

COMPRENSIÓN DEL SUICIDIO EN LA INDUSTRIA CONSTRUCCIÓN



American
Foundation
for Suicide
Prevention

Sonya es gerente de proyectos en construcción y asistió a una presentación de la American Foundation for Suicide Prevention (AFSP). Se enteró de que la industria de la construcción tiene la segunda tasa de suicidio más alta de cualquier industria en los EE. UU. También se enteró de que factores como largas horas, plazos de mucha presión, inestabilidad laboral y financiera, dolor crónico, consumo de sustancias y la cultura de “exigencia” de la industria pueden contribuir a un mayor riesgo de suicidio. Cuando regresó al lugar de trabajo, llevó el mensaje con ella: necesitamos hablar de esto.

SUICIDIO EN LA CONSTRUCCIÓN

Altas tasas de suicidio: Alrededor de tres trabajadores de la construcción mueren en accidentes evitables en el lugar de trabajo todos los días en los Estados Unidos. Se estima que doce trabajadores de la construcción en los EE. UU. mueren diariamente por suicidio.^{iii,iv} En comparación con la población general, los trabajadores varones de la construcción tienen una tasa de suicidio 3 veces mayor, mientras que las trabajadoras mujeres de la construcción tienen una tasa 4 veces mayor (que las mujeres en otras industrias).^v

Factores de riesgo de la industria: La construcción es una profesión físicamente exigente, y los trabajadores en este campo a menudo experimentan largas horas, dolor crónico, presión por el desempeño y viajes frecuentes o separación de familiares y amigos. Muchos trabajadores también carecen de acceso a atención de salud mental constante.

Barreras culturales para obtener ayuda: La construcción tiene una sólida cultura de autosuficiencia. A menudo, se espera que los trabajadores “resistan” en lugar de hablar sobre lo que están pasando.

El suicidio a se puede prevenir: Incluso cuando aumenta el riesgo de suicidio, siempre hay ayuda y apoyo disponibles. Conocer los riesgos en la industria de la construcción nos permite abordar los problemas que son posibles de cambiar, como sentirse conectados, poder abrirse, acceder a la asistencia, solo por nombrar algunos.

INICIADORES DE DISCUSIÓN EN EL LUGAR DE TRABAJO

1. Ahora que sabemos cómo el suicidio afecta a la industria de la construcción, ¿cuáles son algunas cosas que podemos hacer de manera diferente en este lugar de trabajo?
2. ¿Cómo contribuyen los debates sobre la salud mental y el suicidio a fortalecer la cultura laboral?

EN RESUMEN

El suicidio afecta a la industria de la construcción a un alto nivel. Sin embargo, es importante saber que siempre hay esperanza y que el suicidio se puede prevenir. Cuando sabemos lo que puede hacer que los trabajadores de la construcción se sientan más estresados o inseguros, y hacemos cosas para ayudar, como hablar con alguien sobre cómo le está yendo o consultar con sus compañeros de trabajo sobre su estrés o salud mental, podemos ayudar apoyándonos mutuamente, especialmente cuando notas que alguien podría estar pasando por un momento difícil. También podemos ayudar a mantener la seguridad de las personas e incluso salvar vidas.

Si tú o alguien que conoces está en crisis, llama, envía un mensaje de texto o chatea con la línea de ayuda para casos de crisis y suicidios al 988, que está disponible tanto en inglés como en español.

No olvides mencionar los recursos de salud mental de tu empresa u opciones de servicios locales.

ⁱⁱⁱ CPWR Data Center calculations for April 2025 Data Bulletin using National Center for Health Statistics, 2022-2023 Mortality Multiple Cause File. <https://www.cpwr.com/wp-content/uploads/DataBulletin-April2025.pdf>

^{iv} U.S. Bureau of Labor Statistics. “Census of Fatal Occupational Injuries Summary, 2023.” Press Release. 2024 December 19. <https://www.bls.gov/news.release/cfoi.nr0.htm>

^v Sussell A, Peterson C, Li J, Miniño A, Scott KA, Stone DM. Suicide Rates by Industry and Occupation — National Vital Statistics System, United States, 2021. MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2023;72:1346–1350. DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm7250a2>