

Ficha Informativa + Segurança & Saúde no Trabalho

Edição n.º 25 – Riscos e Consequências do Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho

Junho de
2017

Os problemas ligados ao consumo de substâncias psicoativas no local de trabalho são considerados problemas de saúde. O meio laboral constitui-se, indiscutivelmente, como um espaço de excelência para atuar sobre estes problemas, na medida em que o trabalho é um elemento estruturador do tempo e da atividade das pessoas, sendo um fator fundamental para a integração social e pessoal.

Importa, pois, sublinhar que prevenir e reduzir a procura de substâncias psicoativas em meio laboral é social e economicamente rentável se tivermos presente as seguintes evidências: reduz os acidentes de trabalho, diminui o absentismo, promove o bem-estar dos trabalhadores e trabalhadoras e a sua qualidade de desempenho, incrementa a segurança e, em última instância, valoriza a imagem das organizações no exterior.

A UGT, no âmbito das suas atividades de informação, sensibilização e divulgação de informação sobre riscos profissionais nos locais de trabalho, disponibiliza esta

Ficha Informativa

+ Segurança & Saúde no Trabalho.

O n.º 25 é dedicado à problemática do
Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências

Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências



1 – O que se entende por substâncias psicoativas?

Substâncias psicoativas são aquelas que, quando ingeridas, bebidas, injetadas, fumadas ou inaladas, afetam o sistema nervoso central. Neste contexto, trata-se do consumo de álcool e drogas em ambiente de trabalho.

Um ambiente de trabalho seguro e saudável é livre de álcool e drogas

2 – Como se encontram classificadas as substâncias psicoativas?

Segundo a Organização Mundial de Saúde, podem classificar-se como:

- **Depressoras:** diminuem e inibem a atividade do sistema nervoso central, a atividade motora, a reação à dor e a ansiedade, sendo frequente um efeito euforizante inicial (diminuição das inibições) e posteriormente um aumento da sonolência, como por exemplo no caso do álcool.

Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências

Os principais depressores do sistema nervoso central são: álcool, opiáceos e fármacos sedativo-hipnóticos.

- **Estimulantes:** aumentam o estado de alerta e a aceleração dos processos psíquicos, a atividade do sistema nervoso central e, como consequência, a taxa metabólica do organismo. São exemplos: anfetaminas, cocaína, nicotina e cafeína.

- **Perturbadoras:** São substâncias que levam ao aparecimento de diversos fenômenos psíquicos anormais como alucinações e delírios, sem que haja inibição ou estimulação global do sistema nervoso central. O LSD e os canabinóides são exemplos desta categoria.



3 – Como são classificados os padrões de consumo?

Existem três padrões de consumo problemático distintos:

- O **consumo de risco**, que corresponde a um tipo ou padrão de consumo, seja ocasional ou continuado, que aumenta a probabilidade de ocorrência de doenças, acidentes, lesões, transtornos mentais ou de comportamento;
- O **consumo nocivo**, que é definido como um “padrão de consumo que provoca danos à saúde tanto física como mental” mas que não preenche os critérios de dependência;

Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências

- A **dependência**, que se reporta a um conjunto de fenômenos fisiológicos, cognitivos e comportamentais que podem desenvolver-se após o uso repetido da substância. Inclui um desejo intenso do consumo, descontrolo sobre o seu uso e a continuação dos consumos independentemente das consequências.

A dependência é uma doença crônica, cujo desenvolvimento e manifestações são influenciados por fatores genéticos, psicológicos, sociais e ambientais, sendo que a doença é frequentemente progressiva e potencialmente fatal, caracterizando-se por uma perda de controlo do consumo, permanente ou temporária, apesar das consequências negativas.

**A SAÚDE EM
PRIMEIRO LUGAR.
ÁLCOOL E DROGAS
NO LOCAL DE
TRABALHO, NÃO!**

4 – Por que é importante intervir em meio laboral?

O consumo de álcool e drogas representa um problema social que assume contornos preocupantes, percorrendo transversalmente todos os estratos sociais e faixas etárias, o que significa que é um problema que atinge fortemente o local de trabalho.

Esta problemática transcende o meio laboral, no entanto manifesta-se neste de uma forma específica. As causas, os efeitos, a extensão e também as soluções constituem uma realidade peculiar no mundo do trabalho.

Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências



Os consumos têm profundas consequências nas relações sociais e na sinistralidade, tendo implicações no trabalho, na medida em que afetam as relações interpessoais nele desenvolvidas, promovem o absentismo e o presentismo, conduzem à quebra de produtividade e à ocorrência de acidentes de trabalho suscetíveis de causar a morte ou lesões graves nos trabalhadores e trabalhadoras.

É certo que a saúde não está independente do meio ambiente laboral, pelo contrário, na atividade produtiva pesam múltiplos fatores de risco que vão desde as condições físicas, até fatores

psicossociais e organizativos do trabalho.

