PEREZ ROSA

Mediante mi experiencia en mi área laboral he podido identificar una situación problemática de mi región que, aunque hoy día muchos la ven como una situación normal en el área de seguridad y salud en el trabajo es un alto riesgo. La cual es el consumo descontrolado de drogas y sustancias alucinógenas en horas laborales. Hay estrategias en la cual se puede dar solución a esta problemática en los trabajadores.

Es cierto que dentro de la empresa hay políticas preventivas en relación con el alcohol y otras drogas que deben ser informativas, de protección y sensibilización.

Una de las estrategias como propuestas para que impacté positivamente ante los trabajadores debe ser

**El Respecto a los trabajadores**: Esta busca cambiar actitudes y conductas en relación al consumo, entregándoles información amplia, clara y ajustada a la realidad sobre las drogas y las consecuencias que trae su uso continuo.

**Se creará unos procedimientos de diagnósticos para detectar los problemas de alcohol y otras sustancias:** Estos debenserconocidos y aceptados voluntariamente por cada uno de los trabajadores, respetando su confidencialidad. Los tratamientos se propondrán evitando la marginación de la persona a tratar y se facilitará la normalización y reinserción laboral.

**La empresa dará a conocer dentro de las políticas de consumo de alcohol y drogas el control el control a realizar:** Esto se dará a través dediversas medidas como supresión de la venta de alcohol dentro del recinto de la empresa, siempre y cuando se tenga evidencia de su venta dentro de la empresa.

**ACONTINUACION RELACIONO CUADRO DE POSIBLES SOLUCIONES**

|  |
| --- |
| **Ánimo, autoestima, o convencimiento** |
| Acompañamiento permanente de otra persona dando ánimo, consejos como estos: dejar de beber, es estar lo más llenos posible de ánimo. Ser conscientes de que, si otros han podido, nosotros también. En realidad, es algo simple. A nadie le gusta estar inmerso en un estado de amargura, perjudicándose a sí mismo y los que le rodean. Por lo tanto, ¿qué ganamos bebiendo? Nada… Es una pérdida absoluta de tiempo, dinero, respeto, etc. Esto consejos ayuda a que la persona que esta en estos caminos pueda salir adelante. |
|  |
| **Evitar malas compañías y Frecuentar lugares donde se venda este tipo de bebidas o sustancias.** |
| Por malas compañías no nos referimos a gente mala. Sino gente que haga peligrar nuestro propósito de **dejar el alcohol**. Llega el momento en que lo que importa es la propia vida de uno, aparcando la relación con según qué personas. Es una situación en la que hay que salvarse. Cuestión de prioridades. Si por ejemplo, tenemos un compañero de borracheras, lo mejor es evitarle. O en todo caso, convencerle y buscar la ayuda mutua para salir juntos del problema. Y si hay lugares en los cuales el **alcohólico** consumía habitualmente, también hay que tratar de evitar acudir a ellos. |
| **Asistir a asociaciones** |
| Hay asociaciones y programas especiales para personas con todo tipo de **adicciones**, ya sean de pago o de carácter gratuito. Ahí se puede acceder a charlas, reuniones y todo tipo de actividades, con más personas con el mismo problema, lo cual servirá de ayuda para, en conjunto, unir fuerzas y luchar por dejar definitivamente el alcohol. Para contactar con estas asociaciones lo más fácil es preguntar a nuestro médico o llamar al **ayuntamiento** del lugar de residencia, donde con mucho gusto nos pondrán en contacto con ellos |
| **Darse cuenta de que existe el problema** |
| Parecerá una tontería, pero el principal problema de un adicto es no reconocer su **adicción**. Muchos piensan que lo dejarán cuando quieran. Otros simplemente evitan cuestionarse sus hábitos. Sin embargo, el primer paso para **dejar de beber** es ser consciente del alcance del problema. Asumir que existe una **dependencia** y que es necesario abandonarla cuanto antes. Y reconocer además que será imprescindible contar con ayuda. El **alcoholismo** es algo muy serio que debe ser tratado con rigor. |

De acuerdo a lo anterior estas y muchas alternativas existen para combatir problemáticas como la adicción a sustancia psicoactivas. Dentro de una comunidad y una empresa.