

Año de publicación: 2022

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN LA INDUSTRIA DE LA CONSTRUCCIÓN:

Recurso para defensores

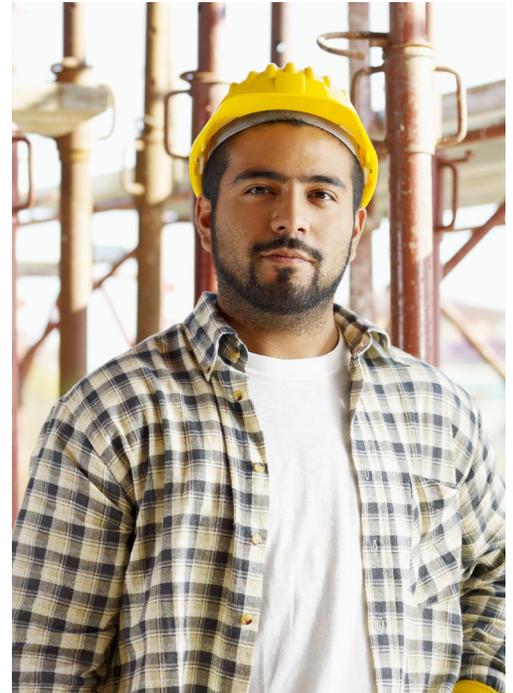


Departamento de Salud
Pública de Massachusetts

RIESGO DE SUICIDIO EN LA CONSTRUCCIÓN

Trabajar en la industria de la construcción puede causar estragos en la salud. Si está familiarizado con la construcción, sabrá que conlleva numerosos riesgos para la salud y la seguridad, desde resbalones, tropiezos y caídas hasta golpes, estruendos, riesgos eléctricos, y mucho más. Es un trabajo exigente desde lo físico, pero también es agotador para la salud mental y el bienestar.

Cada año, la tasa y la cantidad de muertes por suicidio entre los trabajadores de la construcción son superiores a las de cualquier otro grupo ocupacional. Para muchos trabajadores, los horarios son impredecibles; la seguridad laboral, variable; y los beneficios, limitados. El riesgo de trastorno por consumo de drogas causado por el tratamiento para dolor entre los trabajadores también contribuye a los riesgos para la salud mental. La pandemia de COVID-19 no ha hecho más que incrementar estos retos para los trabajadores. **Sin embargo, juntos, podemos reducir el riesgo de suicidio de estos trabajadores.**



Cada año, la tasa y la cantidad de **muertes por suicidio** entre los trabajadores de la construcción son **superiores a las de cualquier otro grupo ocupacional.**

Entre los grupos por ocupación, el grupo de construcción y **extracción tuvo la mayor cantidad de suicidios** (n = 316) y la mayor tasa de suicidios (**49.2 muertes/100 000 trabajadores**).

Entre los sectores industriales, el sector de la **construcción tuvo la mayor cantidad de suicidios** (n = 358) y la segunda tasa de suicidios más alta (**42.3 muertes/100 000 trabajadores**), solo superado por el sector de la agricultura, silvicultura, pesca y caza.

El Programa de prevención del suicidio **Suicide Prevention Program, SPP** del Departamento de Salud Pública de Massachusetts está comprometido con la concientización sobre el suicidio como problema de salud pública, específicamente en profesiones e industrias de alto riesgo, como la construcción. A través de la Subvención Integral para la Prevención del Suicidio de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y la financiación estatal, el Departamento de Salud Pública ofrece apoyo a las agencias comunitarias, educación y capacitación para profesionales y cuidadores, y financia programas que trabajan con jóvenes, veteranos y adultos mayores.

ACERCA DE ESTE RECURSO

Con la ayuda de muchas personas de la industria de la construcción, el Departamento de Salud Pública desarrolló este recurso para cualquier persona que esté trabajando en la protección de la salud mental y la prevención del suicidio en el lugar de trabajo. Este “defensor” podría ser alguien que trabaja en la construcción, que es además un compañero de confianza y líder, con la esperanza de poner este tema en primer plano. Los siguientes son otros tipos de defensores que podrían usar este recurso:

- ▶ **Propietario o ejecutivo de una empresa constructora**
- ▶ **Personal de recursos humanos de una empresa constructora**
- ▶ **Gerente de proyectos de una empresa constructora**
- ▶ **Gerente de seguridad o director de obra**
- ▶ **Responsable del Programa de asistencia al empleado (Employee Assistance Program, EAP) o enlace con la empresa**
- ▶ **Líder o miembro del sindicato**
- ▶ **Delegado sindical**
- ▶ **Asociación comercial**
- ▶ **Defensor del centro de trabajadores**

Este recurso no es una guía para implementar un programa específico de prevención del suicidio, ya que no existe un programa que se adapte a todas las empresas, organizaciones o sindicatos. En su lugar, este recurso ofrece un punto de inicio para aumentar la conciencia y aportar apoyo y recursos a los trabajadores de la construcción a través de las conexiones existentes o nuevas en el lugar de trabajo.

AGRADECIMIENTOS

El Programa de prevención del suicidio del Departamento de Salud Pública de Massachusetts quisiera agradecer a las partes interesadas y a las personas entrevistadas que participaron en el desarrollo de este recurso: Jim Barnett, *exgerente de seguridad del sector de la construcción*, J.J. Bartlett, *Fishing Partnership*, Julie DeStefano, *Gould Construction Institute*, Greg Dodd, *Teamsters Local 25*, Jamie Evans, *Turner Construction*, Greg Beeman, *Associated Builders and Contractors Massachusetts*, Leslie Russell, *TeamstersCare* y Larry Berkowitz, EdD y Michael Bonadio Jr, *LMFT, Riverside Trauma Ceñter, servicio de la Atención Comunitaria de Riverside*. Michael Bonadio Jr. también es el coordinador del programa del Proyecto MassMen.



¿Qué significa incorporar la prevención del suicidio al programa de salud y seguridad en la obra?

COMPONENTES CLAVE DE LAS INICIATIVAS SOSTENIBLES

Los lugares de trabajo o los grupos relacionados con el trabajo o la industria (por ejemplo, el sindicato, el centro de trabajadores, la asociación comercial o profesional) pueden servir para que los trabajadores de la construcción se sientan informados, reconocidos y apoyados en materia de salud mental. Hacer de la salud mental y la prevención del suicidio una parte sostenible e incorporada en la cultura del lugar de trabajo requiere tiempo, inversión en los empleados y la participación de muchos grupos que interactúan con los trabajadores.

Abajo se presenta una lista de los componentes clave del apoyo a la salud mental y la prevención del suicidio en el lugar de trabajo y de las metas a largo plazo de cada componente. Con estos componentes como prioridad, los esfuerzos de prevención del suicidio serán más duraderos y tendrán más probabilidades de incorporarse en el lugar de trabajo a largo plazo.



Conciencia

Muchos trabajadores de la construcción son conscientes de los riesgos y los desafíos de su trabajo. La cuestión que deben considerar los defensores es qué medidas están adoptando su empresa o sindicato para abordar el problema y, lo que es aún más importante, si los empleados son conscientes de que disponen de apoyo.

- ▶ Los gerentes son conscientes del compromiso con la salud mental de los trabajadores como parte de la salud y la seguridad en general.
- ▶ Se informa periódicamente a los trabajadores/empleados que cuentan con recursos y apoyo de salud mental por parte de sus compañeros, y la dirección o gerencia refuerza estos mensajes.
- ▶ Se informa periódicamente a los trabajadores/empleados de la política de permisos por enfermedad o de las políticas relacionadas con las licencias por salud mental para que puedan aprovechar estos beneficios, y acceder a ellos.
- ▶ Los mensajes sobre salud mental y prevención del suicidio están presentes y se refuerzan fuera del lugar de trabajo, como en eventos comunitarios patrocinados por la empresa o en eventos organizados por el sindicato.

Capacitación

La capacitación sobre salud mental y suicidio debe ser polifacética, de modo que la dirección, la gerencia y los compañeros de confianza comprendan los signos y las intervenciones eficaces que pueden aplicar para ayudar a sus colegas. La capacitación debe considerarse continua y no como un evento único.

- ▶ La capacitación para el liderazgo incorpora la conciencia sobre la salud mental y la prevención del suicidio.
- ▶ Las personas con funciones relacionadas con la seguridad, como los directores/gerentes de seguridad y los consultores de seguridad, están capacitadas en seguridad y bienestar de salud mental como parte de sus capacitaciones periódicas obligatorias.
- ▶ Los compañeros de confianza pueden acceder a capacitaciones sobre salud mental y prevención del suicidio, y existen formas para comunicar a los compañeros lo que aprendieron (modelo entre pares).
- ▶ Los compañeros de confianza en el lugar de trabajo, como el delegado sindical, reciben capacitación sobre los beneficios relacionados con la salud mental disponibles a través de cualquier servicio del Programa de asistencia al empleado.

Políticas y prácticas

Las tasas de suicidio fueron casi dos veces superiores entre los trabajadores de grupos ocupacionales con bajos porcentajes de trabajadores cubiertos con permisos por enfermedad remuneradas en comparación con aquellos de grupos ocupacionales con altos porcentajes de trabajadores cubiertos con permisos por enfermedad remuneradas.

Una política favorable de permiso por enfermedad remunerada es un primer paso fundamental para garantizar que los trabajadores dispongan de las herramientas y los recursos para mantenerse sanos. Massachusetts cuenta con una ley de permisos por enfermedad remuneradas que cubre a la mayoría de los empleados. Algunas metas para dar el primer paso a la hora de abordar los permisos por enfermedad en cuanto a su relación con la salud mental y el riesgo de suicidio son las siguientes:

- ▶ Que las políticas de salud mental o los permisos por enfermedad se comuniquen en todos los niveles de la empresa.
- ▶ Que los compañeros de confianza pueden calibrar el nivel de conciencia de los empleados respecto de las políticas de permiso por enfermedad y transmitan los mensajes adecuadamente.
- ▶ Que se revise cómo se discuten los problemas de salud mental entre los empleados en relación con los permisos por enfermedad y los beneficios.

Conexión con apoyo y recursos

Uno de los desafíos para muchas empresas puede ser que los empleados estén informados sobre los recursos de salud mental que tienen a su disposición, pero que no exista una vía clara para acceder a esos recursos o que los pasos para acceder a ellos les parezcan imposibles de recorrer por sí solos. La meta de conectar a los empleados es la siguiente:

- ▶ Identificar a un compañero de confianza que pueda comunicar el apoyo o los recursos disponibles a los empleados.
- ▶ Asegurarse de que los compañeros de confianza conozcan la información pertinente del Programa de Asistencia al Empleado (EAP, por sus siglas en inglés) o puedan identificar a miembros de la comunidad que conozcan recursos accesibles de salud mental.
- ▶ Ofrecer a los compañeros de confianza la oportunidad de compartir información sobre salud mental, por ejemplo, en charlas y almuerzos en el lugar de trabajo.



¿Se ocupa mi empresa u organización de la salud mental y la prevención del suicidio?

EVALUACIÓN DE LA EMPRESA U ORGANIZACIÓN

Tome nota de la situación de su empresa u organización en cuanto a la prevención del suicidio. ¿Qué funciona? ¿Qué pasos puede dar para empezar o aprovechar los esfuerzos que ya existen ?

Tanto si en su empresa u organización ya se habla sobre la prevención del suicidio o si es la primera vez que se aborda este tema, use las siguientes preguntas para entender cómo lograr que las iniciativas de salud mental y prevención del suicidio avancen.

Participación y capacitación de la dirección

- ▶ ¿Quiénes de la dirección de su empresa, organización o sindicato son conscientes del riesgo de suicidio en la industria de la construcción? ¿Se reconoció o abordó este tema con la gerencia y los empleados?
- ▶ ¿Se anima a la gerencia o a otros líderes y se les dan herramientas para comunicar las políticas de la empresa a los trabajadores en sus lugares de trabajo?
- ▶ ¿Existen oportunidades para que la gerencia con funciones relacionadas con la seguridad reciba capacitación en salud mental?

El herramienta de análisis de necesidades de la Alianza de la Industria de la Construcción para la Prevención del Suicidio sirve para identificar los pasos que debe dar la dirección para implementar la prevención del suicidio.



Conciencia de los empleados y comunicación:

- ▶ ¿Existe una comunicación dirigida a los empleados sobre la salud mental y el suicidio? ¿Quién brinda la información? ¿Se trata de un compañero de confianza o de alguien con un cargo gerencial, ajeno a la empresa, u otro? ¿Qué compañero de confianza podría brindar esta información de forma coherente?
- ▶ ¿Se informa a los empleados sobre el Programa de Asistencia al Empleado (EAP) existente y otros recursos, si estuvieran disponibles?
- ▶ ¿Se informó a los empleados de la existencia de un Programa de Asistencia al Empleado (EAP) , una organización profesional, una persona de contacto u otro recurso para obtener información sobre apoyo a la salud mental? health support?

Apoyo a los empleados:

- ▶ ¿Los programas de beneficios para los empleados ofrecen información sobre exámenes de salud mental, derivaciones y otros recursos?
- ▶ ¿Se anima a los compañeros a preguntar cómo están las otras personas y a brindar información sobre los recursos disponibles para quienes están teniendo problemas?
- ▶ ¿Existe un punto de contacto establecido para los empleados, siempre que sea posible, si necesitan información sobre los beneficios o los recursos de salud mental?
- ▶ ¿Existe la posibilidad de involucrar al sindicato en la salud mental y la prevención del suicidio? Si la empresa tiene relación con un sindicato, ¿cómo trabaja este con los compañeros de confianza en el lugar de trabajo para promover los recursos de salud mental?
- ▶ ¿Existe la posibilidad de aprovechar una delegación de una asociación comercial local para que ofrezca capacitación a los compañeros de confianza?
- ▶ ¿La empresa ha considerado la salud mental holística, por ejemplo, abordando factores estresantes como la gestión financiera, la vivienda segura y estable, la inseguridad alimentaria y el acceso a la atención médica?





¿Qué ha funcionado en otras empresas?

MEJORES PRÁCTICAS PARA ALCANZAR E INVOLUCRAR A LOS TRABAJADORES DE LA CONSTRUCCIÓN

Las investigaciones hechas con las partes interesadas de la industria de la construcción demostraron algunas prácticas óptimas y medidas que las empresas u organizaciones pueden adoptar para involucrar y apoyar satisfactoriamente a los trabajadores de la construcción. Los recursos relacionados con estas prácticas óptimas están enlazados abajo y pueden encontrarse en la sección Recursos.

Los empleados/trabajadores se enteran de los recursos de salud mental a través de un compañero de confianza, quien usa mensajes sencillos para conectar con ellos.

- ▶ Ayude a los trabajadores a designar o “elegir” a uno o varios compañeros en el lugar de trabajo para que compartan información sobre los recursos, los beneficios o el apoyo de salud mental a disposición. Asegúrese de que esta persona goce de la confianza y el respeto de sus compañeros y sea independiente de la dirección de la empresa. Puede tratarse de un delegado sindical, un responsable de seguridad, un representante sindical, un gerente de proyecto o, simplemente, un trabajador veterano que sea conocido por los trabajadores y en quien ellos confíen.
 - Entregue carteles, folletos, tarjetas informativas, guías para charlas u otros materiales para que los coloquen y compartan en el lugar de trabajo.
 - Comparta ampliamente que este compañero de confianza está disponible para cualquier persona que tenga preguntas o busque ayuda.
 - Brinde capacitación a los compañeros de confianza para detectar señales de riesgo de suicidio o problemas de salud mental en los compañeros trabajadores de la construcción, a la vez que se aborda la importancia de la confidencialidad.
- ▶ Brinde seguridad al compañero de confianza y fomente maneras sencillas de implementar con los compañeros que podrían estar en problemas: sonreír, saludar, preguntarles cómo les va o cómo está su familia y preguntarles si necesitan ayuda.
- ▶ Facilite formas sencillas de derivación en caso de que hablen con un compañero y esa persona quiera recibir apoyo de salud mental.
- ▶ Indique pasos sencillos y rápidos que pueden seguir en caso de que alguien con quien hablen esté en peligro inmediato.



Los empleados creen que la empresa u organización es consciente de los riesgos para la salud mental del trabajo y que se está ocupando de abordarlos.

- ▶ Obtenga la aprobación de la dirección de la empresa o del sindicato. .
 - Comparta los datos sobre la tasa de suicidios en la construcción con la dirección para que vea el problema constante de la salud mental de los trabajadores.
 - Si colabora con la dirección de la empresa, comparta los beneficios de una buena salud mental.
 1. Menor rotación de personal
 2. Mayor productividad
 3. Menos dinero gastado en accidentes/lesiones
 4. Actitudes positivas
 5. Empleados que recomiendan el lugar de trabajo a sus compañeros
 - Comparta la sección Instantáneas del Éxito de esta herramienta de recursos para que conozcan ejemplos de los diversos enfoques que pueden funcionar.
 - Solicite apoyo, recursos y fondos, si fueran necesarios, para elaborar un programa que complemente los beneficios o los servicios del Programa de Asistencia al Empleado (EAP) que tal vez ya se ofrezcan.
- ▶ Consiga que las comunidades y redes de confianza se involucren para aumentar la credibilidad y el alcance de los esfuerzos de apoyo a la salud mental.
 - Comuníquese con los sindicatos y asegúrese de que sus recursos se compartan claramente a través de compañeros respetados en el lugar de trabajo.
 - Permita que los sindicatos tengan la oportunidad y una plataforma para compartir recursos en reuniones y eventos comunitarios.
 - Informe a las asociaciones comerciales sobre sus esfuerzos para que puedan anunciarlos y brindar apoyo.
 1. Motívelas para que ofrezcan e incentiven la participación en cursos de primeros auxilios en salud mental.
 2. Pídale que informen sobre los esfuerzos y recursos de salud mental en las comunicaciones y en los eventos comunitarios.
 3. Sugírelas que se conecten con comités profesionales/industriales para iniciar o apoyar esfuerzos que podrían estar llevándose a cabo en sus empresas.
- ▶ Solicite a la dirección que apoye en un segundo plano para que los compañeros estén al frente y el trabajo se dé en el lugar. De forma respetuosa, informe a la dirección que la manera más eficaz de motivar a los trabajadores a buscar ayuda es asegurarse de que sepan que la dirección apoya la salud mental, pero que esta no se enterará ni interferirá si le cuentan a un compañero que necesitan ayuda.

