

Guía de Prevención del Suicidio en el entorno laboral

El **objetivo** de la guía es proporcionar herramientas prácticas, datos clave y estrategias para identificar señales de riesgo, actuar a tiempo y acompañar a las personas en crisis con un mensaje clave, todos y todas podemos ser agentes de prevención.

La guía está dirigida especialmente a equipos de Recursos Humanos, profesionales de Prevención de Riesgos Laborales (PRL), líderes y mandos intermedios, y a cualquier persona interesada en promover la **salud mental en el trabajo**.

Su finalidad es apoyar a las organizaciones a fomentar **entornos laborales más humanos, seguros y comprometidos con la salud mental**, reduciendo el estigma asociado y mejorando la capacidad de intervención frente a señales de malestar emocional o riesgo de conducta suicida. En definitiva, crear un contexto más seguro para todos en el que **estemos formados para actuar cuando sea necesario**.

En España, según datos del INE, aproximadamente **11 personas al día fallecieron en 2024**, siendo esta una de las principales causas de muerte externa, con más de 700.000 fallecimientos al año a nivel mundial según datos de la OMS.

La guía ha sido elaborada de forma **colaborativa** con diferentes entidades formalizando un equipo de trabajo sólido. La Fundación ITURRI ha sido la coordinadora del proyecto, colaborando con varias entidades expertas en salud mental y prevención del suicidio (ACPS), Affor Health (Equipo del HUB de Psicología), Asociación Catalana para la Prevención del Suicidio (ACPS), Cruz Roja Española, y Teléfono de la Esperanza. Gracias a esta colaboración, se ha podido contar con perfiles sociosanitarios enfocados tanto en la intervención como en el entorno laboral.

El grupo de trabajo se ha encargado de:

- Identificación de factores de riesgo y protección,
- Definición de fases de prevención primaria, secundaria y posvención,
- Herramientas de detección temprana,
- Protocolos de intervención y apoyo, y
- Recomendaciones para el acompañamiento post-crisis y manejo del duelo.

Dado que el equipo estaba repartido por el territorio nacional, se ha ido avanzando en el proyecto a través de reuniones on-line y presenciales.



La guía se organiza en varias secciones que abordan aspectos clave para la prevención y gestión de la conducta suicida en el entorno de trabajo. Entre sus contenidos principales se incluyen:

Comprender el suicidio contexto, cifras y motivo por el cual es relevante abordarlo en el entorno laboral.

Factores de riesgo y protección identificación de aspectos que pueden aumentar o disminuir la probabilidad de ideación suicida en trabajadores.

Prevención primaria acciones para promover bienestar emocional, sensibilización y cultura de apoyo dentro de la organización.

Prevención secundaria estrategias y formación para detectar señales de alarma y actuar con rapidez.

Intervención inmediata protocolos para responder ante situaciones de riesgo.

Posvención acompañamiento, manejo de duelo y comunicaciones sensibles tras una pérdida.

Recursos y protocolos incluye herramientas, contactos y guías prácticas para uso directo por parte de los equipos internos.

A parte de la Guía, se ha creado material audiovisual para ayudar a su difusión. La guía ha sido presentada en las ciudades de Sevilla, Barcelona, Madrid y Valencia, contando con aproximadamente 450 asistentes. También se han realizado webinars centrándonos en temáticas específicas sobre técnicas de prevención y comunicación para la prevención.

Todos podemos ser agentes de prevención



Un proyecto de:



Accede al site con la guía y otros recursos para la prevención y gestión de la conducta suicida

Con la participación de

AfforHealth



Cruz Roja

