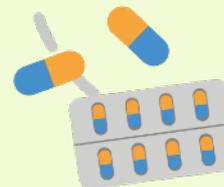




SSTMC
Votre partenaire Prévention

CONDUITES ADDICTIVES EN MILIEU PROFESSIONNEL

Entreprise X-



Sommaire

Les produits et leurs effets

Effets sur la santé

Qu'est-ce que l'addiction ?

Contexte réglementaire

Conduites addictives et travail

Que faire ?



Les produits et leurs effets

Les produits et leurs effets



*Quels sont les produits légaux
ou illégaux que vous connaissez?*



Les produits et leurs effets



Selon vous, pour quelles raisons un individu peut être amené à consommer un/des produit(s)?

Les produits et leurs effets

Dépresseurs

- Alcool
- Héroïne
- Méthadone
- Opium
- Somnifères
- Anxiolytiques
- GHB
- Kétamine

Ralentissent le système nerveux

Stimulants

- Nicotine
- Cocaïne
- Crack
- Caféine
- Théine
- Amphétamines
- Ecstasy

Activent le système nerveux

Perturbateurs

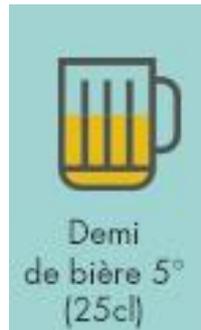
- Cannabis
- Champignons hallucinogènes
- LSD
- Colle
- Solvant
- Essence
- Kétamine

Perturbent le système nerveux



Infos substances: l'alcool

- ✓ Dans un verre de whisky, il y a plus d'alcool que dans un demi de bière



- ✓ En diluant mon rhum avec du coca ou des glaçons, mon alcoolémie (*taux d'alcool dans le sang*) sera moins élevée

Infos substances: l'alcool



Source : addictions-france.org

Infos substances: le tabac

- ✓ Il y a au moins 350 produits toxiques dans une cigarette
- ✓ La cigarette électronique est moins dangereuse que la cigarette
- ✓ Le tabac à rouler contient plus de nicotine et de goudrons que les cigarettes classiques.



Infos substances: le tabac

- ✓ Lors de la combustion la cigarette produit une fumée qui contient environ 4000 substances toxiques (dont au moins 50 cancérigènes).
- ✓ Sur les paquets, seuls goudrons et nicotines sont indiqués. Certains composés proviennent de l'environnement (pesticides, produits radioactifs), d'autres composés sont ajoutés comme l'ammoniac qui favorise la fixation de la nicotine et la dépendance.
- ✓ Certains plants de tabac sont génétiquement modifiés afin de rendre la nicotine plus efficace.



<https://www.youtube.com/watch?v=nSWfyx7pgfk&app=desktop>

* SUBSTANCES CANCÉRIGÈNES CONNUES

Cigarette électronique, puff, tabac chauffé...

Puff



Cigarette électronique



Tabac chauffé



Infos substances: le cannabis

- ✓ Il est moins dangereux de conduire après avoir fumé du cannabis qu'après avoir bu de l'alcool
- ✓ Le cannabis est une drogue douce



Infos substances: le cannabis



Fleurs séchées de Cannabis

Resine de Cannabis



Le cannabis se présente principalement sous différentes formes:

Les fleurs et feuilles séchées

Elles ont différents noms: herbe, beuh, weed.... La beuh peut être coupée avec des produits tels que du sable, de la silice, des micro-billes de verres, de la farine...

La résine

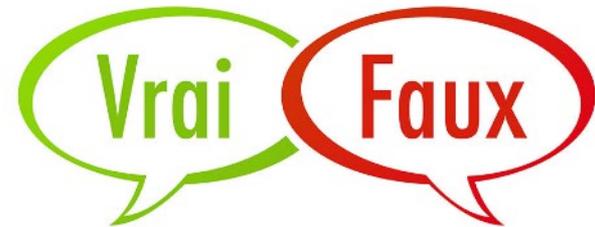
Elle est aussi appelée haschich, shit, teuch. Le shit peut être coupé avec différents produits plus ou moins nocifs: terre, henné, paraffine, cirage, amphétamine...