- Recomiende a la dirección que haga una simple declaración de apoyo, como el reconocimiento de los riesgos y desafíos conocidos de la salud mental en la profesión de la construcción, sin ser condescendiente con los trabajadores. Las comunicaciones de la empresa deben tratarse como reuniones o boletines informativos de la empresa.

Los empleados pueden acceder a recursos y apoyo.

- ▶ Identifique y recopile todos los recursos que puedan estar disponibles para los trabajadores de la construcción en sus lugares de trabajo:
 - Beneficios de la empresa
 - Beneficios del sindicato
 - Beneficios requeridos por el estado de Massachusetts
 - Programa de Asistencia al Empleado (EAP) o Programa de Asistencia al Afiliado (MAP)
 - Recursos de la asociación comercial
 - Recursos de compañeros
 - Centros comunitarios de salud, centros y organizaciones de salud mental y conductual
 - Servicios de salud mental para hombres Servicios de salud mental en varios idiomas
 - Línea directa sobre salud mental y prevención del suicidio
- ▶ Promueva comportamientos de búsqueda de ayuda mediante carteles en los paneles de seguridad laboral o en otros espacios del lugar de trabajo y mensajes que los compañeros de confianza mencionen y señalen durante charlas o presentaciones.
- ▶ Priorice la conexión de los empleados directamente con un recurso que sirva para orientar, coordinar y brindar apoyo. Si es posible, cree o comparta una vía confiable para las derivaciones de salud mental con la cual los trabajadores que muestren signos de riesgo de suicidio puedan comenzar, ya sea a través de los servicios de EAP, una red de centros de salud comunitarios, servicios sindicales o comerciales o, simplemente una línea de crisis como el 988. En la sección Recursos se enumeran varias líneas de crisis.

- Entienda cuáles de los recursos recopilados ofrecen a los trabajadores la mejor posibilidad de acceder a ayuda sin prejuicios y destáquelos.
- Pregunte si existen brechas y obstáculos en los recursos y analice cómo pueden abordarse con socios y expertos de la comunidad, como su socio del EAP o un profesional de un centro de salud comunitario.

1. ¿Es difícil conseguir una cita con un profesional de la salud mental?

2. ¿El seguro cubre las citas de salud mental?

- Brinde a los empleados formación coherente y proactiva sobre cómo conectarse con el apoyo y los recursos y cómo acceder a ellos.



INSTANTÁNEAS DEL ÉXITO

A continuación se ofrecen algunos ejemplos de empresas y organizaciones de Massachusetts que abordan la salud mental y la prevención del suicidio, así como los modelos que les dieron buenos resultados.



INSTANTÁNEA: TeamstersCare - Modelo de sindicato

Los sindicatos son una fuente popular de apoyo y beneficios para los trabajadores de la construcción y para otros obreros. El sindicato Teamsters es uno de los más conocidos a nivel nacional y en Massachusetts. Gracias a su gran cantidad de afiliados y a sus recursos, Teamsters ofrece un servicio interno de salud mental sólido, llamado TeamstersCare. TeamstersCare emplea a profesionales de la salud mental y profesionales especializados en el consumo de drogas que responden directamente a las necesidades de sus afiliados. El modelo de TeamstersCare presenta varias características eficaces.

