



IB E A M

PERSONAL

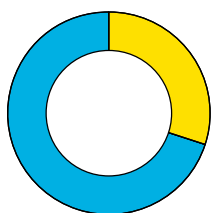
(ENTORNO IDEAL PARA EL CUERPO Y LA MENTE)

## SERIE DE VIDEOS EDUCATIVOS

### ¿Cuál es el problema?

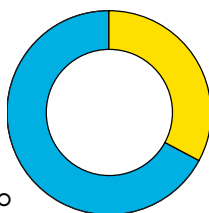
Las estadísticas sobre el estado de salud mental de los empleados de la construcción son alarmantes y evidencian una industria en crisis. Más de la mitad de la fuerza laboral en la industria ha experimentado problemas de salud mental.

Entre todas las industrias, la industria de la construcción ocupa el primer lugar en abuso de drogas y alcohol, y la tasa de suicidio es más alta que en cualquier otra industria. Lamentablemente, la tasa de suicidio es 4 veces mayor que el promedio nacional.



30%

de las personas que sufren se ausentan del trabajo por ese motivo



2/3

de ellas no revelan el motivo de su ausencia

### ¿Por qué es peor en la industria de la construcción?

Los esfuerzos tradicionales de seguridad y control de riesgos de la industria se centran casi por completo en las lesiones y pérdidas físicas e ignoran en gran medida el bienestar y la salud mental. Sin embargo, una clave para comprender la crisis es considerar los desafíos ocupacionales y la mayor frecuencia de los factores de riesgo que enfrentan los trabajadores de la construcción.

#### La naturaleza del trabajo

Ciertas características del trabajo de la construcción en sí crean o potencian los factores de riesgo, por ejemplo:

- La transitoriedad de los proyectos
- La necesidad de viajar con frecuencia y estar lejos de familiares y amigos
- La poca o nula conexión con una comunidad en el lugar de trabajo
- La estacionalidad de los puestos se suma a la disponibilidad fragmentada de trabajo
- La posible inconsistencia en el pago y el acceso a la atención médica: las épocas de inseguridad laboral y la falta de control laboral aumentan el riesgo de las personas.



Video tres

**La construcción:  
Una industria  
en crisis**

#### Puntos principales

1. Las tasas más altas de enfermedad mental y suicidio se encuentran en la industria de la construcción en comparación con cualquier otra ocupación.
2. Ciertos desafíos ocupacionales provocan una "tormenta perfecta" de factores de riesgo que aumentan el peligro de enfermedades mentales y suicidio para los trabajadores de la construcción.
3. Los líderes de la industria, ahora más que nunca, están reconociendo y abordando los problemas de salud mental en la industria de la construcción.
4. Todas las personas que trabajan en la industria de la construcción tienen un papel que desempeñar para apoyar la salud mental y los esfuerzos de prevención del suicidio.

## Cultura ocupacional

En la industria de la construcción existe una cultura de “chico/chica fuerte” o “macho”. Los rasgos de personalidad, que incluyen la toma de riesgos, el estoicismo, la autosuficiencia y la valentía, hacen que las personas sean menos propensas a buscar ayuda y asistencia. Los trabajadores de la construcción no son los únicos. Otras ocupaciones comparten esta cultura, como los cirujanos, atletas y policías.

## Consumo de sustancias adictivas

Lamentablemente, la construcción ocupa el primer lugar en cuanto al abuso de drogas y alcohol comparada con cualquier industria. El desgaste del trabajo físico hace que las lesiones y el dolor crónico sean demasiado frecuentes. Para tratar el dolor, las personas que lo sufren a menudo recurren a los opioides y al alcohol, lo que puede llevar a una dependencia o adicción no intencional. Los sentimientos de vergüenza a causa de la adicción pueden luego provocar depresión e incluso pensamientos suicidas.

## Antecedentes militares

Haber trabajado en el ejército de los EE. UU. es un contexto cada vez más común para muchos trabajadores de la industria de la construcción. Se ha reconocido que la adaptación a la vida civil es una transición difícil. Muchos de los que han prestado servicio en combate también corren mayor riesgo de sufrir TEPT y otros trastornos de salud mental.

## Acceso a medios letales

Debido al acceso a equipos peligrosos, armas de fuego y narcóticos, el riesgo de suicidio de los trabajadores de la construcción es mayor.

## Acceso limitado a la atención

La mayoría de los trabajadores obtienen seguro médico a través de su empleador o sindicato; sin embargo, tener seguro médico no garantiza una cobertura adecuada para los servicios de salud mental. La cargada jornada laboral que exige estar en las obras también puede entrar en conflicto con la capacidad de visitar a un profesional de la salud.



## Estigma de enfermedad mental

El estigma asociado a las enfermedades mentales puede provocar sentimientos de vergüenza y miedo, lo cual hace menos probable que las personas hablen sobre enfermedades mentales o busquen ayuda cuando la necesiten. De hecho, dos tercios de las personas con una enfermedad mental no buscan ayuda.

Sin embargo, es importante saber que conseguir ayuda nunca es un signo de debilidad, sino de fortaleza.



Es nuestra obligación crear una industria de la construcción

más segura, más receptiva y compasiva. Al aplicar la misma mentalidad en la seguridad psicológica que aplicamos en la seguridad física, podemos ayudar a crear una cultura que apoye el bienestar integral.