L'huile

C'est la forme la plus fortement dosée du cannabis, elle reste relativement rare.

Infos substances: les médicaments

- ✓ Tous les médicaments sont dangereux pour la conduite
- ✓ Si c'est prescrit par mon médecin, je ne risque rien



Infos substances: les médicaments

- ✓ Somnifères
- ✓ Tranquillisants
- ✓ Anti-dépresseurs



LA SÉCURITÉ SUR LA ROUTE COMMENCE SUR VOTRE TABLE DE NUIT



Avant de prendre la route, regardez les pictogrammes
présents sur vos boîtes de médicaments



Soyez prudent
(ne pas conduire sans
avoir lu la notice)



Soyez très prudent
(ne pas conduire sans l'avis
d'un professionnel de la santé)



ATTENTION, danger !
Ne pas conduire
(pour la reprise de la
conduite, demandez
l'avis d'un médecin)



Effets sur la santé

Le « *Qui est-ce ?* » des substances

- ▶ J'affecte le système digestif.
- ▶ Je favorise l'apparition du diabète.
- ▶ J'augmente le risque d'hypertension, de troubles du rythme cardiaque.
- ▶ Je suis responsable de nombreux accidents vasculaires cérébraux.



- ▶ J'entraîne des bronchites chroniques
- ▶ Je provoque des tachycardies
- ▶ Je perturbe la mémoire et l'attention
- ▶ Je provoque de l'anxiété et je favorise la dépression



- ▶ J'entraîne de la somnolence et de la fatigue
- ▶ Je provoque des vertiges et des chutes
- ▶ J'aggrave les insomnies
- ▶ Je rends dépendant



- ▶ Je suis en cause dans au moins 17 cancers
- ▶ Je provoque 75 000 décès par an
- ▶ Je tue 1 consommateur sur 2 de façon prématurée
- ▶ J'entraîne un retard de cicatrisation



Qu'est-ce que l'addiction ?

Définition de l'addiction



Pour vous, qu'est-ce qu'une addiction ?

