

ALCOHOL Y SINIESTRALIDAD LABORAL (I)

Es un lugar común que el uso y abuso de drogas legales, (alcohol y tabaco) es un hecho social y culturalmente aceptado en la sociedad española, y no exclusivo de los trabajadores, ni de un sector concreto.

Los esfuerzos realizados para su erradicación resultan insuficientes por la integración de ambos productos en las relaciones y los modelos sociales colectivos y por los 'respetables' intereses económicos que alimentan.

El alcohol y el tabaco (como los fármacos y las drogas) son sustancias perjudiciales para la salud en función de sus niveles de consumo:

- El uso sin consecuencias inmediatas (reflejadas en el comportamiento social y la productividad del trabajo) es incluso aplaudido en determinadas situaciones.
- El hábito o costumbre, en cuanto comienza a tener consecuencias sociales y productivas indeseables y frecuentes, es condenado con mayor o menor rigor.
- El abuso, con dependencia y graves consecuencias personales, sociales y laborales es la fase última de un proceso iniciado con el uso inocente y bien visto.

Desde el punto de vista clínico se aborda (en sentido inverso) con un proceso de desintoxicación (en las situaciones más graves) más o menos largo según el tipo de producto y la complicación con otras afecciones (respiratorias, hepáticas, etc.) y que supone una incapacidad transitoria para el trabajo.

La fase de deshabitación, de más larga duración, requiere un apoyo social para evitar el consumo, afrontando sus causas, tarea en la que la actividad laboral puede resultar positiva, en determinadas condiciones.

La fase de rehabilitación o superación del proceso de crisis, requiere la reintegración social plena en su entorno, incluido el laboral, superando o reduciendo los factores desencadenantes.



La empresa, además de una unidad de producción, es un sistema humano, un espacio socializador que interactúa con los demás espacios socializadores de los individuos que la integran.

La interpretación del problema del alcohol en la empresa desde una óptica de la productividad y la disciplina individual resulta simplista e insuficiente; estamos hablando de un problema de salud con un origen sociolaboral multicausal.

El trabajador considerado como profesional con experiencia y capacidad productiva alta, cuando tiene problemas derivados del uso indebido del alcohol, el tabaco y otras drogas, requiere alternativas positivas y sin perjuicios significativos a efectos laborales, con unas condiciones de trabajo saludables y un tratamiento integral desde la perspectiva de la salud, que restauren su equilibrio psicosocial y sus niveles de eficacia productiva previa.

Las condiciones y el medio ambiente de trabajo deben analizarse con un enfoque global e integrador, están constituidas por elementos relacionados entre sí y vinculados con el resto de la vida del trabajador; pueden aislarse y ser distinguibles, pero forman parte de un sistema complejo, que interacciona con unos resultados más o menos positivos en términos de salud y bienestar del trabajador y de rentabilidad económica de la empresa en función del equilibrio inestable del conjunto.

El trabajo y las condiciones en las que este se desarrolla constituyen uno de los factores más importantes en la motivación del consumo, pudiendo actuar como desencadenantes, como potenciadores o cronificadores o, en el mejor de los casos, como inhibidores o rehabilitadores.

Hay circunstancias de la producción que suponen un factor de riesgo (en el sentido de que favorecen el consumo de productos perjudiciales) para la salud de los trabajadores, lo que nos sitúa de lleno en el ámbito de la prevención de riesgos laborales y de la responsabilidad de los agentes que menciona la ley.

En el sector de la construcción podemos destacar, con efectos acumulativos y multiplicadores, de la demanda y de sus efectos negativos: El trabajo al aire libre, la contaminación ambiental, el ruido, las vibraciones, la duración de la jornada, los ritmos productivos y la disponibilidad de la sustancia.



El trabajo al aire libre.

Provoca que los trabajadores puedan consumir alcohol como medio para calmar la sed o mitigar el frío.

Por su dureza fomenta además el consumo de tabaco y otras drogas no alcohólicas.

El calor es un determinante de la fatiga (fisiológica y nerviosa) pudiendo producir estrés térmico.

Su exceso merma la producción, obligando al trabajador a gastar más energía para mantener su rendimiento y a consumir productos 'estimulantes'.

El frío reduce la atención y aumenta el malestar. Predispone a la bebida de alta graduación y se bebe más.

Medidas de protección:

- Ventilación y refrigeración.
- Ropa y equipos de protección personal.
- Reducción del tiempo de exposición, pausas.
- Instalaciones adecuadas para paliar la sed y mitigar el frío: máquinas de refrescos e infusiones calientes, surtidores de agua, etc.
- Información/formación sobre los efectos fisiológicos 'reales' del alcohol y el tabaco.

Contaminación ambiental.

El polvo ambiental, humos, disolventes, vapores, partículas en suspensión y productos químicos producen sequedad de garganta y boca.

