

Terapeutas diseñan plan de tratamiento de adicciones para trabajadores mineros

PREVENCIÓN. Son la causa de uno de cada tres accidentes fatales. Institución diseñó una intervención de seis meses que se implementará en las operaciones.

Redacción

cronica@mercurioantofagasta.cl

El consumo problemático de drogas y alcohol en la gran minería chilena está vinculado a casi un tercio de los accidentes fatales, generando pérdidas anuales superiores a 4.000 millones de dólares. Para enfrentar esta realidad, el Centro Walnut, especializado en el tratamiento de las adicciones, ha comenzado a aplicar en empresas del sector un programa destinado a fortalecer el bienestar emocional de los trabajadores y reducir los riesgos asociados.

El programa, titulado "Construyendo Bienestar: Prevención desde el Autocuidado y la Psiconeuroeducación", ha sido adaptado a turnos y condiciones de cada faena, combina charlas, talleres, ejercicios prácticos y evaluaciones para mejorar el clima laboral, disminuir el consumo y prevenir accidentes, con el objetivo de generar un cambio cultural.

Según estudios, un 8,4 % de los trabajadores mineros arroja positivo en drogas o alcohol, siendo marihuana, cocaína y alcohol las sustancias más detectadas. En la construcción, las cifras son aún mayores: 18,2 % de positividad, con marihuana y cocaína como drogas más frecuentes.

Roxana Vega, directora del Centro Walnut, explica que el plan se basa en la "cultura del buentrato", un enfoque que previene riesgos, promueve el autocuidado y fortalece la salud emocional. En un entorno caracterizado por extensos tur-

"Entendemos que el trabajo por turnos prolongados, lejos del hogar y con limitaciones de libertad, puede provocar desregulación emocional y hábitos no saludables".

Roxana Vega
Directora del Centro Walnut



INTERVENCIÓN CONTEMPLA MÚLTIPLES ETAPAS.

nos, aislamiento familiar y alta exigencia física y mental, las adicciones suelen aparecer como una vía de escape accesible, enfatizó la psicóloga.

"Desde nuestra metodología, entendemos que el trabajo por turnos prolongados, lejos del hogar y con limitaciones de libertad, puede provocar desregulación emocional y hábitos no saludables. Por eso generamos espacios de reflexión y actividades placenteras que reduzcan conductas compulsivas adictivas", señaló Vega, subrayando que el abordaje debe ser integral y basado en evidencia.

De hecho, experiencias en sectores similares muestran que los programas de prevención son efectivos: en empresas sin estas medidas, la positividad llega al 21,7%; con planes efectivos baja a 3,1% y, con testeo continuo, se reduce al 0,8%.

La "cultura del buentrato", base del modelo psiconeuroeducativo de Walnut, se apoya en evidencia científica que demuestra que las relaciones cercanas y de calidad son determinantes para la salud y la felicidad a largo plazo.

REVOLUCIÓN DE CUIDADO

En minería, este enfoque busca que la prevención no sea solo control, sino una "revolu-

ción de cuidado" que fortalezca las relaciones y condiciones emocionales.

El Centro Walnut diseñó una intervención psiconeuroeducativa de seis meses para faenas, integrando cuidado emocional, participación activa y evaluación de resultados. El modelo, adaptado a la industria, busca reducir consumo problemático, prevenir accidentes y transformar la cultura de seguridad.

"En mi experiencia clínica con pacientes mineros con diagnóstico de adicción, he visto que, aunque cada caso es distinto, comparten factores como turnos extensos lejos de la familia y la insuficiencia de la comunicación virtual para sustituir la cercanía física", comentó Daniel Pinto, terapeuta de Walnut.

SALUD MENTAL

Un estudio de Ipsos indica que la salud mental es considerada el principal problema de salud por un porcentaje significativo de la población chilena. Además, el 13,7% de los encuestados en un estudio de Asociación Chilena de Seguridad (Achs) presenta síntomas moderados o severos de depresión. De los individuos con síntomas severos, un 46% admitió tener dificultades para atender su caso o relacionarse con otros.

Desde Walnut exponen que este contexto resalta la necesidad de abordar la adicción como un problema de sanidad pública con impactos a nivel familiar y también en contextos profesionales. Pinto añade que, en el caso de la gran minería, la ubicación de muchas faenas, cerca de ciudades con alta disponibilidad de drogas y prostitución, facilita la exposición y acceso a estímulos que refuerzan conductas adictivas.

"Las altas remuneraciones y la llamada 'bajada del minero' incrementan el riesgo. Cuando el compromiso biopsicosocial avanza, el consumo puede mantenerse incluso durante el turno, especialmente en las noches de campamento. Es vital ofrecer alternativas saludables, espacios de reflexión y deporte, para reducir la compulsión y fortalecer la salud emocional", sostiene Pinto.

El programa el consumo problemático a través del bienestar emocional y el fortalecimiento de factores protectores individuales y colectivos. Su propuesta incluye charlas, talleres sobre ansiedad, adicciones neurociencia, estrés y mindfulness; micro intervenciones de respiración y reflexión diaria material descargable; y mediciones de impacto.

ARCHIVO

C3