.

Alcol e lavoro:
*scegli la sicurezza...
più sai, meno rischi!*

L'alcol dà calore. Non è vero!!

In realtà la dilatazione dei vasi sanguigni di cui è responsabile produce soltanto una momentanea ed ingannevole sensazione di calore in superficie che, in breve comporta un ulteriore raffreddamento del corpo ed aumenta il rischio di assideramento. Nelle lavorazioni all'aperto o in luoghi a bassa temperatura espone il lavoratore a rischio di **subire gli effetti del freddo.**

L'alcol aiuta a riprendersi da uno shock. Non è vero!!

Provoca una dilatazione dei capillari e determina un **diminuito afflusso di sangue** agli organi interni, soprattutto al cervello.

In quali altre condizioni è raccomandabile non bere

Ci sono situazioni, oltre a **svolgere un'attività lavorativa**, in cui è raccomandabile astenersi completamente dal consumo di bevande alcoliche:

- Se si ha meno di **16 anni** di età
- Se è stata programmata una **gravidanza**
- Se si è in gravidanza o si sta **allattando**
- Se si assumono **farmaci**
- Se si soffre di una **patologia acuta o cronica**
- Se l'alcol ha creato **problemi personali o familiari**
- Se si hanno o se si sono avuti altri tipi di **dipendenza**
- Se si è a digiuno o **lontano dai pasti**
- Se si deve **guidare** un veicolo o **usare un macchinario**
- Se ci si deve **recare al lavoro**

in quali condizioni è raccomandabile non bere

Quando si deve smettere di bere

Alcune circostanze o condizioni sono d'aiuto per identificare le situazioni in cui smettere di bere è necessario e costituisce la scelta migliore per la propria salute.

Si deve smettere

- Se si hanno vuoti di memoria o frequenti dimenticanze
- Se ci si sente soli o depressi
- Se si bevono alcolici appena svegli
- Se la mattina si hanno tremori dopo aver bevuto la sera
- Se si è provato disagio o senso di colpa a causa del bere
- Se si è stati oggetto di critiche per il proprio bere
- Se un collega di lavoro, un superiore, il medico del lavoro o un familiare ci ha fatto rilevare la necessità di smettere o ridurre il bere.
- Se si sono avuti infortuni lavorativi o incidenti alla guida di veicoli o macchinari

La presenza di una delle condizioni riportate ci sollecita a smettere di bere.

Se si pensa di avere un problema con il bere è meglio chiedere aiuto, rivolgendosi ad un amico o ad un collega di lavoro, o anche al Medico del lavoro, agli addetti alla sicurezza, al delegato sindacale, alla RSU della tua azienda oppure al Medico di Famiglia, ai servizi pubblici, alle associazioni presenti nel territorio.

Una buona salute è un buon affare per tutti

Non consumare bevande alcoliche nei luoghi di lavoro, ed astenersi dall'assumerne prima di recarsi al lavoro porta a

- Ridotto rischio di infortuni ed incidenti lavorativi
- Una migliore atmosfera lavorativa
- Una migliore turnazione e organizzazione lavorativa
- La riduzione dell'assenteismo per problemi di salute
- Un'aumento della produttività
- Un miglior impatto aziendale
- Una migliore immagine per l'azienda

Le aziende che attuano programmi di promozione della salute riscontrano notevoli cambiamenti in positivo.

Definire e realizzare una politica di prevenzione alcolologica aziendale significa attuare concretamente questi cambiamenti, che rappresentano non solo un grande risultato per l'azienda in termini economici, ma anche un investimento socialmente responsabile che conviene all'azienda, ai lavoratori e all'ambiente esterno.

Norme che regolano il consumo di alcolici nei luoghi di lavoro

In tema "lavoro e assunzione di alcol" esistono norme che, attraverso l'applicazione dell'articolo 32 della Costituzione italiana, permettono di valutare una eventuale assunzione di sostanze alcoliche in rapporto a diversi momenti della vita lavorativa.

Costituzione della Repubblica Italiana, 1 gennaio 1948

- **articolo 13:** La libertà individuale è inviolabile (...)
- **articolo 32:** (...) Nessuno può essere obbligato a un determinato trattamento sanitario se non per disposizione di legge (...)