En primer lugar, TeamstersCare trabaja directamente con los afiliados del sindicato y nunca con los empleadores. Esto ayuda a crear un entorno seguro para las personas que necesitan servicios de prevención del suicidio; así, se reduce el temor a que el empleador pueda creer que no son aptos para el trabajo. En segundo lugar, los profesionales de TeamsterCare se reúnen con los trabajadores donde estén; por ejemplo, pueden presentarse en el lugar de trabajo a las 5 de la mañana para repartir folletos o hacer un seguimiento directo por teléfono de los afiliados que saben que necesitan ayuda. En tercer lugar, TeamstersCare usa el modelo del delegado sindical. Los delegados sindicales son elegidos por sus compañeros y reciben información y capacitación sobre los servicios del EAP y los recursos para trastornos por consumo de drogas y salud mental disponibles. Los delegados sindicales son la persona de contacto para los compañeros en el lugar de trabajo y también pueden ayudar a dirigir grupos de recuperación. La eficacia de los delegados sindicales no radica en saber cómo tratar los problemas de salud mental, sino en saber detectar las señales de que un compañero podría estar teniendo problemas, acercarse a él con amabilidad y saber dónde enviarlo para que reciba apoyo.

Aunque TeamstersCare parezca un modelo costoso y complicado, estos tres elementos de apoyo entre compañeros, encuentro con los trabajadores donde estén y empoderamiento de un compañero de confianza con información sobre salud mental son ideas que pueden reutilizarse en muchos lugares de trabajo y entornos de construcción diferentes.



INSTANTÁNEA: **Turner - Modelo de empresa constructora grande**

Los contratistas generales y las empresas de administración de la construcción tienen una función importante para garantizar que los trabajadores vuelvan a casa al final de la jornada sintiéndose física y mentalmente bien. Los responsables de seguridad y bienestar de las empresas constructoras grandes pueden diseñar programas que aporten todos sus recursos para apoyar la salud mental, la prevención del suicidio y la prevención y el tratamiento del consumo de drogas en todo el lugar de trabajo. Turner, una empresa grande y líder en Massachusetts, llevó a cabo un minucioso descubrimiento de las políticas y los programas de salud conductual en la industria de la construcción, con una evaluación comparativa del estado actual de la situación y la creación de una visión ideal de la salud mental para sus trabajadores.

Tras articular una declaración de misión sobre salud conductual, Turner identificó una serie de ámbitos estratégicos de actuación, como campañas de concientización, apoyos y recursos para la salud conductual y conectividad. Turner creó asociaciones en múltiples niveles: desde animar a sus clientes corporativos a contar con programas de salud mental y médicos en el lugar hasta elaborar visiones estratégicas de dónde deben estar sus supervisores y responsables de seguridad dentro de cinco años para apoyar mejor el bienestar de los trabajadores. Turner organiza almuerzos con los gremios, sesiones informativas, cursos de capacitación para supervisores, charlas sobre salud mental y lleva remolques de bienestar a los lugares de trabajo.

La salud conductual se incluye ahora en todas las orientaciones a los trabajadores, y el compartir historias entre compañeros es clave: Turner es consciente de que es más probable que los trabajadores escuchen un mensaje sobre salud mental de sus compañeros que de una empresa. Conseguir que los clientes se comprometan consiste en lograr que vean a los programas de salud mental en el lugar de trabajo como una herramienta de negocio sostenible y rentable. Se pueden usar indicadores clave de rendimiento para hacer un seguimiento y ver el impacto de los programas de salud conductual, al igual que con los planes tradicionales de rendimiento de los trabajadores. En todos los ámbitos, Turner trata de comunicar que la promoción de la salud conductual en la construcción tiene mucho sentido.



INSTANTÁNEA:

Fishing Partnership - Modelo de coordinador comunitario

Conectar a los empleados con los recursos y servicios de la comunidad es esencial para apoyar la salud mental de los empleados, dentro y fuera del lugar de trabajo. Pero puede ser difícil para las empresas y organizaciones mantenerse informadas sobre los recursos comunitarios y sobre cómo conectar a los empleados con estos servicios. Un modelo de coordinador comunitario, en el que miembros de confianza de la comunidad actúan como puente hacia la comunidad y sus recursos, puede ayudar a los empleados a sortear los obstáculos para acceder a estos recursos. El modelo de coordinador también es valioso en industrias en las que los empleados cambian de trabajo a menudo y en lugares de trabajo que carecen de un departamento de recursos humanos y de servicios y beneficios médicos proporcionados por el empleador.