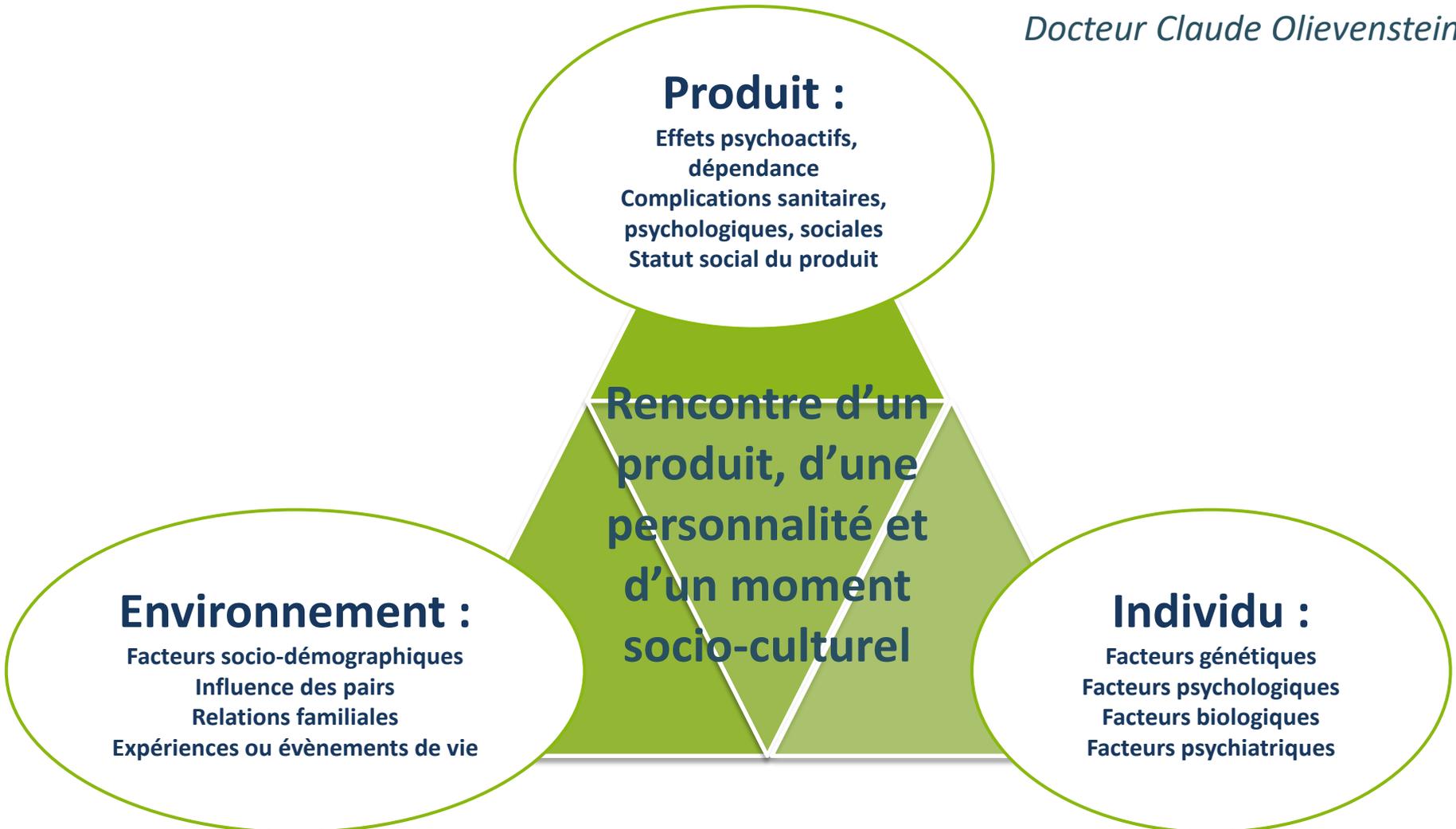


Premier contact avec le produit



Premier contact avec le produit

Docteur Claude Olievenstein



Circuit de la récompense

Comment l'addiction s'installe-t-elle ?



Définition de l'addiction

*« C'est un processus dans lequel est réalisé un comportement qui peut avoir pour fonction de **procurer du plaisir et de soulager un malaise intérieur,***

*et qui se caractérise par **l'échec répété de son contrôle et sa persistance en dépit des conséquences négatives** »*

*Aviel GOODMAN (1990)
Psychiatre*



Addictions comportementales

De quoi parle-t-on?:

- ✓ Addiction comportementale ou addiction sans substance correspond à **l'impossibilité de contrôler la pratique d'une activité.**
- ✓ Sensation de tension croissante avant de passer à l'acte.
- ✓ Au moment de la pratique, sensation de plaisir.



Addictions comportementales

- ✓ Achats compulsifs
- ✓ Jeux de hasard et d'argent (gambling)
- ✓ Jeux vidéos (gaming)
- ✓ Travail pathologique ou workaholisme
- ✓ Addiction au sport ou bigorexie
- ✓ Addictions sexuelles ou hypersexualité
- ✓ Cyberdépendance (surf compulsif, cyber communication compulsive, sexualité compulsive, la net compulsif) cyber

- ✓ Troubles Compulsifs Alimentaires (anorexie, boulimie)



Nomophobie

« Peur ou l'inquiétude éprouvée par une personne à l'idée de se retrouver sans son téléphone portable ou dans l'incapacité de l'utiliser »

"no mobile-phone phobia"



Plus de 60 % des Français déclarent ne pas pouvoir se passer de leur téléphone pendant toute une journée (étude 2018).

Quelle place a le produit dans ma vie ?



