



El consumo de drogas sigue siendo una preocupación para el conjunto de la población. Al afectar a tantas esferas de la vida, hace que sea un problema global, de amplio espectro y cuya intervención debe ser multidisciplinar, teniendo en cuenta todos los aspectos biopsicosociales. Requiere abordar todos aquellos aspectos deteriorados y potenciar los factores de protección que pueda tener o desarrollar la persona afectada. En el ámbito laboral las drogodependencias se pueden detectar con cierta facilidad, como ocurre en el ámbito familiar, puesto que son los lugares donde las personas pasamos la mayor parte de nuestra vida. De hecho, un tercio de nuestro tiempo de los días laborables, lo pasamos en nuestro puesto de trabajo.

# Drogodependencias en tiempos de crisis

Este hecho de que el ámbito laboral sea un marco idóneo para actuar, es lo que nos lleva a hacer un especial hincapié en prevenir adicciones y realizar una detección precoz de las adicciones desde el departamento de drogodependencias de la Secretaría de Salud Laboral, Seguridad Social y Medio Ambiente de CCOO. La intervención en esta problemática se realiza para proteger la salud del conjunto de los trabajadores y trabajadoras. La dificultad que nos encontramos en ocasiones es que cierta parte del tejido empresarial ve a estas personas como malos empleados o malos compañeros, en vez de fijarse en el problema global para establecer una relación de ayuda con ellos.

Es fundamental que la persona a la que queremos ayudar se sienta respetada, escuchada, entendida. Esto se consigue desde una actitud de escucha activa, evitando juzgar o criticar su comportamiento. Os propongo hacer por un momento un esfuerzo de empatía. Pensemos lo difícil y duro que tiene que ser para una persona drogodependiente reconocer que ha llegado hasta tal punto. Eso supone modificar su autoconcepto, su autoimagen... y en definitiva, reconocerse como parte de un grupo de personas al que nunca pensó que pudiera pertenecer y del que se sentía tan ajeno.

No está demostrado estadísticamente que debido a la crisis esté aumentando el consumo. Lo que sí que está claro es que aumentan ciertos factores de riesgo haciendo a la persona más vulnerable frente al consumo. Además, se detecta un aumento de la demanda en los recursos de atención y una modificación de los patrones de consumo, aumentando aquellas drogas que son más baratas. Por ejemplo, en el ámbito laboral, se incrementa la incertidumbre respecto a nuestro futuro, la inestabilidad, los trabajos precarios, el

aumento de exigencias, aumento de la carga de trabajo por la disminución de nuevas contrataciones, la pérdida de poder adquisitivo, etc. Todos estos factores hacen que aumente el nivel de estrés, tanto físico como mental, que se incrementen las dolencias físicas, etc., lo cual puede agravar los consumos de psicofármacos, alcohol, tabaco u otras drogas, o hacer que lo iniciemos.

En épocas de crisis y de un desempleo tan elevado, se tiende a priorizar el mantenimiento del puesto de trabajo a cualquier coste, incluso a costa de nuestra salud. Cada vez se detecta más miedo al despido si me dan una baja laboral, por lo que no nos tomamos el tiempo necesario para recuperarnos adecuadamente. En el caso de las drogodependencias esta reticencia a iniciar el tratamiento también viene en muchas ocasiones generada por este miedo a perder nuestro puesto de trabajo si empiezo a faltar de manera repetida en el tiempo. Ante esta cuestión, conviene señalar que no todos los tratamientos de deshabituación requieren una incapacidad temporal. También existen tratamientos ambulatorios que se pueden compatibilizar con el trabajo.

Bien es cierto, que ante circunstancias adversas, hay gente que consigue superarlo e incluso salir fortalecido de ello. Existe un fenómeno psicológico llamado resiliencia, que algunas personas son capaces de desarrollar. Se podría definir como la capacidad de enfrentar las adversidades de la vida, superarlas e incluso ser transformadas positivamente por ellas. Aprendamos por tanto de estas personas y desarrollemos los factores de protección necesarios, en nuestro caso en el ámbito laboral, para superar de una forma positiva los problemas que se nos presenten.