Conectar a los empleados con los recursos y servicios de la comunidad es esencial para apoyar la salud mental de los empleados, dentro y fuera del lugar de trabajo. Pero puede ser difícil para las empresas y organizaciones mantenerse informadas sobre los recursos comunitarios y sobre cómo conectar a los empleados con estos servicios. Un modelo de coordinador comunitario, en el que miembros de confianza de la comunidad actúan como puente hacia la comunidad y sus recursos, puede ayudar a los empleados a sortear los obstáculos para acceder a estos recursos. El modelo de coordinador también es valioso en industrias en las que los empleados cambian de trabajo a menudo y en lugares de trabajo que carecen de un departamento de recursos humanos y de servicios y beneficios médicos proporcionados por el empleador.

Este modelo genera confianza y legitimidad, ambos componentes necesarios para lograr que las familias se involucren eficazmente para brindarles el apoyo deseado y necesario. Los coordinadores de Fishing Partnership son trabajadores sanitarios comunitarios certificados y están capacitados para ayudar a los pescadores y a sus familias a navegar por el sistema médico y a ponerlos en contacto con los recursos necesarios para mejorar su salud y bienestar. Reciben capacitación periódica en prevención del suicidio (incluida la técnica QPR, que significa preguntar, persuadir y derivar) y colaboran con profesionales clínicos del Riverside Trauma Center para brindar apoyo y ayudar a los pescadores a hacer frente a accidentes en el mar y otros sucesos traumáticos.

RECURSOS



RECURSOS Y GUÍAS DE CAPACITACIÓN

Programa de prevención del suicidio del Departamento de Salud Pública de Massachusetts

- ▶ El Programa de prevención del suicidio del Departamento de Salud Pública de Massachusetts ofrece las siguientes capacitaciones. A continuación, los detalles sobre la audiencia y los objetivos de la capacitación. El Programa de Prevención del Suicidio (SPP) del Departamento de [Salud Pública gestiona un calendario](#) de capacitación en prevención del suicidio que ofrece cursos a lo largo del año a un precio simbólico para garantizar la disponibilidad a cualquier persona que desee aprender más sobre la prevención del suicidio.
- ▶ **Programa de Primeros auxilios de salud mental (Mental Health First Aid, MHFA)**
Audiencia: Todas las personas (guardianes)
Duración: 8 horas
Objetivo: curso de capacitación basado en habilidades que enseña a los participantes a identificar, comprender y responder ante las señales de enfermedad mental y trastornos relacionados con drogas.
- ▶ **Técnica Preguntar, persuadir, derivar (Question, Persuade, Refer, QPR)**
Audiencia: Todas las personas (guardianes)
Duración: 1–2 horas
Objetivo: Reducir el estigma, aumentar la identificación
Descripción: Se capacita a los guardianes (cualquier persona en posición de reconocer las señales de alarma de una crisis) para que noten las señales de alarma del suicidio, cómo ofrecer esperanza y cómo obtener ayuda adicional.

Consejo Nacional de Seguridad

El Consejo Nacional de Seguridad ofrece orientación a los empleadores para abordar la salud mental en el lugar de trabajo.

LivingWorks

LivingWorks es la empresa líder mundial en capacitación para la intervención en suicidios. Ofrece una amplia gama de programas de capacitación que satisfacen todas las necesidades. Sus capacitaciones organizativas ayudan a crear una poderosa red de seguridad para los empleados y las personas a las que apoyan.

La Alianza de la industria de la construcción para la prevención del suicidio ([Construction Industry Alliance for Suicide Prevention, CIASP](#)) se asoció con LivingWorks para ofrecer LivingWorks Start, una capacitación para la prevención del suicidio gratuita y en línea, de 60 a 90 minutos de duración.

[Centro de recursos para la prevención del suicidio](#)

El Centro de recursos para la prevención del suicidio (Suicide Prevention Resource Center, SPRC) es el único centro de recursos con apoyo federal dedicado a impulsar la aplicación de la Estrategia nacional para la prevención del suicidio. El SPRC ofrece asesoramiento, capacitación y recursos para mejorar los esfuerzos de prevención del suicidio en diversos entornos, incluidas las organizaciones que atienden a poblaciones con riesgo de suicidio.

[Guía administrativa para la posvención del suicidio en el lugar de trabajo](#)

La posvención es el apoyo que se ofrece después de un suicidio a las personas afectadas o en el lugar de trabajo. Esta guía de la [Alianza nacional de acción para la prevención del suicidio](#) ofrece a los responsables del lugar de trabajo medidas claras para la posvención del suicidio, incluidas respuestas inmediatas, a corto y a largo plazo para ayudar a los empleados a hacer frente a las secuelas del evento traumático.