In particolare, lo Stato per specifiche categorie di lavoratori ha formulato leggi, tanto in relazione all'idoneità all'assunzione che in previsione di sanzioni (fino al licenziamento) una volta che l'assunzione sia già avvenuta, qualora si verificchino problemi e patologie alcolcorrelate.

Leggi dello Stato che prevedono inidoneità all'assunzione o sanzioni, sino al licenziamento, per le seguenti categorie:

- Arma dei Carabinieri - Polizia di Stato - Forze armate - Corpo di polizia penitenziaria
- Corpo forestale dello Stato - Corpo nazionale dei Vigili del Fuoco - Polizia mineraria
- Personale di regioni e degli enti pubblici non economici da esse dipendenti, dei comuni, delle province, delle comunità montane e loro consorzi - Ente Autonomo delle Ferrovie dello Stato
- Licenza o abilitazione degli esercenti arti ausiliarie delle professioni sanitarie - Insediamento e attività dei pubblici esercizi
- Inabilità al pilotaggio - Idoneità della gente di mare - Regolamento per la navigazione interna, norme sulla navigazione da diporto - Abilitazione per la circolazione dei motoscafi e delle imbarcazioni a motore
- Abilitazione operazioni relative all'impiego di gas tossici - Abilitazione alla condotta di generatori a vapore

Regolamenti, emanati con Decreto del Presidente della Repubblica, che contengono misure di sostegno per categorie di lavoratori del settore pubblico che presentino particolari condizioni psico-fisiche, tra le quali possono essere comprese le patologie alcolcorrelate.

- **DPR 13.1.1990 n°43**
Regolamento (...) concernente il comparto del personale degli enti pubblici non economici
- **DPR 3.8.1990 n°319**
Regolamento (...) concernente il personale dell'Università
- **DPR 3.8.1990 n°333 319**
Regolamento (...) concernente il personale del comparto delle regioni, degli enti pubblici non economici da esse dipendenti, dei comuni, delle province, delle comunità montane, loro consorzi (...)

Tutela dei dipendenti in particolari condizioni psicofisiche

(...) i dipendenti che si impegnino a un progetto terapeutico di recupero e riabilitazione (...) sono stabilite le seguenti **misure di sostegno**:

- concessione dell'**aspettativa** per infermità ...
- concessione di **permessi giornalieri retribuiti** nel limite massimo di due ore (...)
- **riduzione dell'orario di lavoro** (...)
- **utilizzazione in mansioni della stessa qualifica diverse** da quelle abituali (...)

L'ente **dispone l'accertamento della idoneità al servizio dei dipendenti (...) qualora non si siano volontariamente sottoposti alle previste terapie.**

Legge quadro in materia di alcol e problemi alcolcorrelati

Di lavoratori affetti da tali patologie si parla nella legge quadro in materia di alcol e di problemi alcolcorrelati del 30 marzo 2001 n°125.

In essa importante è l'articolo 15, ove assieme a divieti e procedure si afferma il diritto del lavoratore ammalato ad accedere a programmi terapeutico-riabilitativi, senza incorrere nella immediata e automatica perdita del lavoro.

Non è invece stato emanato con decreto l'elenco delle lavorazioni a "elevato rischio" (previsto all'articolo 15 entro 90 giorni dall'entrata in vigore della legge) e di tale elenco esiste esclusivamente una proposta congiunta della Società Italiana di Alcologia e dell'Associazione Nazionale dei Medici del Lavoro Pubblici (vedi tabella nella pagina seguente).

Testo unico in materia di stupefacenti e sostanze psicotrope n° 309/90

art.124 I lavoratori di cui viene accertato lo stato di tossicodipendenza, i quali intendono accedere ai programmi terapeutici e di riabilitazione (...) se assunti a tempo indeterminato hanno diritto alla conservazione del posto di lavoro (...) e, comunque, per un periodo non superiore ai tre anni (...)

La stessa legge, per i soggetti con problemi e patologie alcolcorrelate, attribuisce alle regioni il compito di programmare gli interventi (anche quelli destinati al reinserimento sociale) e di individuare servizi e strutture per realizzarli.

art.125 1. Gli appartenenti a categorie di lavoratori destinate a mansioni che comportano rischi per la sicurezza, l'incolumità e la salute dei terzi, individuate con decreto del Ministero del Lavoro (...), di concerto con il Ministero della Sanità, sono sottoposti ... a spese del datore di lavoro ad accertamenti di assenza di tossicodipendenza prima dell'assunzione e (...) ad accertamenti periodici (...)

