

Conscientização sobre Abuso de Substâncias

POR QUE ISSO IMPORTA

As mortes por overdose no trabalho aumentaram mais de 460% desde 2011, com 411 óbitos em 2024 (BLS). Trabalhadores que chegam ao trabalho sob efeito de substâncias têm 3,6 vezes mais chances de sofrer um acidente (OSHA). A construção tem a segunda maior taxa de uso excessivo de álcool entre todas as indústrias, com 16,5%. O abuso de substâncias coloca todos no canteiro em risco — não apenas o trabalhador afetado.

411

Mortes por overdose no trabalho em 2024 (BLS)

3,6x

Mais chance de acidente sob efeito (OSHA)

460%

Aumento de mortes por overdose desde 2011

5 Regras para um Local de Trabalho Livre de Substâncias

Todo trabalhador deve seguir estas regras para manter o canteiro seguro:

- 1 TOLERÂNCIA ZERO NO CANTEIRO**
Sem álcool, drogas ilícitas ou substâncias não autorizadas — sem exceções nem desculpas.
- 2 RELATE A INTOXICAÇÃO IMEDIATAMENTE**
Se um colega parece afetado, relate — você pode estar salvando a vida dele e de outros.
- 3 CONHEÇA SEUS MEDICAMENTOS**
Medicamentos prescritos podem afetar — informe seu supervisor e leia os rótulos de advertência.
- 4 USE OS RECURSOS DISPONÍVEIS**
Programas de Assistência ao Empregado (PAE) são confidenciais. Pedir ajuda é sinal de força.
- 5 NUNCA ENCUBRA ALGUÉM**
Encobrir um colega afetado coloca todos em risco — fale, não seja cúmplice.

Antes de Começar — Lista de Verificação

- Está apto para trabalhar — livre de efeitos?
- Conhece a política de abuso de substâncias?
- Informou medicamentos prescritos ao supervisor?
- Sabe como acessar o PAE?
- Reconheceria sinais de intoxicação em um colega?
- Conhece o procedimento para relatar?

Reconhecendo Sinais de Intoxicação

Sinais Físicos: Olhos vermelhos, fala arrastada, marcha instável, tremores, sonolência ou hiperatividade.

Sinais Comportamentais: Comportamento errático, julgamento fraco, mudanças de humor, faltas, queda de desempenho.

Odor: Cheiro de álcool ou maconha no hálito, roupas ou pertences pessoais.

Riscos de Receita: Opioides, sedativos e alguns anti-histamínicos prejudicam tempo de reação e julgamento.

Fadiga vs. Intoxicação: Fadiga severa imita intoxicação — ambas são perigosas. Nenhuma deve ser ignorada.

Sinais de Overdose: Não responde, respiração superficial, lábios azuis — ligue 192/SAMU e administre naloxona se houver.

Erros Comuns que Colocam Vidas em Risco

- ✗ "Só tomei umas cervejas ontem" — os efeitos do álcool podem durar até o próximo turno
- ✗ Esconder efeitos colaterais de medicamentos — prejuízo é prejuízo independente da causa
- ✗ Encobrir um colega afetado — lealdade não supera a segurança de todos
- ✗ Ignorar sinais porque "não é da minha conta" — num canteiro, a segurança de todos É da sua conta

Dicas de Segurança para Lembrar

- ✓ Apto para trabalhar significa 100% alerta — se não está, fale antes que alguém se machuque
- ✓ O PAE é confidencial — use. Pedir ajuda protege sua carreira, não o contrário
- ✓ Relate intoxicação da mesma forma que qualquer perigo — isso salva vidas
- ✓ Tenha naloxona no canteiro e saiba usar — responder a overdose é habilidade no trabalho

Perguntas para Discussão com sua Equipe

1. Sabe como acessar nosso Programa de Assistência ao Empregado?
2. Já trabalhou ao lado de alguém que suspeitava estar afetado? O que fez?
3. Toma medicamentos prescritos que poderiam afetar sua capacidade de trabalho?
4. Qual é nossa política de abuso de substâncias — e todos a conhecemos?
5. Sentiria-se confortável relatando intoxicação? Por que sim ou por que não?

ASSINATURA DO DDS

Data: _____

Supervisor: _____

Projeto: _____

Local: _____

Folha de presença anexada: [] Sim