Campagna di prevenzione promossa da

Società Italiana Alcologica

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

Osservatorio Nazionale Alcol CNESP

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

Aprile_07

Mese di prevenzione alcologica

Alcol e lavoro:

scegli la sicurezza...

più sai, meno rischi!

Testo a cura di
Centro Alcologico Regionale della Toscana-Regione Toscana
Società Italiana di Alcologia
Istituto Superiore di Sanità
Osservatorio Nazionale Alcol-Centro Collaboratore dell'Organizzazione Mondiale della Sanità per la Ricerca e la Promozione della Salute su Alcol e Problemi Alcol-correlati
Centro Nazionale Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute
Associazione Italiana Club Alcolisti in Trattamento

Con il contributo di

2007 © Progetto Grafico: Sonia Squilloni / Promopoint Srl (FI)

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 sè 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. É 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) stima che il 45% dei manager presenta un abuso occasionale o continuativo di alcol. Per quanto riguarda il rischio di incidenti stradali a seguito dell'assunzione di alcolici, questa tipologia di incidente rappresenta più dell'11% dei circa 940.000 infortuni sul lavoro all'anno in Italia. Questi possono essere legati sia al percorso casa-lavoro (infortunio "in itinere"), che 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.

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 sottostante 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 stà 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 alcol-correlato.

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 3 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.

Infortuni

In Italia, ogni anno, vengono 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..", Questi non accadono esclusivamente a causa del consumo di bevande alcoliche, ma l'assunzione di alcol può influire pesantemente sul loro verificarsi.
Alcuni studi valutano che gli infortuni dovuti all'abuso di alcol siano il 10% - 20% di tutti gli infortuni. Altri studi, che hanno misurato l'alcolemia subito dopo l'infortunio sul lavoro, evidenziano che circa il 4% dei lavoratori infortunati presenta livelli elevati di alcol nel sangue. Prendendo in considerazione questi dati è possibile affermare che il 4-20% degli infortuni lavorativi è alcol correlato. Ciò significa che dei 940.000 infortuni sul lavoro 37.000-188.000 hanno come causa il consumo di alcolici.
L'assunzione di bevande alcoliche rappresenta sempre un "rischio aggiuntivo", rispetto ad un rischio lavorativo preesistente, che deve essere sempre ridotto al minimo. Per questo è indispensabile che venga effettuata una corretta valutazione anche di tale rischio, come previsto all'art. 4 del D.lgs. n° 626/'94.

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.).

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, 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 2004 (1.351 milioni di euro) i costi dell'alcol risulterebbero pari a 27-67 milioni di euro (pari a 52-130 miliardi delle vecchie lire).
Fanno parte di questi costi quelli sostenuti dalle famiglie per il licenziamento o il declassamento in mansioni lavorative meno qualificate o di minor responsabilità.
Alcune stime calcolano che i costi diretti derivanti dal incidenti nei luoghi di lavoro connessi al consumo di bevande alcoliche corrispondono a 1 milione e 500.000 euro.

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

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 10-20 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 sè e per gli altri devono essere prevenuti e ridotti, **la quantità di alcol sicura equivale a zero.**

Se scegliamo la sicurezza: ZERO ALCOL, ZERO RISCHIO !

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 responsabilzzazione.

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

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 in un maschio di circa 70 chili di peso o in una femmina di circa 60 chili con l'assunzione a stomaco pieno di circa 12 grammi di alcol puro pari al consumo di un singolo bicchiere.

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, 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.

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 **e 1/2**

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

Limite legale
art. 186 Codice della Strada

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 e della conseguente capacità di reazione.

La probabilità di subire un incidente è 2 volte maggiore rispetto ad una persona che non ha bevuto.

0,6

MASCHIO **3** bicchieri
FEMMINA **2** bicchiere **e 1/2**

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, 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 **3** bicchiere **e 1/2**

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 **5** bicchiere **e 1/2**
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.

É 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 sè 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 **sopravvalutare le proprie forze** e capacità, esponendo sè 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.

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**

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 alcologica 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.
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 ommissioni (…)" Art 5.

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 verifichino problemi e patologie alcolcorrelate.

Leggi dello Stato che prevedono inidoneità all'assunzione o sanzioni, sino al licenziamento, per le eseguenti 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.

L'art. 15 comma 1 in relazione alla sicurezza e all'incolumità dei lavoratori e terzi, individua lavorazioni a richio. Queste sono state indicate nell'intesa Stato Regioni del Marzo 2006.

Legge quadro in materia di alcol e problemi alcolcorrelati n° 125/01
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 (...)

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.

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 (…)

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 condotto 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.