**Ahora, quizás más que nunca, debemos recordar enfocarnos en tanto en las personas que hacen el trabajo físico en la industria de la construcción, como en su entorno.**



## ¿Qué está haciendo la industria al respecto?

Cada vez más personas en la industria de la construcción reconocen el impacto de estos factores de riesgo y todas están de acuerdo en que es hora de un cambio. No podemos permitir que esta crisis continúe. La industria está trabajando conjuntamente para continuar con los avances y los esfuerzos clave que:

1. Se esmeran por cambiar la cultura de “chico/chica fuerte” a través de la educación y la capacitación para concientizar a una cultura que demuestre aceptación, compasión y comprensión de las enfermedades mentales.
2. Trabajan para acabar con el estigma y así poder hablar sobre las enfermedades mentales de manera abierta y honesta en entornos grupales y de forma individualizada, apoyarse unos a otros en la búsqueda de ayuda para tratar las enfermedades mentales y comprometerse con los gerentes y líderes para proporcionar nuevos recursos en el trabajo.
3. Combaten el abuso de sustancias adictivas al hablar abiertamente al respecto, proporcionando más información sobre los recursos de tratamiento disponibles —independientemente de la situación financiera— y garantizan que los empleadores no discriminen en función de los antecedentes de enfermedades mentales y los problemas de abuso de sustancias si se solicitó tratamiento.
4. Proporcionan apoyo adicional a exmiembros de las fuerzas armadas y veteranos que puedan experimentar una enfermedad mental como resultado del tiempo que estuvieron en el servicio militar y crean vínculos más estrechos con los servicios del Departamento de Asuntos de Veteranos de los EE. UU.
5. Desarrollan trayectorias profesionales y capacitan a la fuerza laboral de manera cruzada para cubrir las brechas de habilidades y empoderar a los trabajadores.
6. Promueven la seguridad en el lugar de trabajo, con el enfoque necesario en la salud mental, así como el riesgo y la prevención del suicidio.
7. Alientan a los empleadores a proporcionar un seguro médico adecuado a los trabajadores de la construcción que cubra licencia por enfermedad, lesiones y licencias temporales debido a enfermedad, lesión, licencia por paternidad, etc.
8. Reducen las presiones en el lugar de trabajo a través de personal adecuado y expectativas realistas para el progreso y el cumplimiento.





## ¿Qué puedo hacer al respecto?

Todas las personas tienen un rol a la hora de mantener un entorno de trabajo seguro y tolerante que apoye la salud mental y el bienestar, y evite el suicidio. Estas son algunas de las maneras en que usted puede hacer parte de la solución:

1. Participe en charlas de seguridad sobre salud mental y apoye abiertamente las iniciativas de salud mental del empleador.
2. Combata el estigma con relación a las enfermedades mentales: no se quede callado cuando escuche lenguaje hostil o discriminatorio en el lugar de trabajo. El lenguaje que usemos es importante. Llamar loco o psicópata a un compañero de trabajo es lenguaje estigmatizante.
3. Si nota que un compañero de trabajo tiene dificultades, hable con él. Muéstreles a sus compañeros que realmente se preocupa por ellos. Los actos de amabilidad dentro del lugar de trabajo crean un entorno seguro para expresar nuevas ideas, innovar y alcanzar el mayor potencial.
4. Participe y aliente a otros compañeros a participar en actividades de la compañía, como talleres de manejo del estrés u otros programas educativos que apoyen la salud mental. La capacitación continua en habilidades mantiene en forma a los trabajadores desde el punto de vista mental.
5. Familiarícese con el protocolo para informar cuando se produce un comportamiento tóxico en el lugar de trabajo. Dicho comportamiento puede estar relacionado con la seguridad física, el acoso sexual, la intimidación, el racismo, el sexismo u otros actos discriminatorios. Si mitigamos el comportamiento tóxico en el trabajo, crearemos un lugar de trabajo seguro y saludable donde las personas ququieran trabajar.



**Si le preocupa que pueda estar experimentando una crisis de salud mental o tener pensamientos suicidas, llame, envíe un mensaje de texto o chatee al 988 para la línea de vida de crisis y suicidio.**

**Contacto**  
**Jen Owens**  
SAVE Director de Programas  
save@save.org

### Acerca de SAVE

SAVE es el organismo sin fines de lucro, líder del país, que trabaja para prevenir el suicidio a través de la concientización y la educación públicas, reducir el estigma y servir como recurso para las personas afectadas por el suicidio. Durante más de 30 años, SAVE ha estado a la vanguardia de la prevención del suicidio y es líder mundial en el desarrollo de normas de mensajería segura, prácticas y campañas de concientización sobre la prevención del suicidio. Desarrollamos un programa basado en hechos para la prevención del suicidio, numerosas herramientas de buenas prácticas y un programa de apoyo a pares para ayudar a las personas en crisis. SAVE también lleva a cabo actividades de capacitación profesional, educación y asistencia técnica, y ofrece asesoramiento a empresas, organizaciones, comunidades y gobiernos sobre todos los aspectos de la prevención, intervención y postvención del suicidio (duelo después del suicidio)

### Acerca de WTW

Willis Towers Watson (NASDAQ: WLTW) es una empresa global líder de asesoramiento, corretaje y soluciones, que ayuda a los clientes de todo el mundo a transformar el riesgo en un camino hacia el crecimiento. Con raíces que datan de 1828, Willis Towers Watson cuenta con más de 45 000 empleados en más de 140 países y mercados. Diseñamos y brindamos soluciones para gestionar el riesgo, optimizar los beneficios, cultivar el talento y expandir el poder del capital para proteger y fortalecer las instituciones y personas. Nuestra perspectiva particular nos permite ver las intersecciones fundamentales entre talento, activos e ideas: la fórmula dinámica que conduce a la rentabilidad comercial. Juntos, aprovechamos el potencial. Para obtener más información, consulte [wtwco.com](http://wtwco.com)



[bio.site/savevoicesofedu](http://bio.site/savevoicesofedu)  
Copyright © 2024 SAVE. Todos los derechos reservados.  
[save.org/ibeam](http://save.org/ibeam)