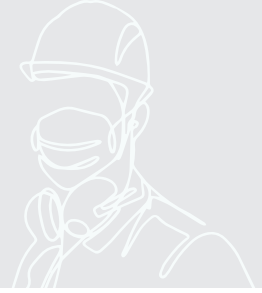


CHARLA INFORMATIVA

Opioides y Abuso de Sustancias



El trabajo en la construcción es físicamente exigente y está marcado por horarios estrictos. Esto, junto con otros factores estresantes, pueden llevar a la auto-medicación o a recibir opioides recetados por un médico para el dolor crónico o una lesión. Los opioides son altamente adictivos, y la tolerancia de una persona puede aumentar fácilmente, llevándola a recurrir a más drogas, drogas más riesgosas u otros métodos de consumo de drogas, frecuentemente con riesgos desconocidos. En general, las personas en la construcción tienen estadísticamente más probabilidades de enfrentar problemas con el uso de sustancias y sobredosis.

ESTOS SON LOS NÚMEROS

- Uno de cada tres trabajadores de la construcción tiene un trastorno musculoesquelético (TME), y el uso de opioides recetados es tres veces mayor entre los trabajadores de la construcción con TME.
- En 2020, la industria de la construcción obtuvo la tasa más alta de muertes por sobredosis de drogas en comparación con otras industrias, cobrándose la vida de 131 de cada 100,000 trabajadores. (CDC)
- La mayoría de las muertes por sobredosis de drogas prevenibles (78%) involucran opioides.
- Los trabajadores de la construcción tienen siete veces más probabilidades de morir por una sobredosis de opioides que los trabajadores en otras industrias y tienen un 150% más de probabilidades que otros trabajadores a tiempo completo de ser diagnosticados con un trastorno por uso de sustancias.

ES IMPORTANTE PORQUE

Saber más sobre el problema de los opioides y el uso de sustancias en la industria de la construcción puede aumentar la conciencia tanto propia como de los demás. [Cuando nos cuidamos física y mentalmente, somos más seguros y los sitios de trabajo son más seguros.](#)

ES BUENO SABERLO

Trabaja para encontrar formas saludables de manejar los factores estresantes laborales y la tensión física, en lugar de recurrir a sustancias. Aprende qué recursos están disponibles en tu empresa y recuerda que puedes contactar el [988 línea directa de prevención del suicidio y crisis para recibir apoyo llamando o chateando en \[www.988lifeline.org\]\(http://www.988lifeline.org\)](#). El 988 está disponible las 24 horas del día, es gratuito y confidencial. Si su médico está considerando recetarle un opioide para el manejo del dolor o una lesión, considere los siguientes consejos para reducir el riesgo de adicción y sobredosis: Habla con tu médico sobre alternativas no opioides, no compartas medicamentos con otros, toma solo lo que te han recetado y según las indicaciones. Está preparado en caso de una emergencia – la Naloxona (también conocida como Narcan) puede salvar vidas. Obtén más información en www.cdc.gov.



CONSTRUCTION SUICIDE
PREVENTION WEEK

Call, text or chat [988](#) for the Suicide & Crisis Lifeline.

Find resources at ConstructionSuicidePrevention.com.