



SUSESO
Ministerio del Trabajo
y Previsión Social

Gobierno de Chile



Circular N°3873

ASISTENCIA TÉCNICA PARA CONTRIBUIR A DISMINUIR EL RIESGO DE SUICIDIO EN EL LUGAR DE TRABAJO

“Aunque no podamos ver salida, aunque el dolor parezca infinito, la vida sigue llamándonos, incluso desde sus ruinas”.

Raúl Zurita, 2018.

Poeta chileno, Premio Nacional de Literatura (2000)

Contenidos

1. Consideraciones antes de comenzar
2. Relevancia y objetivos de la circular
3. Lineamientos de asistencia técnica para prevenir el riesgo de suicidio en entornos de trabajo
4. Asistencia técnica ISL y material disponible
5. ¿Cómo puedo ayudar a prevenir el suicidio en los espacios de trabajo?



Consideraciones

antes de comenzar...

- Evitaremos utilizar palabras y expresiones que sean estigmatizantes, que atribuyan un valor positivo o negativo, o que perpetúen mitos en torno al suicidio y la salud mental.
- Esta temática puede gatillar recuerdos sensibles o emociones dolorosas. Algunas personas podrían haber vivido experiencias cercanas o personales relacionadas con el suicidio. Por ello, les pedimos respeto, cuidado y sensibilidad durante el desarrollo de esta presentación.
- Si durante o después de esta instancia alguien siente malestar emocional y requiere apoyo, existen **canales gratuitos y confidenciales** disponibles:



LLAME A SALUD RESPONDE
600•360•7777

PROFESIONALES DE LA SALUD ATENDIENDO SUS DUDAS LAS 24 HORAS,
LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA





Relevancia y objetivos **de la Circular N°3873**

- El suicidio es un **problema de salud pública** con impacto directo en los entornos de trabajo.



No todas las conductas suicidas están asociadas a **trastornos mentales**: aproximadamente 2 de cada 3 casos se relacionan con ello, pero muchas conductas responden a **situaciones de crisis e impulsividad** ante dificultades percibidas como inabordables.

El **suicidio es prevenible**. El Ministerio de Salud de Chile reconoce que existen **estrategias efectivas** para reducir estas muertes cuando hay detección temprana y apoyo oportuno.

La mortalidad por suicidio es **significativamente mayor en hombres que en mujeres**, con una relación cercana a **4:1**, tendencia similar a la observada a nivel mundial, pero de mayor magnitud en el país.



Relevancia y objetivos **de la Circular N°3873**

- Los espacios laborales son **lugares clave de detección, prevención y cuidado.**

En los espacios de trabajo las personas pasan una parte significativa de su tiempo, lo que los convierte en entornos privilegiados para observar, acompañar y cuidar.

Un entorno laboral que promueve confianza y seguridad psicológica facilita que las personas se sientan cómodas para expresar preocupaciones, pedir apoyo y buscar ayuda cuando lo necesitan.

La convivencia cotidiana permite detectar oportunamente señales de alerta, activar redes de apoyo y prevenir situaciones de mayor riesgo, integrando el cuidado de la salud mental como parte del quehacer laboral.





Relevancia y objetivos **de la Circular N°3873**

- Esta circular incorpora el **riesgo de suicidio** dentro de la gestión preventiva en salud laboral.

Se propone los siguientes elementos para la prevención

- ✓ **Cambio organizacional** centrado en la prevención y reducción del estrés laboral.
- ✓ **Desestigmatización** de los problemas de salud mental y promover la búsqueda de ayuda.
- ✓ **Reconocimiento y detección temprana** de las dificultades emocionales y de salud mental.
- ✓ **Intervención y tratamiento** apropiados mediante programas de salud y asistencia al trabajador o trabajadora, vinculados con recursos comunitarios externos de salud mental.



Lineamientos de asistencia técnica para prevenir el **riesgo de suicidio en entornos de trabajo**

CIRCULAR N°3873: Acciones específicas que las entidades empleadoras **DEBEN** realizar:

Reducción de los riesgos psicosociales y el estrés laboral

- Gestionar adecuadamente, de acuerdo con los **protocolos vigentes**, los **riesgos psicosociales en el trabajo**, incluyendo su evaluación y modificación.
- Fomentar la **gestión participativa y el diálogo social**, tal como se especifica en los protocolos.
- Promover **iniciativas de conciliación entre el trabajo y la vida privada**.
- Aplicar los **protocolos** y verificar su **adecuado cumplimiento**.





Lineamientos de asistencia técnica para prevenir el **riesgo de suicidio en entornos de trabajo**

CIRCULAR N°3873: Acciones específicas que las entidades empleadoras **DEBEN** realizar:

Prevención de la violencia y el acoso

- Mantener y aplicar un protocolo específico para la prevención de la violencia en el lugar de trabajo, conforme a lo establecido en la Ley 21.643 (Ley Karin) y en el Compendio de Normas del Seguro de la Ley 16.744, incorporando un enfoque de género y abordando situaciones de violencia ejercida por terceros, tales como las o los usuarios, estudiantes, pacientes, clientes u otras personas externas al lugar de trabajo.