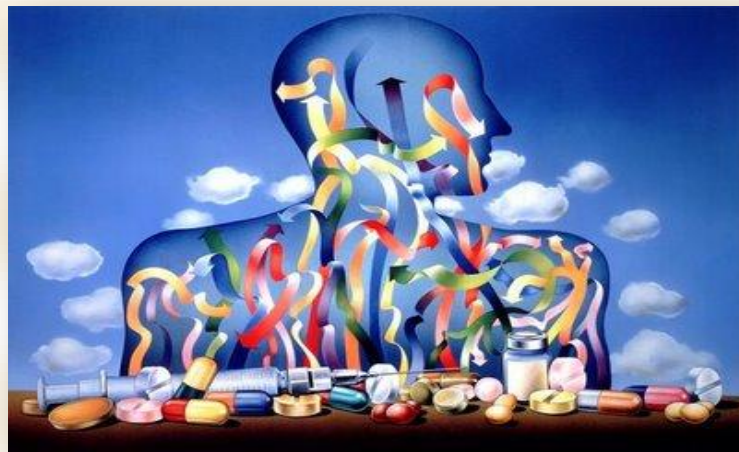
Este é, pois, um problema presente nas nossas empresas e organizações que tem consequências graves, quer em termos sociais, quer económicos, podendo originar a ocorrência de mais acidentes de trabalho e a fragilidade do clima sócio laboral.

5 – Quais as consequências dos consumos de substâncias psicoativas em meio laboral?

De acordo com dados da *Organização Internacional de Trabalho (2003)* podemos aferir que:

Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências

- Os trabalhadores/as que consomem álcool e drogas têm maior probabilidade de ocorrência de acidente de trabalho do que os trabalhadores em geral;
- Os trabalhadores/as que consomem álcool e drogas tendem a ausentar-se mais frequentemente do trabalho;
- Os trabalhadores/as que consomem álcool e drogas tendem a chegar ao local de trabalho mais tarde e a sair mais cedo do que a população trabalhadora geral;
- Os trabalhadores/as que consomem álcool e drogas apresentam mais comportamentos de risco para a segurança (negligência e diminuição da capacidade de julgamento) do que a população trabalhadora geral;
- Os trabalhadores/as que consomem álcool e drogas envolvem-se mais frequentemente em conflitos, comportamentos violentos e furtos são mais repetidamente alvo de queixas.



Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências

Consequências dos consumos

Atrasos sistemáticos

Atritos interpessoais

Ausências injustificadas

Perda de produtividade/baixo desempenho

Insegurança/acidentes no trabalho

Problemas disciplinares e comportamentais

Conflitos com colegas e chefias

Promoção de imagem negativa da organização

Tempo perdido

Absentismo

Danificação de material e equipamento

Perturbação do clima social

Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências

6 – Como deve ser encarado o consumo de substâncias psicoativas nas avaliações de risco?

A avaliação de risco deve incluir a avaliação das condições de trabalho e das características individuais dos trabalhadores. As avaliações de risco devem incluir não só os tradicionais riscos profissionais – físicos, químicos e biológicos – mas também os riscos psicossociais e outros ligados à cadência, ao ritmo e conteúdo do trabalho, que podem eventualmente potenciar ou agravar consumos de substâncias psicoativas.

As características individuais dos trabalhadores e o seu contexto sociofamiliar devem ser valorizados na avaliação de risco e devem ser tidas em conta nas medidas de prevenção.

7 – Que fatores podem favorecer o consumo de substâncias psicoativas?

O consumo de substâncias psicoativas pode estar relacionado com:

- Hereditariedade (características que vem dos pais ou antecessores).
- Características individuais como a idade, o sexo, a condição de saúde física e mental, entre outros;
- Fatores sociais e económicos como o ambiente familiar, os amigos, grupos da comunidade, entre outros;
- Fatores ambientais e laborais negativos de natureza psicossocial e organizacional que causam exposição prolongada ou condições de trabalho muito penosas;
- Acessibilidade a bebidas alcoólicas ou outras substâncias psicoativas.

Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências



8- Acha que tem um problema de consumo?

Existe um teste muito simples que pode aplicar a si próprio, o AUDIT que é um instrumento de rastreio do consumo excessivo do álcool, desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde.

A pontuação do AUDIT é fácil de obter. É composto por 3 questões com cinco opções de resposta, pontuadas de 0 a 4. Se a pontuação obtida for superior a 3 na mulher ou superior a 4 no homem, classifica-se como consumo excessivo de álcool.

9 – No caso de ter um problema de consumo a quem devo recorrer?

Em primeiro lugar deve pedir ajuda ao Médico do Trabalho. Se ele não estiver disponível a alternativa será o Médico de Família. O Médico do Trabalho ou o Médico de Família podem decidir acompanhar o doente ou encaminhar para os Centros de Respostas Integradas (Ex-CAT, Centro de Atendimento a Toxicodependentes) ou para as Unidades de Alcoologia (Ex-Centros Regionais de Alcoologia).

Consumo de Substâncias Psicoativas no Trabalho: Riscos e Consequências

10 – Quais os limites do consumo diário?

Segundo as orientações da Direção-Geral de Saúde, o limite máximo diário para um consumo de baixo risco de um homem saudável, entre os 18 e os 64 anos, é o equivalente a duas imperiais ou dois copos de vinho ou dois cálices de cerca de 3 cl de whisky ou de outra bebida destilada.

Após os 65 anos, a quantidade máxima diária reduz-se para uma imperial, um copo de vinho ou um cálice de cerca de 3cl de bebidas destiladas.

A mulher, por razões que se prendem com o funcionamento do seu organismo, tem igualmente como limite máximo uma imperial, um copo de vinho ou cerca de 3cl de bebidas destiladas.

11 – Qual o enquadramento jurídico desta matéria?

- Código do Trabalho (Lei nº 7/2009, de 12 de fevereiro);
- Lei nº 102/2009, de 10 de setembro;
- Lei nº 23/2012, de 25 de junho.

Uma Publicação

Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho.

Com o Apoio:

