

¿Qué son las adicciones?

Según la OMS, la adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación.



Señales de alerta en el trabajo

- Cambios bruscos de humor
- Aumento de conflictos
- Absentismo frecuente
- Problemas de concentración
- Bajo rendimiento
- Accidentes o errores repetidos

Algunos tips...

- I. Evita el consumo.
- II. Toma conciencia de los efectos del consumo de sustancias y sus peligros.
- III. Evita afrontarlo en soledad, el acompañamiento es clave.
- IV. Participa en talleres y programas de sensibilización.
- V. Evita operar maquinaria, conducir o tomar decisiones bajo sus efectos.
- VI. Mantén rutinas y hábitos saludables.
- VII. Aprende a identificar señales de dependencia y pide ayuda en tu centro de atención más cercano.

Centros
Atención
Adicciones

