



CARTA AL EDITOR

Prevención del suicidio laboral: la urgencia de un enfoque estructural y diferenciado



Prevention of occupational suicide: The urgency of a structural and differentiated approach

Señor Editor,

He leído con gran interés el artículo «Prevención del suicidio en el entorno laboral»¹. Quisiera felicitar a los autores por abordar con claridad y sin eufemismos una problemática de enorme impacto sanitario y social. El suicidio en contextos laborales es una realidad dolorosa que exige de visibilidad, de un análisis riguroso y de una acción decidida.

Es especialmente relevante la inclusión del modelo volitivo-motivacional integrado de O'Connor, que permite entender el suicidio, no como una anomalía individual, sino como una respuesta psíquica frente a experiencias de derrota percibida². Sin embargo, este marco teórico, aunque útil, requiere de una adaptación más específica y crítica al contexto laboral. El riesgo suicida no reside únicamente en las condiciones laborales objetivas, sino en cómo estas se integran en trayectorias de sufrimiento acumulado y en la percepción subjetiva de «no salida». Su abordaje debe pasar por la incorporación de mecanismos de mediación y de identificación de factores protectores que pueden modular esa relación.

También conviene desmitificar el suicidio para poder afrontarlo sin tabúes, eso sí, evitando cualquier banalización. Generar espacios seguros y fomentar la expresión emocional son pasos necesarios, pero no suficientes. En este sentido se debería incidir en la reflexión sobre cómo las dinámicas institucionales y los sistemas de poder en el trabajo inhiben precisamente esa expresión.

Otros 3 aspectos fundamentales para una prevención más efectiva y transformadora serían los siguientes:

- Es básica la *responsabilidad institucional*, pues la prevención del suicidio laboral no puede depender únicamente de la actuación empresarial. Es imprescindible una co-implicación activa de los organismos públicos. El suicidio es la segunda causa de muerte externa en España; abordarlo como un problema de salud pública es urgente, y

la responsabilidad de los sanitarios exige la inclusión de un marco legislativo específico dentro de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, con formación específica, herramientas de detección precoz y programas eficaces de prevención de la salud mental, tal y como se desarrolla en el artículo de Greiner y Arensman³, en el que se destaca la necesidad de generar protocolos desde una mirada global.

- Igualmente importante es la *prevención estructural del sufrimiento laboral* pues más allá de identificar los trabajadores en riesgo, urge intervenir en las condiciones que lo generan. Ambientes marcados por la precariedad, la desorganización o el autoritarismo son caldo de cultivo para el malestar psíquico. La prevención, en sentido sanitario, implica transformar estas dinámicas, y no solo reaccionar ante sus efectos. No se trata de «detectar» a los vulnerables, sino de asegurar que el entorno laboral no los vuelva como tales.
- Se requiere de un *análisis diferenciado del fenómeno suicida* pues, aunque el artículo reconoce el carácter multifactorial del suicidio, en su abordaje es preciso distinguir los distintos riesgos, a saber, acoso laboral, sobrecarga emocional en profesiones sanitarias, desempleo prolongado entre otros. Esta diferenciación es clave para evitar un enfoque fatalista o estigmatizante. ¿Cuántos de los casi 4.000 suicidios anuales están vinculados al trabajo y más específicamente, cuáles son las causas concretas? Se ignora, y esa opacidad limita nuestra capacidad de prevención. La clave está en que la persona afectada sea escuchada para evitar enfoques homogéneos que diluyan las particularidades de cada caso.

En definitiva, si queremos avanzar hacia una prevención real del suicidio laboral, hace falta enfoques pormenorizados, un compromiso institucional fuerte, una legislación específica más firme y un cambio cultural profundo donde la salud mental deje de ser un apéndice, y pase a ser un pilar central de la vida laboral. El suicidio no es solo una tragedia individual, es también un síntoma colectivo de algo que como sociedad debemos atrevernos a mirar de frente.

Bibliografía

1. Macías-Toronjo I, García-Iglesias JJ, Gómez-Salgado J. Prevención del suicidio en el entorno laboral.

- Aten Primaria. 2025;57:103145, <http://dx.doi.org/10.1016/j.aprim.2024.103145>.
2. Pérez Barragán MA, Urra Uriarte I. Modelo volitivo motivacional integrado del comportamiento suicida. Rev Chil Neuro-Psiquiat. 2021;59:84–94 [consultado 23 Abr 2025]. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082021000100017
3. Greiner BA, Arensman E. The role of work in suicidal behavior — uncovering priorities for research and prevention. Scand J Work Environ Health. 2022;48:419–24, <http://dx.doi.org/10.5271/sjweh.4051>.

Eva Xapelli Jaime^{a,*} y Jordi Delás^{a,b}

^a *Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Barcelona, Barcelona, España*

^b *Servicio de Medicina Interna, Hospital Sagrat Cor, Grupo Quirón Salut, Barcelona, España*

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: evaxapelli@gmail.com

(E. Xapelli Jaime).