Aggiornamento 2007: Le politiche nazionali ed internazionali. Convegno Conclusivo Alcol e Lavoro: dalle esperienze regionali al progetto nazionale - i risultati 1-2 Febbraio 2007 Firenze

L'alcol nei luoghi di lavoro appare, allo stato attuale, un tema soggetto a rapidi e importanti cambiamenti. Si è ritenuto pertanto opportuno effettuare un aggiornamento del libretto "Alcol e lavoro: scegli la sicurezza, più sai meno rischi" che tenesse conto di quanto a livello legislativo e di politiche è stato realizzato in questi due anni. Il presente libretto contiene:

- Il testo completo dell'intesa Stato Regioni sull'individuazione delle lavorazioni a rischio come previsto dall'art 15 della Legge 125/01;
- Le parti riguardanti le strategie di intervento sull'alcol nel mondo del lavoro del Piano Nazionale Alcol e Salute.
- Le parti riguardanti i luoghi di lavoro della Framework on alcohol policy (fap) della Regione Europea dell'OMS.

IL TESTO DELL'INTESA STATO REGIONI SULL'INDIVIDUAZIONE DELLE LAVORAZIONI A RISCHIO COME PREVISTO DALL'ART 15 DELLA LEGGE 125/01.

ALLEGATO I Attività lavorative che comportano un elevato rischio di infortunio sul lavoro ovvero per la sicurezza , l'incolumità o la salute di terzi

1) Attività per le quali è richiesto un certificato di abilitazione per l'espletamento de seguenti lavori pericolosi: a) impiego di gas tossici (articolo 8 del regio decreto 9 gennaio 1927, e successive modificazioni); b) conduzione di generatori di vapore (decreto ministeriale 1 marzo 1974); c) attività di fochino (articolo 27 del decreto del Presidente della Repubblica 19 marzo 1956, n. 302); d) fabbricazione e uso di fuochi artificiali (articolo 101 del regio decreto 6 maggio 1940, n. 635) e) vendita di fitosanitari (articolo 23 del decreto del Presidente della Repubblica 23 aprile 2001, n. 290); f) direzione tecnica e conduzione di impianti nucleari (decreto del Presidente della Repubblica 30 dicembre 1970, n. 1450, e successive modifiche); g) manutenzione degli ascensori (decreto del Presidente della Repubblica 30 aprile 1999, n. 162);

2) Dirigenti e preposti al controllo dei processi produttivi e alla sorveglianza dei sistemi di sicurezza negli impianti a rischio di incidenti rilevanti (articolo 1 del decreto legislativo 17 agosto 1999, n. 334);

3) Sovrintendenza ai lavori previsti dagli articoli 236 e 237 del decreto del Presidente della Repubblica 27 aprile 1955, n. 547;

4) Mansioni sanitarie svolte in strutture pubbliche e private in qualità di: medico specialista in anestesia e rianimazione; medico specialista in chirurgia; medico ed infermiere di bordo; medico comunque preposto ad attività diagnostiche e terapeutiche; infermiere; operatore socio-sanitario; ostetrica; caposala e ferrista;

5) Vigilatrice d'infanzia o infermiere pediatrico e puericultrice, addetto ai nidi materni e ai reparti per neonati o immaturi;mansioni sociali e socio sanitarie svolte in strutture pubbliche e private;

6) Attività di insegnamento nelle scuole pubbliche o private di ogni ordine e grado;

7) Mansioni comportanti l'obbligo della dotazione del porto d'armi, ivi comprese le attività di guardia particolare e giurata;

8) Mansioni inerenti le attività di trasporto: **a)** addetti alla guida di veicoli stradali per i quali è richiesto il possesso della patente di guida categoria, B, C, D, E, e quelli per i quali è richiesto il certificato di abilitazione professionale per la guida di taxi o di veicoli in servizio di noleggio con conducente, ovvero il certificato di formazione professionale per guida di veicoli che trasportano merci pericolose su strada;**b)** personale addetto direttamente alla circolazione dei treni e alla sicurezza dell'esercizio ferroviario; **c)** personale ferroviario navigante sulle navi del gestore dell'infrastruttura ferroviaria con esclusione del personale di camera e di mensa; **d)** personale navigante delle acque interne; **e)** personale addetto alla circolazione e alla sicurezza delle ferrovie in concessione e in gestione governativa, metropolitane, tranvie e impianti assimilati, filovie, autolinee e impianti funicolari aerei e terrestri; **f)** conducenti, conduttori, manovratori e addetti agli scambi di altri veicoli con binario, rotaie o di apparecchi di sollevamento, esclusi i manovratori di carri ponte con pulsantiera a terra e di monorotaie; **g)** personale marittimo delle sezioni di coperta e macchina, nonché il personale marittimo e tecnico delle piattaforme in mare, dei pontoni galleggianti, adibito ad attività off-shore e delle navi posatubi; **h)** responsabili dei fari; **i)** piloti d'aereomobile; **l)** controllori di volo ed esperti di assistenza al volo; **m)** personale certificato dal Registro aeronautico italiano; **n)** collaudatori di mezzi di navigazione marittima, terrestre ed aerea; **o)** addetti ai pannelli di controllo del movimento nel settore dei trasporti; **p)** addetti alla guida di macchine di movimentazione terra e merci;

9) Addetto e responsabile della produzione, confezionamento, detenzione, trasporto e vendita di esplosivi;

10) Lavoratori addetti ai comparti dell'edilizia e delle costruzioni e tutte le mansioni che prevedono attività in quota oltre i due metri di altezza"

11) Capiforno e conduttori addetti ai forni di fusione;

12) Tecnici di manutenzione degli impianti nucleari.

13) Operatori ed addetti a sostanze potenzialmente esplosive e infiammablili, settore idrocarburi.

14) Tutte le mansioni che si svolgono in cava e miniera

Piano Nazionale Alcol e Salute Triennio 2005-2007

Il Piano Nazionale Alcol e Salute si articola in un insieme di strategie e azioni che affrontano i problemi posti dalla specifica duplice valenza dell'alcol in quanto:

1) componente di bevande liberamente prodotte e commercializzate, socialmente accettate e inserite in schemi comportamentali ben integrati nella cultura del nostro Paese;

2) sostanza fortemente psicotropa in grado di provocare gravi dipendenze, al pari delle droghe più pesanti.Tenendo conto di tale duplice valenza, sono stati individuati alcuni obiettivi prioritari e, in relazione ad essi, un insieme di aree strategiche e azioni prioritarie per il triennio 2005-2007, da attivarsi secondo i modelli organizzativi propri delle singole Regioni, e i cui risultati saranno monitorati e verificati secondo specifici indicatori.

Obiettivi del Piano Nazionale Alcol e Salute

- Aumentare la consapevolezza del rischio connesso con il consumo delle bevande alcoliche nella popolazione generale e in alcune fasce di popolazione particolarmente esposte (anziani, giovani, donne), nonché il sostegno a favore delle politiche di salute pubblica finalizzate alla prevenzione del danno alcolcorrelato. Ridurre i consumi a rischio (e in particolare quelli eccedentari e al di fuori dei pasti) nella popolazione e in particolare nei giovani, nelle donne e nelle persone anziane
- Ridurre la percentuale dei giovani minori di 18 anni che assumono bevande alcoliche, nonché l'età del primo contatto con le stesse
- Ridurre il rischio di problemi alcolcorrelati che può verificarsi in una varietà di contesti quali la famiglia, il luogo di lavoro, la comunità o i locali dove si beve

In relazione agli obiettivi il Piano individua otto Aree Strategiche, tra le quali la terza riguarda gli ambienti e luoghi di lavoro.
Il Piano prevede che sviluppando gli obiettivi si producano dei risultati rispetto alle singole Aree Strategiche.

Risultati attesi nell'Area Ambienti e luoghi di lavoro

- Riduzione del danno prodotto dall'alcol sui luoghi di lavoro, in particolare nei luoghi di lavoro a rischio per la salute e la sicurezza di terzi, sopratutto per quanto attiene alla violenza e agli incidenti.
- Attivare la collaborazione del mondo delle imprese e delle organizzazioni sindacali, anche d'intesa con le Amministrazioni regionali del Lavoro e nell'ambito di quanto previsto dalle normative sulla sicurezza nonché dalla legge 125/2001, per promuovere nei luoghi di lavoro una politica sull'alcol fondata sull'educazione, la prevenzione, la tempestiva identificazione, o autoidentificazione, dei soggetti a rischio

e la possibilità di intraprendere, nel pieno rispetto della privacy, trattamenti integrati resi disponibili presso le strutture sanitarie.

WHO FRAMEWORK ON ALCOHOL POLICY (FAP) in the EUROPEAN REGION

La *Framework* sulle politiche sull'alcol viene proposta come una strategia a lungo termine per la Regione. Essa crea la cornice di riferimento per gli strumenti e i documenti OMS esistenti, e affronta gli sviluppi recenti, le nuove sfide e la necessità di ulteriori ricerche.