Legge quadro in materia di alcol e problemi alcolcorrelati

articolo 15

(Disposizioni per la sicurezza dei lavoratori)

- 1.** Nelle attività lavorative che comportano un elevato rischio di infortuni sul lavoro ovvero per la sicurezza, l'incolumità o la salute di terzi, individuate con decreto dal Ministero del Lavoro ... di concerto con il Ministero della Sanità, da emanare entro novanta giorni dalla entrata in vigore della presente legge è fatto divieto di assunzione e di somministrazione di bevande alcoliche e superalcoliche (...)
- 2.** Per le finalità previste dal presente articolo i controlli alcolimetrici nei luoghi di lavoro possono essere effettuati esclusivamente dal medico competente ai sensi dell'articolo 2, comma 1, lettera d) del d.lgs 19.9.1994, n°626, e successive modificazioni, ovvero dai medici del lavoro dei servizi per la prevenzione e la sicurezza negli ambienti di lavoro con funzioni di vigilanza competenti per territorio delle aziende unità sanitarie locali (...)
- 3.** ai lavoratori affetti da patologie alcolcorrelate che intendano accedere a programmi terapeutici e di riabilitazione presso i servizi di cui all'articolo 9, comma 1, o presso altre strutture riabilitative, si applica l'art.124 del Testo Unico delle leggi in materia di disciplina degli stupefacenti e sostanze psicotrope, prevenzione, cura e riabilitazione dei relativi stati di tossicodipendenza, approvato con decreto del Presidente della Repubblica il 9 ottobre 1990, n°309

al dicembre 2004 esiste solo una Proposta congiunta

SIA – A.N.Me.L.P. di tale elenco:

- (...) è fatto divieto di consumo
- alla guida di mezzi di trasporto su strada, su rotaia, su acqua, su aria
 - alla guida di macchine di movimentazione terra e merci
 - alla guida o ai comandi di macchine agricole
 - ai pannelli di manovra (o ai telecomandi) di macchine di sollevamento e movimentazione merci
 - alla consolle di comando di macchine complesse e robotizzate
 - nell'utilizzo di macchine utensili di ogni tipo
 - nell'edilizia
 - in tutti i lavori in quota
 - nelle lavorazioni di momentazione di merci
 - nelle fonderie e lavorazione metalli
 - nell'industria del legno
 - nell'impiantistica elettrica
 - nell'industria chimica a rischio di incidente rilevante
 - nelle lavorazioni soggette a certificato di prevenzione incendi
 - nelle cave e miniere
 - nei cementifici e nelle fornaci
 - nelle mansioni di sorveglianza di altre persone o quando ci si debba prendere cura di esse (es. insegnanti, personale socio-sanitario)

articolo 9 Legge 125/01

(Attribuzione delle regioni e delle province autonome di Trento e Bolzano)

1. Le regioni e le province autonome di Trento e Bolzano provvedono, nell'ambito delle risorse destinate all'assistenza sanitaria rese disponibili dal Fondo sanitario nazionale, alla programmazione degli interventi di prevenzione, cura, riabilitazione e reinserimento sociale dei soggetti con problemi e patologie alcolcorrelati, all'individuazione dei servizi e delle strutture, anche ospedaliere e universitarie, incaricati della realizzazione degli interventi stessi, compresi quelli per il trattamento in fase acuta dei soggetti con problemi e patologie alcolcorrelati, nonché alla formazione e all'aggiornamento degli operatori del settore, in base ai principi stabiliti dalla presente legge e alle previsioni dell'atto di indirizzo e coordinamento di cui all'articolo 3.

Legittimità al licenziamento per consumo di alcolici

Sulla legittimità del licenziamento a seguito di fatti attribuibili alla assunzione di alcol si è espressa anche la **Sezione Lavoro della Cassazione Civile**.