L'important n'est pas le produit mais la fonction du produit



Contexte réglementaire

Obligations de l'employeur et des salariés

Employeur

Art. L4121-1



- ✓ Règlement intérieur ou note de service
- ✓ L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs.
- ✓ Aucune boisson alcoolisée autre que le cidre, le vin, la bière, le poiré n'est autorisée sur le lieu de travail.
- ✓ Il est interdit de laisser entrer ou séjourner sur le lieu de travail des personnes en état d'ivresse.

Salariés

Art. L4122-1

- ✓ Conformément aux instructions qui lui sont données par l'employeur, dans les conditions prévues au règlement intérieur pour les entreprises tenues d'en élaborer un, il incombe à chaque travailleur de prendre soin, en fonction de sa formation et selon ses possibilités, de sa santé et de sa sécurité ainsi que de celles des autres personnes concernées par ses actes ou ses omissions au travail.

Votre règlement intérieur :

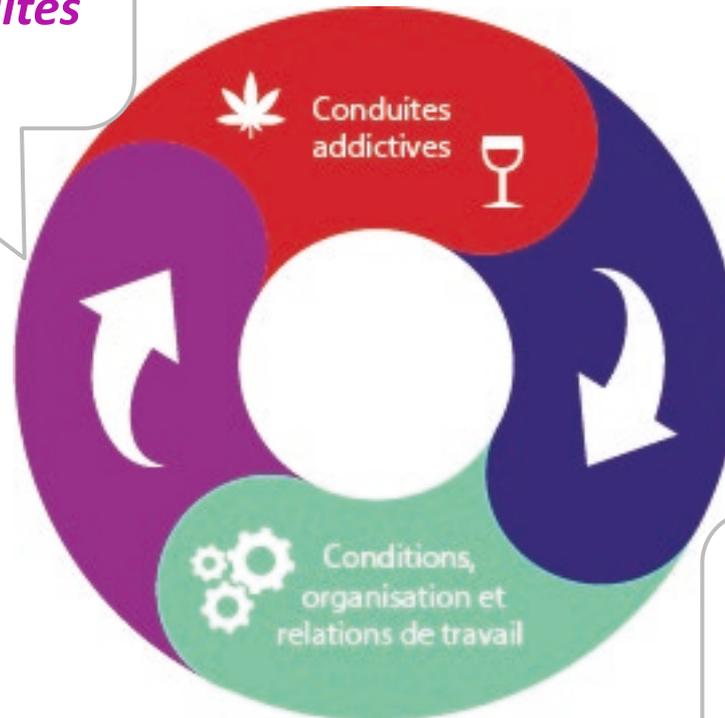
- ▶ A vous de jouer!
- ▶ Chercher dans les pages de votre règlement intérieur les paragraphes qui concernent:
 - ✓ **Le téléphone**
 - ✓ **L'alcool**
 - ✓ **Les substances illicites**
- ▶ Connaissez-vous les dispositions inscrites dans votre règlement intérieur ?



Conduites addictives et travail

Quel lien entre conduites addictives et travail ?

En quoi les situations de travail peuvent développer ou entretenir les conduites addictives ?



En quoi les conduites addictives peuvent générer ou aggraver les risques professionnels ?

Quel lien entre conduites addictives et travail ?

Effets recherchés pour faire face aux contraintes du travail

- ▶ Anesthésier pour tenir physiquement et psychiquement
- ▶ Stimuler, euphoriser, désinhiber
- ▶ Récupérer
- ▶ Intégrer, insérer, entretenir les liens professionnels

Conséquences des conduites addictives sur le travail

- ▶ Santé / sécurité
 - ▶ Diminue la vigilance et les réflexes, modifie les capacités de raisonnement, le champ de vision et la perception du risque
 - ▶ Accidents de travail ou de trajet
- ▶ Qualité du travail
- ▶ Relations
 - ▶ Violence, harcèlement...
- ▶ Image de l'entreprise

Les 3 familles de facteurs de risque

Adaptation

- Conduites dopantes ayant pour objectif de "tenir" face aux contraintes du travail : horaires atypiques, conditions de travail difficiles (port de charges, vibrations, chaleur, froid...)
- Recherche d'effets apaisants face au stress lié aux contraintes organisationnelles ou à un relationnel difficile avec les collègues, la hiérarchie, les clients...