La FAP WHO 2005 dedica un intero paragrafo alle "situazioni che devono essere considerate "libere da alcol" e alle circostanze o occasioni o periodi della vita in cui è appropriato evitare completamente l'uso di alcol.

Tra le situazioni elencate, oltre a quelle relative alla sicurezza stradale, si evidenziano quelle relative alla sicurezza nei luoghi di lavoro: "queste sono tra quelle per cui esistono evidenze di priorità di intervento ai fini della sicurezza e della salute".

La *Framework* evidenzia che: "molti bevitori a rischio lavorano e possono perciò essere raggiunti attraverso interventi nei luoghi di lavoro." Per arrivare ad attività sistematiche in questo campo: "è necessario adottare politiche sull'alcol nei luoghi di lavoro. Tali politiche dovrebbero stabilire delle regole sul consumo di alcol prima e durante l'orario di lavoro. Dovrebbero altresì comprendere linee guida per la gestione di situazioni a rischio e di problematiche alcolcorrelate".

I documenti citati sono reperibile al seguente indirizzo www.epicentro.iss.it/temi/alcol/

Opuscolo realizzato grazie al "Progetto nazionale Alcol e Lavoro"

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)
- Regione Friuli Venezia Giulia

In collaborazione con:
- Centro Alcologico 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 CNESP-OssFAD - Istituto Superiore di Sanità
- Società Italiana di Alcologia
- Associazione Nazionale dei Medici del 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.

Comitato tecnico scientifico Progetto Nazionale Alcol e Lavoro

Arcangelo Alfano, Regione Toscana
Calogero Surrenti, Centro Alcologico Regionale Toscana della
Giuseppe Petrioli, Azienda USL 10 Firenze
Massimo Cecchi Azienda USL 10 Firenze
Guido Guidoni, Azienda USL 10 Firenze
Debora Venè, Azienda USL 10 Firenze
Stefania Ricucci, Azienda USL 10 Firenze
Giuseppe Iannello, Azienda USL 10 Firenze
Paola Trotta, Azienda USL 10 Firenze
Oreste Bazzani, Centro Alcologico Regionale della Toscana
Valentino Patussi, Centro Alcologico Regionale della Toscana
Paolo E. Dimauro, Azienda USL 8 di Arezzo
Giuliano Giorgetti, CGIL Regione Toscana
Ernesto D'Anna, UIL Regione Toscana
Giuliana Guidoni, CISL Regione Toscana
Camilla Di Peppe, Regione Abruzzo
Marco Tosi, Regione Lombardia
Corrado Celata, Regione Lombardia
Domenico Ferrara, Regione Sicilia
Giuseppe La Rocca, Regione Sicilia
Michele Parisi, Regione Sicilia
Lorenzo Ramazzo, Regione Veneto
Mauro Cibin, Regione Veneto
Marcello Mazzo, Regione Veneto
Gabriella Furfaro, Regione Autonoma Valle D'Aosta
Elisabetta Benedetti, Regione Marche
Fausto Mannucci, Regione Marche
Maurizio Laezza, Regione Emilia Romagna
Claudio Annovi, Regione Emilia Romagna
Francesca Amendola, Regione Calabria
Anna Peris, Regione Friuli Venezia Giulia
Paolo Cimarosti, Regione Friuli Venezia Giulia
Marina Gentile, Regione Piemonte
Donatella Bocchio, Regione Piemonte
Giuseppe Martinelli, Regione Puglia
Matteo Giordano, Regione Puglia
Giuseppe Panaro, Regione Molise
Roberto Pancheri, Provincia Autonoma di Trento

Si ringrazia per l'attuale versione:
Valentino Patussi, Azienda per i servizi Sanitari n°1, Trieste
Andrea Noventa, ASL di Bergamo
Tiziana Codenotti, Eurocare-Italia
Ilaria Londi, Centro Alcologico Regionale della Toscana
Laura Mezzani, Centro Alcologico Regionale della Toscana
Emanuele Scafato, Istituto Superiore di Sanità.

Numeri utili:

Centro Alcologico Regionale della Toscana
tel. 055 7949650

Numero verde Alcol Istituto Superiore di Sanità
Ministero della Salute
tel. 800 632000

AICAT Associazione Italiana dei Club degli Alcolisti in Trattamento
Tel. 010 2469341

CGIL tel. 055 5036206
CISL tel 055 334011 (Massimo Malvisi)
UIL tel. 055 242887

Consulta anche i siti:

www.ministerosalute.it
www.epicentro.iss.it/temi/alcol/alcol.asp
www.iss.it/alcol
www.iss.it/ofad
www.dfc.unifi.it/sia
www.alcolonline.it