



## Toolbox Talk: DECREASE - Cambiar las Estadísticas de Suicidio en la Construcción

Las estadísticas muestran los resultados que hacemos en seguridad. Las actividades y los ambientes que tienen una tasa alta de enfermedades o lesiones crean la oportunidad de nuevas políticas y procedimientos y tal vez incluso una mayor supervisión por parte de OSHA y otras agencias. A pesar de toda la capacitación, EPP, programas y otras medidas puestas en marcha, aproximadamente 1,000 trabajadores de la construcción mueren en los lugares de trabajo cada año. Esta es una estadística triste y de aprendizaje, especialmente si tenemos en cuenta que uno de ellos podríamos ser nosotros o alguien de nuestro grupo de trabajo.

Por impactantes que sean esos números, hay uno que es aún más impactante. Más de 5.000 personas que trabaja en la construcción morirán por suicidio cada año. Así es: la probabilidad es 5 veces mas alta que sus compañeros de la construcción se quitarán la vida que los que morirán debido a un accidente en el lugar de trabajo. Cuando pensamos en todo el tiempo y esfuerzo que dedicamos a la seguridad física de la fuerza de trabajo, debemos dejar que estas estadísticas también presten mayor atención a la seguridad emocional de la fuerza laboral.

¿Por qué tantas personas que trabajan en la construcción mueren por suicidio? Bueno, piense en usted y en sus compañeros de trabajo. Probablemente se enorgullezcan de ser duros, de hacer las cosas a toda costa y de trabajar a través de cualquier cosa que la vida te manda. Si bien todos esos son grandes rasgos que uno debe tener, si alguien está pasando por enfermedades mentales como la depresión o la ansiedad, que son condiciones de salud reales y tratables, o está pasando por una crisis importante en la vida, o tiene una adicción o un trastorno por abuso de sustancias, es posible que no pueda simplemente "salir adelante", y es probable que no piden ayuda, tampoco.

Si alguien en el lugar de trabajo parece estar bajo estrés o esta molesto, es posible que escuche a otros decir, o incluso decir usted mismo "no es tan malo" o "no seas un cobarde". En lugar de no darle la importancia cuando alguien esta deprimido, y en lugar de burlarse de ellos al respecto - ¿qué pasa si usted se tomó el tiempo para hablar con ellos acerca de lo que está pasando en sus vidas personal? A veces, solo saber que a alguien le importa es suficiente. Y si no, hay recursos disponibles que pueden ayudarlos como su EAP, la línea de vida de prevención del suicidio o la línea de texto de crisis.