Lineamientos de asistencia técnica para prevenir el **riesgo de suicidio en entornos de trabajo**

CIRCULAR N°3873: Acciones específicas que las entidades empleadoras **PUEDEN** realizar:



Liderazgo de bienestar psicológico



Mejora de la comunicación



Capacitación para las y los trabajadores y supervisores



Sistema de apoyo formales e informales



Protocolo de crisis y respuesta



Acceso reducido a medios letales en el trabajo



Controlar sitios de trabajo solitario



Estímulo al autocuidado





Asistencia técnica ISL **y material disponible**

- Asistencia técnica para la reducción de los riesgos psicosociales y el estrés laboral

Correo gestión psicosocial: gestionpsicosocial@isl.gob.cl

1. Asistencia técnica para la implementación del protocolo de riesgos psicosociales en Chile y el correcto uso del CEAL-SM/SUSESO

- Asistencia técnica para el cumplimiento del PMG/MEI Sistema de Riesgos Psicosociales Laborales (PMG), en caso de servicios públicos.
- Asistencia técnica en casos de enfermedad mental de origen laboral.
- Capacitaciones a los comités de aplicación.
- Entrega de material gráfico e informativo sobre los riesgos psicosociales.

2. Asistencia técnica para la prevención de la violencia y el acoso en entornos laborales

- Asistencia técnica en la correcta implementación del protocolo y procedimiento de denuncias exigido por Ley Karin.
- Material técnico y de difusión.
- Capacitaciones a jefaturas.



Asistencia técnica ISL **y material disponible**





Asistencia técnica ISL **y material disponible**

- **Protocolo de crisis y emergencia psicológica.**

Formato dirigido a entidades empleadoras para ayudarles a crear su protocolo de prevención del riesgo de suicidio.

- **Checklist de actuación – protocolo de crisis y emergencia psicológica.**

- **Ficha de registro, seguimiento y cierre de casos.**

- **Ficha contactos urgencia.**

- **Cartilla informativa - asistencia técnica para la prevención del suicidio:**

- ✓ “Jefaturas que cuidan”
- ✓ “Hablar con otras personas también cuida”
- ✓ “No estas solo o sola”

- **Manual para la prevención del suicidio en entornos laborales - Orientaciones generales para las organizaciones, trabajadores y trabajadoras.**



¿Cómo puedo ayudar a prevenir el **suicidio en los espacios de trabajo?**

Existen señales que pueden indicar que una persona se encuentra en riesgo elevado y necesita apoyo oportuno.

SEÑALES DE ALERTA FRECUENTES

- Expresar deseos de morir o no existir.
- Aislamiento social marcado.
- Cambios bruscos en el estado de ánimo.
- Conductas autolesivas.
- Regalar pertenencias importantes.
- Disminución del desempeño laboral.



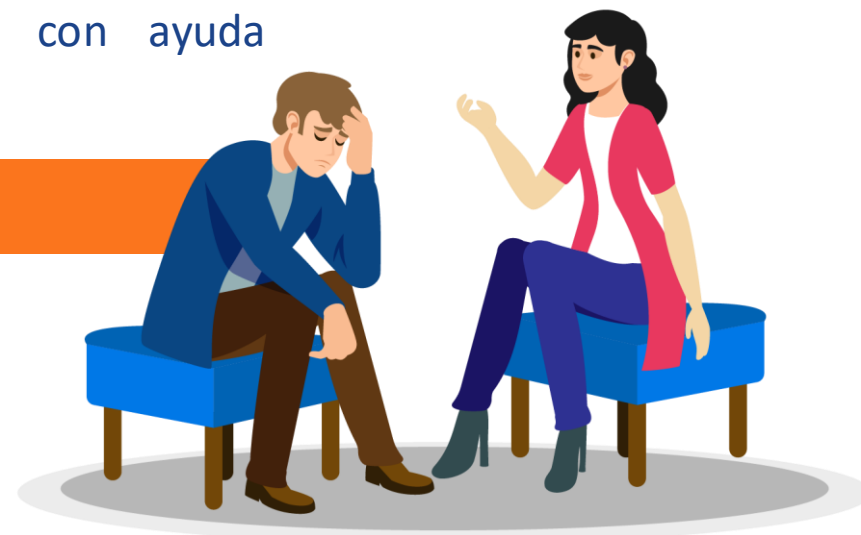


¿Cómo puedo ayudar a prevenir el **suicidio en los espacios de trabajo?**

Cualquier persona puede cumplir un rol preventivo. No se trata de “**dar soluciones**”, sino de acompañar y conectar con ayuda especializada.

RECOMENDACIONES PRÁCTICAS

- Escuchar activamente, sin juzgar.
- Validar los sentimientos.
- Preguntar de forma directa y clara.
- No minimizar ni prometer confidencialidad absoluta.
- Facilitar el acceso a redes de apoyo.
- Recordar siempre: preguntar por suicidio no induce la conducta, sino que puede disminuir el riesgo.



Línea de prevención del suicidio MINSAL: 4141





Visite:

isl.gob.cl

Llámenos:

600 586 9090

Síguenos:

