

Quelle conduite à adopter ?

Pour les salariés

Si vous pensez être concerné :

- évaluez et notez vos consommations,
- sortez de l'isolement, parlez-en à une personne de confiance : votre médecin du travail, l'infirmière, votre médecin généraliste, un représentant du personnel, un collègue, un ami...

Vous pouvez vous faire accompagner dans une structure spécialisée.

Si vous pensez qu'un collègue est concerné :

- ouvrez le dialogue avec lui sans jugement,
- conseillez-lui de consulter un médecin ou un spécialiste,
- communiquez-lui les structures d'accompagnement dédiées,
- s'il occupe un poste à risques : informez l'employeur ou le supérieur afin d'éviter un danger pour lui-même ou pour autrui,
- soutenez-le dans une démarche de soins.

Pour les employeurs

- Identifiez les facteurs de risques professionnels de la consommation présents dans l'entreprise,
- Faites les apparaitre dans le Document Unique et mettez en place les mesures de prévention en regard,
- Contactez votre service de prévention et de santé au travail, il peut vous accompagner.

Interlocuteurs spécialisés

ALCOOL INFO SERVICE

DROGUE INFO SERVICE

CSAPA Nancy

CSAPA du Pays Haut



ADDICTIONS ET TRAVAIL

Prévenir sans modération !

6 bis rue de la Saône
CS71104
54523 LAXOU CEDEX
Tél. : 03 83 36 67 65



© - ALSMT - COM/PL/048-V0-01032023



ALSMT

ADDICTIONS ET TRAVAIL

Prévenir sans modération !

Définition

Qu'est-ce qu'une substance psychoactive ?

Il s'agit d'une substance modifiant le fonctionnement psychique : alcool, amphétamines et produits dérivés, caféine, cannabis, hallucinogènes, nicotine, opiacés, sédatifs, hypnotiques et anxiolytiques, solvants volatils... Cet effet est soit recherché (cas des « médicaments psychotropes » et des « drogues »), soit non recherché (effets secondaires de médicaments non psychotropes ou exposition professionnelle à un solvant par exemple).

Les différents types de pratiques addictives

Les pratiques addictives résultent de l'interaction de facteurs liés à :



4 usages de consommation

- **usage simple** : consommation occasionnelle ou régulière qui n'entraîne pas de problème de santé ou d'autre dommage à court terme,
- **usage à risque** : consommation occasionnelle ou régulière, pouvant entraîner des complications à moyen ou long terme,
- **usage nocif (ou abus)** : consommation répétée qui est responsable de complications sur le plan de la santé (dépression, cancer...), de la vie privée (*séparation, violences, ...*) ou du travail (*absentéisme, accidents du travail...*) ; ce comportement est pathologique,
- **dépendance.**

Les effets

La dépendance

Le sujet ressent un désir puissant de maintenir une pratique addictive, malgré toutes les complications existantes. Sa journée est organisée autour de ce comportement, qui est pathologique. Il n'arrive pas à contrôler ce besoin et des effets de « manque » peuvent se ressentir. Il se désinvestit de toutes ses activités familiales, sociales et professionnelles.

DÉPENDANCE AVEC SUBSTANCE PSYCHOACTIVE

alcool, tabac, substances illicites (cannabis, opiacés, etc.), médicaments

DÉPENDANCE SANS SUBSTANCE PSYCHOACTIVE

jeux de hasard et d'argent, cyberdépendance

Les facteurs de risques professionnels et de dépendance

Ces facteurs peuvent initier, favoriser ou renforcer l'usage de substances et les situations de dépendance :

- + **la disponibilité et l'accessibilité des produits** : culture du milieu professionnel (cantines, pots...) et certains métiers (barman, commerciaux en repas d'affaires, métiers de la santé...),
- + **le statut professionnel** : manque de reconnaissance, de satisfaction (ennui, impossibilité d'évolution professionnelle), postes de management...
- + **l'environnement de travail** : isolement (travailleur isolé, manque de réunions de travail, manque de soutien, de moyens et de

communication...), sur ou sous charge de travail, activités interrompues, manque d'objectifs, horaires atypiques (travail de nuit, amplitudes horaires importantes), astreintes, conflits, injonction contradictoire, bruit, chaleur, activité répétitive, effort physique,

- + **les tensions psychiques** : perte de sens, souffrance, anxiété, charge mentale et émotionnelle, stress,
- + **facteurs individuels** : mésestime de soi, âge, surinvestissement, douleur.

Ces éléments peuvent induire une modification des comportements.

Les conséquences sur le travail