INICIATIVAS NACIONALES PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN EL SECTOR DE LA CONSTRUCCIÓN



[Centro de investigación y capacitación en construcción](#)

El Centro de investigación y capacitación en construcción (Center for Construction Research and Training, CPWR) trabaja para reducir las lesiones, las enfermedades y las muertes laborales en la industria colaborando con sus socios en investigación y capacitación. El CPWR ofrece recursos de capacitación en salud mental y adicción.

[Asociación de prevención del suicidio en la construcción](#)

El proyecto de la Asociación de prevención del suicidio en la construcción (Construction Suicide Prevention Partnership, CSPP) está compuesto por miembros de pequeñas empresas, subcontratistas, gremios de la construcción, sindicatos y otras entidades que fomentan el bienestar mental dentro y fuera del lugar de trabajo. Los recursos incluyen charlas, folletos, planes de acción para empresas, y mucho más.

Alianza de la industria de la construcción para la prevención del suicidio

La Alianza de la industria de la construcción para la prevención del suicidio (Construction Industry Alliance for Suicide Prevention, CIASP) ofrece una [guía de aplicación](#) que divide la integración de la prevención del suicidio en tres niveles. Otros recursos de la CIASP incluyen capacitación (consulte LivingWorks arriba), una herramienta de análisis de necesidades e implementación, sesiones informativas, videos, tarjetas de negocios, etiquetas para llaveros y carteles que se pueden descargar.

SafeBuild Alliance

SafeBuild Alliance, que ofrecen materiales, como adhesivos para cascos, carteles, guías para sesiones informativas, y mucho más.

ASOCIACIONES LOCALES DE MASSACHUSETTS QUE LLEVAN A CABO ACCIONES

Constructores y contratistas asociados de Massachusetts

Constructores y contratistas asociados (Associated Builders and Contractors, ABC) de Massachusetts se asoció con la Fundación Estadounidense para la Prevención del Suicidio (American Foundation for Suicide Prevention, AFSP) para «mejorar la salud mental de los trabajadores de la construcción a través de una educación eficaz para la prevención del suicidio, la intervención y las estrategias de posvención; para alentar, equipar y capacitar a los defensores de la salud mental en la fuerza de trabajo y para introducir la colaboración entre las sedes de ABC y AFSP en todo el país.

Asociación de Contratistas Generales de Massachusetts

La Asociación de Contratistas Generales (Association of General Contractors, AGC) de Massachusetts ofrece [sesiones informativas y una guía](#) para hablar con los trabajadores de la construcción acerca de la salud mental y el suicidio.

RECURSOS DE SALUD MENTAL Y PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

A continuación, se presenta una lista de recursos que pueden distribuirse y compartirse. La lista debe formar parte de otros recursos específicos de la empresa, el sindicato o la organización distribuidos a los empleados.

MassMen mass.gov/MassMen

El sitio web de MassMen fomenta el bienestar y empodera a los hombres en edad laboral de Massachusetts para que tomen medidas para sentirse mejor física, emocional y espiritualmente. El sitio web incluye una herramienta de autoexamen de salud mental, videos, recursos y orientación para los seres queridos.

Línea 988: Línea de emergencia y suicidio

[988Lifeline.org](https://988lifeline.org) or mass.gov/988

La línea 988, una línea de emergencia y suicidio, es una red nacional de centros de emergencia locales que ofrece apoyo emocional gratuito y confidencial a personas que atraviesan una emergencia suicida o que sufren malestar psíquico las 24 horas del día, los siete días de la semana, en los Estados Unidos. Si llama al 988 en Massachusetts, lo pondrán en contacto con un especialista de uno de nuestros cinco centros de emergencia.

Línea de ayuda para el consumo de drogas de Massachusetts

[HelplineMA.org](https://helplineMA.org) (800)-327 5050

La Línea de ayuda es el único recurso público estatal para encontrar servicios de tratamiento y recuperación para el consumo de drogas y adicción a los juegos de azar. Los servicios de la línea de ayuda son gratuitos y confidenciales. Los especialistas capacitados pueden ayudarlo a comprender el sistema de tratamiento y sus opciones.

Programa de educación contra el abuso de género

mass.gov/service-details/intimate-partner-abuse-education-program-services

La misión de los servicios del Programa de educación contra el abuso de género (Intimate Partner Abuse Education Program, IPAEP) del Departamento de Salud Pública de Massachusetts es fomentar la seguridad de las víctimas de violencia de género. El programa trabaja con programas certificados por el IPAEP en todo Massachusetts para responsabilizar de sus actos a las personas que ejercen violencia en sus relaciones y ayudarlas a cambiar su comportamiento.