Acquisition

- Habitudes ou fonctionnement de l'entreprise, "culture d'entreprise" : repas d'affaire ou pots d'entreprise alcoolisés, accessibilité des substances sur le lieu de travail, pratiques d'intégration dans le collectif de travail (a contrario exclusion en cas de non consommation)

Importation

- Pratiques individuelles importées dans l'entreprise : initialement en lien avec la vie privée, les pratiques atteignent la sphère du travail et peuvent avoir des conséquences sur le travail en terme de santé/sécurité, qualité, relations ou image de l'entreprise



Quelques exemples pour réfléchir ensemble...

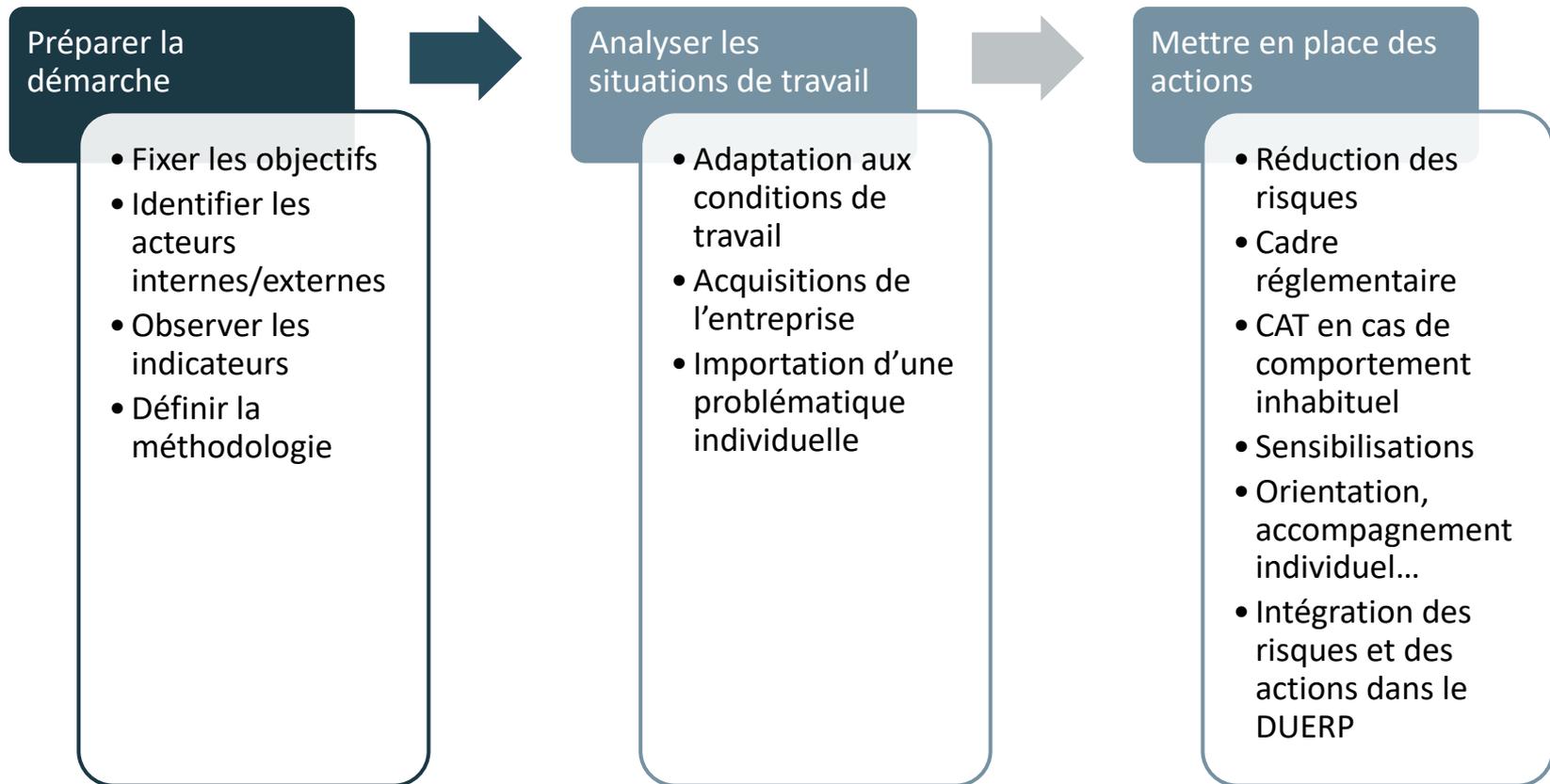
- ✓ Je suis stressé au travail, la cigarette m'aide à décompresser. **Adaptation**
- ✓ Nous avons l'habitude tous les vendredis de faire un pot entre collègues. **Acquisition**
- ✓ Quel que soit le moment de la journée de travail, je consulte mon téléphone si je reçois une notification. **Importation**
- ✓ Je me sens obligé de participer à l'apéro hebdomadaire avec les collègues pour être intégré dans l'équipe. **Acquisition**
- ✓ Je fume toujours une cigarette avec le café, c'est mon petit plaisir. **Importation**
- ✓ Mon travail est physique et me provoque des lombalgies, je prends des antalgiques tous les jours. **Adaptation**
- ✓ J'ai l'habitude de fumer du cannabis avant de prendre mon poste et cela n'a pas d'incidence sur mon travail. **Importation**
- ✓ Chaque repas d'affaire avec les clients est accompagné d'un verre de vin. **Acquisition**
- ✓ Pour me booster et être plus productif je consomme des substances psycho-actives. **Adaptation**
- ✓ J'ai besoin de stimulants pour pouvoir suivre le rythme de mes collègues. **Adaptation**

