

Substance Misuse

Substance misuse refers to using alcohol and/or drugs in a way that is excessive and interferes with relationships or the ability to get the job done. Being impaired because of drugs or alcohol poses an immediate danger to those under the influence and also endangers every worker on the jobsite.

Substance Misuse is a Serious Issue for Construction Workers:

- 17% reported drinking heavily in the previous month, defined as 15 or more drinks per week for men and eight or more for women.
- 12% said they had used illegal drugs, such as marijuana, cocaine, methamphetamines, or opioids, in the past month.
- 14% reported addiction to alcohol or other drugs.
- It can take as little as five days to become addicted to prescription opioids.



Reducing Drug and Alcohol Use in Construction

- Never come to work under the influence of alcohol or drugs.
- Do not bring alcohol or prohibited drugs to work or use them at work.
- Inform your manager if you have to take any medication which may affect your work, even taking over-the-counter drugs like cold and allergy medications.
- Inform your supervisor if you believe a work colleague is under the influence of alcohol or drugs.
- If you work in construction and are battling addiction, SEEK PROFESSIONAL HELP immediately before you put any lives in danger:
 - Your **Employee assistance program (EAP)** can offer free and confidential evaluation and offer you guidance on how to resolve the problem.
 - **Call the National Helpline 1-800-662-HELP (4357)**, a free, confidential, 24/7, 365-day-a-year treatment service people facing mental and/or substance misuse issues.



For more information, visit nahb.org/toolboxtalks

Uso indebido de sustancias

El abuso de sustancias se refiere al uso excesivo de alcohol y/o drogas que interfiere con las relaciones o la capacidad para realizar el trabajo. Estar incapacitado debido a las drogas o el alcohol representa un peligro inmediato para quienes están afectados y también pone en peligro a todos los trabajadores en el lugar de trabajo.

El abuso de sustancias es un problema grave para los trabajadores de la construcción:

- El 17% informó haber bebido mucho en el mes anterior, definido como 15 o más tragos por semana para los hombres y ocho o más para las mujeres.
- El 12% dijo que había consumido drogas ilegales, como marihuana, cocaína, metanfetaminas u opioides, en el último mes.
- El 14% reportó adicción al alcohol u otras drogas.
- Puede tomar tan poco como cinco días volverse adicto a los opioides recetados.



Reducción del uso de drogas y alcohol en la construcción

- Nunca venga a trabajar bajo la influencia del alcohol o las drogas.
- No traiga alcohol o drogas prohibidas al trabajo ni las use en el trabajo.
- Informe a su gerente si tiene que tomar algún medicamento que pueda afectar su trabajo, incluso si toma medicamentos de venta libre como medicamentos para el resfriado y la alergia.
- Informe a su supervisor si cree que un compañero de trabajo está bajo la influencia del alcohol o las drogas.
- Si trabaja en la construcción y está luchando contra la adicción, BUSQUE AYUDA PROFESIONAL inmediatamente antes de poner en peligro alguna vida:
 - Su **programa de asistencia al empleado (EAP)** puede ofrecerle una evaluación gratuita y confidencial y ofrecerle orientación sobre cómo resolver el problema.
 - **Llame a la Línea Nacional de Ayuda al 1-800-662-HELP (4357)**, un servicio de tratamiento gratuito, confidencial, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año para personas que enfrentan problemas mentales o de abuso de sustancias.



Para obtener más información, visite nahb.org/toolboxtalks