

UNDERSTANDING SUICIDE IN CONSTRUCTION



Sonya is a project manager in construction and attended a presentation from the American Foundation for Suicide Prevention (AFSP). She learned that the construction industry has the second-highest suicide rate of any industry in the U.S. She also learned that factors like long hours, high-pressure deadlines, job and financial instability, chronic pain, substance use, and the industry's "tough" culture can contribute to an increased risk for suicide. When she returned to the job site, she brought the message with her: we need to talk about this.

SUICIDE IN CONSTRUCTION

High Rates of Suicide: About three construction workers die in preventable jobsite accidents every day in the United States. It's estimated that twelve construction workers across the U.S. die by suicide daily.^{iii,iv} Compared to the general population, male construction workers have 3 times higher suicide rate, while women construction workers have 4 times higher rate (than women in other industries).^v

Industry Risk Factors: Construction is a physically demanding profession, and workers in this field often experience long hours, chronic pain, pressure to perform, and frequent travel or separation from family and friends. Many workers also lack access to consistent mental health care.

Cultural Barriers to Getting Help: Construction has a strong culture of self-reliance. Workers are often expected to "tough it out" rather than speak up about what they're going through.

Suicide Can Often Be Prevented: Even when suicide risk is increased, there is always help and support available. Knowing the risks in the construction industry allows us to address the issues that are possible to change- like feeling connected, being able to open up, accessing support- just to name a few.

JOBSITE DISCUSSION STARTERS

1. Now that we know how suicide impacts the construction industry, what are some things we can do differently on this job site?
2. How do discussions about mental health and suicide promote a stronger workplace culture?

THE BOTTOM LINE

Suicide impacts the construction industry at a high rate. However, it is important to know that there is always hope and suicide can be prevented. When we learn what can make construction workers feel more stressed or unsafe, and we do things to help—like talking to someone about how they're doing or checking in with coworkers about their stress or mental health—we can help by supporting each other, especially when you notice someone might be struggling. We can also help keep people safe and even save lives.

If you or someone you know is in crisis, call, text, or chat with the Suicide and Crisis Lifeline at 988 which is available in both English and Spanish.

Don't forget to mention your company's mental health resources or local service options.

ⁱⁱⁱ CPWR Data Center calculations for April 2025 Data Bulletin using National Center for Health Statistics, 2022-2023 Mortality Multiple Cause File. <https://www.cprw.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>

COMPRENSIÓN DEL SUICIDIO EN LA INDUSTRIA CONSTRUCCIÓN



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>