

Prevención del suicidio

PROYECTO / OBRA

FECHA

CHARLA DIRIGIDA POR

EL PELIGRO

La construcción tiene una de las tasas de suicidio más altas de cualquier industria, y las últimas semanas del año son un tramo de alto riesgo. Preguntar directamente no siembra la idea. Es justo lo que ayuda.

QUÉ SALE MAL

- Señales de alerta que se notan y se dejan pasar porque nadie quiere decir algo equivocado.
- Evitar el tema por completo, lo que le dice a todos que aquí de eso no se habla.
- Darle a alguien un folleto o un número de teléfono y dejarlo solo con eso.
- Tratar una crisis como un asunto personal que se queda en la puerta de la obra.

CONTROLES: ANTES DE EMPEZAR

- Aprenda las señales: aislamiento, regalar sus cosas, desesperanza, cambios fuertes de ánimo o de bebida.
- Pregunte directo y claro. Las preguntas vagas reciben respuestas vagas.
- Escuche sin tratar de arreglarlo. Usted no está ahí para resolverlo, está ahí para que no esté solo.
- Quédese con la persona y ayúdela a hacer la llamada en vez de entregarle un número.
- En Estados Unidos, llame o envíe un mensaje al 988, la línea de crisis y prevención del suicidio, a cualquier hora.

PREGUNTE A LA CUADRILLA

1. ¿A qué número llamaría ahora mismo si lo necesitara, sin tener que buscarlo?
2. ¿Quién aquí ha notado un cambio en alguien de esta cuadrilla?
3. ¿Qué le impediría preguntarle a alguien directamente?
4. ¿A quién acudiría usted si se tratara de usted mismo?

REGISTRO DE ASISTENCIA

Todos los presentes firman abajo. Esta hoja es el registro de la charla.

NOMBRE EN LETRA DE MOLDE	FIRMA
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
SUPERVISOR / PERSONA COMPETENTE	FIRMA