

Date: 11/4/2018 Attachment #: 44

Re: **The Worst Drug Epidemic**

The Tailgate subject is listed in both English and Spanish.  
The Spanish version is on the reverse side.

More than 7 in 10 companies have been impacted by prescription drug use, misuse and addiction according to a national employer survey by the National Safety Council. Could someone in your organization be among them?

How big is the problem? NSC research points to the following statistics:

- Unintentional drug overdoses contribute to more deaths per year than motor vehicle crashes.
- Since 1999, the number of deaths involving prescription drug overdose has quadrupled.
- More than 43,982 people died in drug overdoses in 2013, 52 percent of them from misuse of prescription drugs.
- Sixty people die every day from overdose of prescription pain medication.
- Some 12.5 million Americans admitted to using prescription painkillers for nonmedical purposes in 2015.
- In 2013, more than 18,000 emergency room visits were related to opioid painkillers.
- The opioid epidemic costs society up to \$504 billion annually.
- Prescription drugs account for 25 percent of workers compensation medical costs.
- Injured workers receiving opioid pain killers have 3 times as many days off, missing an estimated 29 days a year.

**It Doesn't Start Out as a Problem.** People don't just wake up one day and decide to misuse drugs. Many are hard workers who were prescribed painkillers after an injury. However, due to the highly addictive nature of opioids, an employee might quickly develop a dependence on the drug, leading to a greater risk of overdose and a desire for stronger drugs. In fact, four out of five new heroin users report starting on prescription opioid painkillers, according to NSC research.

If you see someone showing signs of an overdose, like slow and loud breathing, sleepiness, stupor, floppy muscles, clammy skin, pinpoint pupils, slow heart rate and low blood pressure, call 911 immediately and be prepared to perform CPR. Naloxone is an antidote that can be administered immediately, if available.

**Painkillers Don't Always Come from a Doctor.** Experts believe prescription painkillers are being overprescribed by doctors even though alternatives, such as ibuprofen or naproxen, often work just as well. Changing prescriber behavior is just one part of a major NSC initiative to reduce prescription painkiller abuse.

But here's an eye-opener: More than half of people misusing prescription painkillers in 2013 said they got the drugs from a friend or relative.

Sometimes friends share their drugs in a misguided attempt to help. This is illegal and highly dangerous, as there is no way to know how a particular drug will react from one individual to another. Sometimes a drug user may go to greater lengths, taking drugs out of the medicine cabinets, purses or cars of the people who trust and love them.

Never share your prescriptions, and lock up and properly dispose of them when no longer needed. Here are a few tips on keeping prescription drugs out of the wrong hands:

- Keep medicine out of sight of children and visitors.
- Use a locking medicine cabinet or safe.
- Return medication to your secure location after every use.
- Avoid leaving medication or pill containers on countertops, tables or nightstands.
- Do not keep pills in your purse, luggage or office drawer. Locking travel cases are available to carry prescription medicines.
- Take old pills to take-back events or collection boxes. (Do not flush down the toilet or pour into drains as this can pollute water supplies and may be illegal in your state.)

**NOTE: Always promote a discussion on any of the topics covered in the Tool Box Talks. Should any question arise that you cannot answer, don't hesitate to contact your Employer.**

**All apprentices must be held back for additional 5 minute training.**

**Foremen: Don't forget to discuss and document (on Tailgate Meeting Reports) jobsite specific items at your tailgate meetings.**

**\*\*\*\*\*KEEP UP THE SAFETY AWARENESS\*\*\*\*\***

## La peor epidemia de drogas

Más de 7 de cada 10 compañías se han visto afectadas por el uso de medicamentos recetados, el uso indebido y la adicción según una encuesta nacional de empleadores realizada por el Consejo Nacional de Seguridad. ¿Podría alguien en su organización estar entre ellos?