CASSAZIONE CIVILE SEZIONE LAVORO

Estinzione e risoluzione del rapporto di lavoro (codice civile art. 2110)

L'alterazione psichica conseguente alla prolungata assunzione di alcol e ai suoi effetti tossici costituisce infermità che giustifica l'astensione dal lavoro a norma dell'art. 2110 c.c.

Non costituisce mancanza imputabile al lavoratore l'omissione della comunicazione del motivo dell'assenza e della trasmissione del certificato, quando l'omissione sia dovuta a uno stato permanente di ubriachezza.

La dipendenza da alcol non è di per sé motivo sufficiente per il venir meno della fiducia del datore di lavoro nel corretto adempimento futuro, che giustifica il licenziamento.

Il lavoratore che "beve" non deve essere automaticamente licenziato.

Non può usare la sua dipendenza dall'alcol come giustificazione che gli eviti certi compiti e certe mansioni e che lo metta al riparo da un eventuale licenziamento.

La sua condotta sarà valutata secondo i criteri stabiliti dalla legge e dal contratto, come per ogni altro lavoratore.

Tali sentenze costituiscono "precedente" al quale poter fare riferimento, ma non hanno valore automatico e generalizzabile.

Si ricorda, infine, che non è esplicitamente previsto indennizzo per gli **infortuni in itinere** direttamente causati dall'abuso di sostanze alcoliche.



Alcol e lavoro:

scegli la sicurezza...
più sai, meno rischi!

Comitato tecnico Scientifico **Progetto Nazionale Alcol e Lavoro**

Arcangelo Alfano Regione Toscana
Allaman Allamani Azienda USL 10 Firenze
Francesca Amendola Regione Calabria
Claudio Annovi Regione Emilia Romagna
Roberta Antonelli Regione Umbria
Oreste Bazzani Azienda Ospedaliero-Universitaria di Careggi Firenze
Elisabetta Benedetti Regione Marche
Maria Grazia Brogi Azienda USL 10 Firenze
Antonella Ciani Passeri Azienda USL 10 Firenze
Massimo Cecchi Azienda USL 10 Firenze
Corrado Celata Regione Lombardia
Mauro Cibir Regione Veneto
Ernesto D'Anna UIL Toscana
Paolo E. Dimauro Azienda USL 8 Arezzo
Camilla Di Peppe Regione Abruzzo
Domenico Ferrara Regione Sicilia
Gabriella Furfaro Regione Autonoma Valle D'Aosta
Giuliano Giorgetti CGIL Toscana
Guido Guidoni Azienda USL 10 Firenze
Giuliana Guidoni CISL Toscana
Giuseppe Ianniello Azienda USL 10 Firenze
Domenico La Rocca Regione Sicilia
Barbara Mair Provincia Autonoma di Bolzano
Valentino Patussi Azienda Ospedaliero-Universitaria di Careggi Firenze
Giuseppe Petrioli Azienda USL 10 Firenze
Maurizio Petriccioli CISL Toscana
Stefania Polvani Azienda USL 10 Firenze
Paolo Rossi Prodi Azienda USL 10 Firenze
Calogero Surrenti Coordinatore Centro Alcologico Regionale della Toscana
Debora Venè Azienda USL 10 Firenze

Si ringrazia:

Marina Bacciconi, Università degli studi di Verona
Valentino Patussi, Azienda Socio Sanitaria 1 Trieste
Emanuele Scafato, Coordinatore e Responsabile dei Progetti, Istituto Superiore di Sanità
Maurizio Mazzo, SerT Rovigo
Laura Mezzani, Centro Alcologico Regionale della Toscana
A. Alfano, Settore Integrazione Socio Sanitaria Progetti Obiettivo Dir. Generale Diritto alla Salute e Politiche di Solidarietà Regione Toscana



Numeri utili:

Centro Alcológico Regionale della Toscana

tel. 055 4279650

Numero verde Alcol Istituto Superiore di Sanità

tel. 800 632000

AICAT -

Associazione Italiana dei Club degli Alcolisti in Trattamento

Tel. 010 2469341

CGIL tel. 055 5036206

CISL tel 055 334011-212887 (Massimo Malvisi)

UIL tel. 055 242887

Consulta anche i siti:

www.ossfad.iss.it

www.alcolonline.org

www.dfc.unifi.it/SIA

www.ANMeLP.it

www.aicat.net

www.alcolisti-anonimi.it