A votre avis...

- ✓ Jeudi soir, lors d'un apéro de 18h à 20h, je consomme de l'alcool et du cannabis. Je suis tout à fait apte à conduire le véhicule de service vendredi matin à 4h pour ma prise de poste.
- ✓ Ce que je fais à mon domicile en dehors de mes horaires de travail, ne regarde pas mon employeur.
- ✓ En cas d'accident de la route en conduisant un véhicule professionnel, c'est l'employeur qui est responsable je ne risque rien.

Démarche de prévention

Démarche de prévention



Conduites addictives... Que faire ?

1. Sur le plan documentaire

Règlement intérieur

Note de service

Document Unique

Fiche de conduite à tenir et de recueil des faits

2. Sur le plan de la prévention

Analyse des conditions de travail

Information / Sensibilisation

Encadrement des pots et repas professionnels

Encadrement des pratiques informelles

3. En cas de comportements inhabituels

Protéger

Alerter

Secourir

4. En cas d'accident du travail ou de service

Enquête accident du travail ou de service

Cas concrets

- ✓ Ce que j'observe : quels sont les faits ?
- ✓ Quels problèmes cela engendre-t-il?
- ✓ Comment puis-je gérer la situation?

En allant me changer à la fin de mon poste, je trouve une boulette de shit devant le casier de mon supérieur hiérarchique.

Ma collègue arrive sur son poste de travail : elle bafouille, elle ne tient pas debout et a une haleine alcoolisée

En arrivant à mon poste de travail à 4h, je trouve mon collègue dans le vestiaire assis sur une chaise, il parle tout seul.

Pour aller plus loin

- ▶ [Association Addictions France](#)
- ▶ [Addict'aide, le village des addictions](#)
- ▶ [Maad digital](#)
- ▶ [Mildeca](#)
- ▶ [Addictions](#)
- ▶ [Drogues info service](#)
- ▶ [Tabac info service](#)
- ▶ [Alcool info service](#)
- ▶ [Joueurs info service](#)



Merci de votre attention