¿Qué tan grande es el problema? La investigación del NSC apunta a las siguientes estadísticas:

- Las sobredosis de drogas no intencionales contribuyen a más muertes por año que los accidentes automovilísticos.
- Desde 1999, el número de muertes por sobredosis de medicamentos recetados se ha cuadruplicado.
- Más de 43,982 personas murieron por sobredosis de drogas en 2013, 52 por ciento de ellas por mal uso de medicamentos recetados.
- Sesenta personas mueren cada día por una sobredosis de medicamentos recetados para el dolor.
- Unos 12.5 millones de estadounidenses admitieron usar analgésicos recetados con fines no médicos en 2015.
- En 2013, más de 18,000 visitas a la sala de emergencia estaban relacionadas con analgésicos opioides.
- La epidemia de opioides le cuesta a la sociedad hasta \$ 504 mil millones al año.
- Los medicamentos recetados representan el 25 por ciento de los costos médicos de compensación para trabajadores.
- Los trabajadores lesionados que reciben analgésicos opioides tienen 3 veces más días de descanso, perdiendo aproximadamente 29 días al año.

**No comienza como un problema.** Las personas no solo se despiertan un día y deciden usar mal las drogas. Muchos son trabajadores duros a quienes se les recetaron analgésicos después de una lesión. Sin embargo, debido a la naturaleza altamente adictiva de los opioides, un empleado puede desarrollar rápidamente una dependencia de la droga, lo que conlleva un mayor riesgo de sobredosis y un deseo de drogas más fuertes. De hecho, cuatro de cada cinco usuarios nuevos de heroína informan que comenzaron con analgésicos opioides recetados, según una investigación del NSC.

Si ve a alguien que muestra signos de sobredosis, como respiración lenta y ruidosa, somnolencia, estupor, músculos flácidos, piel húmeda, pupilas puntiagudas, ritmo cardíaco lento y presión arterial baja, llame al 911 inmediatamente y esté preparado para realizar la RCP. La naloxona es un antídoto que se puede administrar inmediatamente, si está disponible.

**Los analgésicos no siempre vienen de un médico.** Los expertos creen que los médicos recetan sobre los analgésicos recetados, aunque las alternativas, como el ibuprofeno o el naproxeno, a menudo funcionan igual de bien. Cambiar el comportamiento del prescriptor es solo una parte de una importante iniciativa del NSC para reducir el abuso de analgésicos recetados.

Pero aquí hay una revelación: más de la mitad de las personas que abusan de los analgésicos recetados en 2013 dijeron que obtuvieron los medicamentos de un amigo o familiar.

A veces los amigos comparten sus drogas en un intento equivocado de ayudar. Esto es ilegal y altamente peligroso, ya que no hay manera de saber cómo reaccionará un medicamento en particular de un individuo a otro. A veces, un usuario de drogas puede ir más lejos, sacar drogas de los botiquines, carteras o carros de las personas que confían y los aman.

Nunca comparta sus recetas, y ciérrelas y elimínelas adecuadamente cuando ya no las necesite. Aquí hay algunos consejos sobre cómo mantener los medicamentos recetados fuera de las manos equivocadas:

- Mantener los medicamentos fuera de la vista de los niños y visitantes.
- Use un botiquín con llave o seguro.
- Regrese el medicamento a su lugar seguro después de cada uso.
- Evite dejar medicamentos o envases de pastillas en mostradores, mesas o mesas de noche.
- No guarde las píldoras en su bolso, equipaje o cajón de la oficina. Los casos de viaje de bloqueo están disponibles para llevar medicamentos recetados.
- Tome pastillas viejas para devolver los eventos o cajas de recolección. (No deseche el inodoro ni lo vierta en los desagües, ya que esto puede contaminar los suministros de agua y puede ser ilegal en su estado).

**Nota: Siempre promuevan un debate sobre cualquiera de los tópicos cubiertos en las conversaciones de la caja de herramientas. Si surgiera alguna pregunta que no pudieran contestar, no duden en contactar a su empleador.**

**Todos los aprendices deben permanecer cinco minutos adicionales para capacitación.**

Capataces: No olviden discutir y documentar (en los informes de las reuniones del portón trasero) en su sitio de trabajo artículos específicos en su reuniones del portón.

**\*\*\* MANTENGAN LA CONCIENCIA DE LA SEGURIDAD \*\*\***