En este caso, además, el alcohol, aún consumido en pequeñas dosis, aumenta el efecto dañino de muchas sustancias tóxicas.

Medidas de protección:

- Sistemas eficaces de extracción.
- Equipos de protección personal.
- Control del tiempo de exposición.

Ruido.

Factor generador de estrés, aumenta la tensión arterial, produce alteraciones glandulares endocrinas y provoca trastornos nerviosos (irritabilidad, dolores de cabeza, trastornos del sueño).

Medidas de protección:

- Actuar sobre el foco emisor, utilizando maquinaria que lo reduzca al mínimo.
- Sistemas de aislamiento.
- Disminución de la duración de la exposición, pausas.
- Rotación de puesto de trabajo.
- Dotación de lugares aislados para descanso.
- Equipos de protección personal.

Vibraciones.

Afectan al cuerpo de forma local o general. Las de baja frecuencia afectan al sistema nervioso, las de alta frecuencia pueden provocar lesiones duraderas.

Factores de Organización y Psicosociales.

La duración de la jornada (diaria y semanal) repercute directamente en el grado de tensión, en la fatiga, en el tiempo libre, en la vida social y familiar.

El Trabajo a turnos, y nocturno alteran el ritmo biológico, producen trastornos de salud, trastornos de sueño, potencian el consumo de fármacos, tabaco, alcohol, etc.

La ausencia de pausas y descansos suficientes impide la recuperación y la modulación de la tensión y la fatiga, afectando directamente a la seguridad del trabajo a la vez que fuerza a recurrir a los estimulantes.

Medidas de protección:

- Fijación de pausas adecuadas para las comidas y pausas durante turnos.
- Posibilidad de comidas y bebidas calientes en el trabajo.
- Realización de planificación mensual de las jornadas (permite organizar el tiempo libre y la vida social).
- Lugares para descanso y actividades recreativas, que excluyan el alcohol y el tabaco.
- Contemplar situaciones individuales (trabajadores especialmente sensibles).
- Proporcionar información técnica sobre hábitos de sueño y descanso.

Salario real por rendimiento (en una alta proporción): destajo, por pieza o producto terminado, productividad, etc..

Fuerza un ritmo excesivo que incita a renunciar a la seguridad en el trabajo, a esfuerzos exagerados y a largas jornadas laborales.

Refuerza la 'cultura' instalada en el sector de la competencia y el riesgo.

Medidas de protección:

- Cobertura de protección por IT al 100% para trabajadores con salario por rendimiento.
- Correcta organización de tiempos y métodos.
- Mejora de la organización del trabajo, reduciendo la parte del salario que depende de la productividad.
- Ritmos de producción ajustados en base a sistemas científicos de análisis de trabajo y 'salud' con medición de tiempos y procesos muy rigurosos.
- Que se tengan en cuenta variables individuales para establecer ritmos.
- Establecer pausas y descansos obligatorios.
- Garantizar plantillas de personal suficientes para reducir el exceso de horas de trabajo.

La disponibilidad de la sustancia dentro del propio centro de trabajo, o en su entorno próximo sin ningún tipo de restricciones efectivas, da carta de naturaleza a un consumo que sirve como mediador social de contacto con los compañeros, el encargado, etc., no en vano, los bares son lugar de cita, e incluso para firmar contratos, cobrar nóminas y resolver diferencias.

Estos factores por sí mismos son generadores de riesgos para la salud del trabajador y añadidos al hábito del alcohol y el tabaco (sustancias preferentemente consumidas) conllevan un deterioro general de la salud y un envejecimiento prematuro.

Cuando en algunos foros locales se hace referencia a la siniestralidad en la construcción, siempre termina saliendo a colación el tema del alcohol como causa omnipresente y 'única o principal', poniéndose ejemplos de récords de nº de copas tomadas antes de entrar al "curro" por trabajadores del sector, y llegándose a pedir controles de alcoholemia a la entrada de las obras, y sanciones ejemplares.

Después de escuchar estos mismos argumentos en dos o más reuniones de profesionales de la prevención, una persona poco advertida podría llegar a la conclusión de que nos enfrentamos con un conflicto grave y que requiere una respuesta drástica y urgente,... que sorprendentemente no se da.

Reflexionando sobre ello en un ambiente menos emocional, y aplicando criterios más rigurosos, se llega a la conclusión de que sólo se han manejado estereotipos negativos, sin una base probatoria y por parte interesada, que esgrime el asunto como arma de ataque y defensa en lugar de afrontarlo de una manera global y asumiendo las responsabilidades que para su solución le corresponde.

En la segunda parte de este artículo veremos como se evalúa y mide el alcance del problema y que mecanismos se ofrecen desde el sistema preventivo para afrontarlo.

José María Castañares Gandia.

Publicado 07-12-1999 nº 65 del

Suplemento quincenal "Hábitat" del DÍA del MUNDO

(Las fotos no se corresponden con las publicadas)