

Circular N°3873 Prevenir el riesgo de suicidio en los entornos de trabajo



Circular 3873 SUSESOS

El trabajo, debe ser un lugar en donde quienes trabajan se sientan cómodos compartiendo sus preocupaciones y buscando ayuda cuando sea necesario; esto puede incluir la capacitación de quienes lideran o que están en puestos de gerencia para identificar signos de alerta, la creación de programas de apoyo psicológico, y la promoción de un equilibrio entre la vida laboral y personal.

Es en este contexto, que la Circular N.º 3873 de la Superintendencia de Seguridad Social publicada en 6 de agosto de 2025 y cuya entrada en vigor es el 01 de diciembre del año 2025, incorpora al Título II del Libro IV del Compendio de la Ley N.º 16.744 lineamientos de asistencia técnica para prevenir el riesgo de suicidio en los entornos de trabajo. En donde refiere que la disminución del riesgo de suicidio en los lugares de trabajo debe guiarse sobre los siguientes cuatro ejes principales que idealmente debieran considerarse de manera combinada:

1. **Cambio organizacional centrado en la prevención y reducción del estrés laboral:** es decir, gestión y vigilancia de los riesgos psicosociales en el trabajo.
2. **Desestigmatización de los problemas de salud mental y la búsqueda de ayuda:** incluyendo campañas de concientización en donde se ayude a hacer socialmente aceptable y operacional pedir ayuda temprana, sin miedo a represalias o a ser etiquetado.
3. **Reconocimiento y detección temprana de las dificultades emocionales y de salud mental** en las personas trabajadoras: es decir, desarrollar capacidad de observación y primera respuesta en la organización, en donde jefaturas, pares y referentes de bienestar deben saber qué mirar, qué preguntar y cómo derivar.
4. **Intervención y tratamiento apropiados** mediante programas de salud y asistencia a la persona trabajadora vinculados con recursos comunitarios externos de salud mental (es decir, conocer las redes comunitarias de atención para problemas mentales, donde las personas trabajadoras puedan consultar ante situaciones críticas).

Desde el punto de vista de la salud pública y ocupacional, especialmente relevante es la gestión y vigilancia de los riesgos psicosociales, que es de responsabilidad de las entidades empleadoras.

La adecuada gestión de los factores de riesgos psicosociales en el trabajo y otras acciones similares pueden generar un entorno de trabajo seguro y saludable, y contribuir a la disminución del riesgo de conductas suicidas.

Circular N°3873 Prevenir el riesgo de suicidio en los entornos de trabajo



Acciones específicas para prevenir el riesgo de suicidio en el entorno de trabajo

En concordancia con lo anterior, las acciones específicas que las entidades empleadoras deben realizar son:

- a. **Reducción de los riesgos psicosociales y el estrés laboral:** Gestionar adecuadamente, de acuerdo con protocolos vigentes, los riesgos psicosociales en el trabajo, incluyendo su evaluación y modificación. Fomentar la gestión participativa y de diálogo social tal como se especifica en los protocolos. Promover iniciativas de conciliación trabajo y vida privada. Aplicar los protocolos y verificar que estos se cumplan.

Para esta acción específica, como Achs tenemos herramientas en torno a la aplicación del protocolo de riesgos psicosociales, así como una metodología específica en torno al protocolo de vigilancia y la ley 21.645 en torno a conciliación trabajo y vida privada.

- b. **Prevención de la violencia y el acoso:** Mantener y aplicar un protocolo específico para la prevención de la violencia y el acoso en el lugar de trabajo, de conformidad a la Ley N°21.643 y al Compendio de Normas del Seguro Social de Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales, (Número 14. Asistencia técnica en materia de acoso laboral, sexual y violencia en el trabajo, de la Letra D. Asistencia técnica, Título II, Libro IV. Prestaciones preventivas) en especial los que tienen razones de género, y el afrontamiento de la violencia por terceros (usuarios, alumnos, pacientes, clientes, otras personas).

Para esta acción específica, como Achs tenemos herramientas en torno a la aplicación de la ley 21.643 respecto al acoso laboral, violencia en el trabajo y acoso sexual, así como una metodología específica en torno a la aplicación de dicha ley.

Acciones para adaptar considerando características, necesidades y desafíos

Además, SUSESO refiere en su circular 3873 que las entidades empleadoras pueden realizar las siguientes acciones que se pueden adaptar considerando las características, necesidades y desafíos específicos de la organización:

- a. **Liderazgo de bienestar psicológico:** Fomentar una cultura de seguridad psicológica y comunicación abierta. Estimular a los jefes y supervisores a priorizar el bienestar de las personas trabajadoras y modelar comportamientos saludables. Fomentar la comunicación de los problemas mentales y la solicitud de apoyo.

Para esta acción, como Achs ponemos a disposición el manual de directrices mínimas para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral para jefatura, así como el curso de manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral para jefatura.

Circular N°3873 Prevenir el riesgo de suicidio en los entornos de trabajo



- b. **Mejora de la comunicación:** Establecer canales regulares para la retroalimentación, proporcionar información sobre recursos de salud mental y ofrecer mecanismos de apoyo anónimos.

Para esta acción, como Achs ponemos a disposición la ficha para la articulación de redes de apoyo y canales confidenciales de ayuda para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral

- c. **Capacitación para empleados y supervisores:** Capacitar en primeros auxilios de salud mental, talleres de prevención del suicidio y recursos de apoyo emocional. Dotar a los supervisores de habilidades para reconocer señales de advertencia y ofrecer apoyo a las personas trabajadoras que hayan presentado dificultades.

Para esta acción, como Achs ponemos a disposición el curso de primeros auxilios psicológicos, así como a disposición el manual de directrices mínimas para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral para jefatura en donde se entrega información sobre señales de alerta y apoyo en crisis.

- d. **Sistemas de apoyo formales e informales:** Desarrollar programas de asistencia a las personas trabajadoras, redes de apoyo entre pares o grupos de recursos de salud mental. Mantener contactos con recursos externos que permitan un apoyo especializado en los momentos críticos.

Para esta acción, como Achs ponemos a disposición la ficha de articulación de redes de apoyo y canales confidenciales de ayuda para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral

- e. **Protocolos de crisis y respuesta:** Establecer protocolos claros para abordar las emergencias de salud mental, incluidos los riesgos de suicidio, amenazas o intentos realizados. Designar y capacitar equipos de respuesta de crisis sobre procedimientos de intervención en crisis y apoyo posterior al incidente.

Para esta acción, como Achs ponemos a disposición el curso de primeros auxilios psicológicos.

- f. **Acceso reducido a medios letales en el trabajo:** Aplicando controles según lo dispuesto en la normativa, de manera de disminuir el riesgo de suicidio. Se debe tener presente que, por el acceso a estos medios, a nivel internacional, se observa un mayor riesgo en guardias, trabajadores agrícolas, trabajadores de la salud humana o veterinaria.

Para esta acción, como Achs ponemos a disposición la ficha para el acceso reducido a medios letales en el trabajo para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral.

Circular N°3873 Prevenir el riesgo de suicidio en los entornos de trabajo



- g. **Controlar sitios de trabajo solitario:** Mantener un catastro de todos los sitios y actividades que se realicen en solitario, con un protocolo preciso que vigile y de seguridad a las personas que deban permanecer así.

Para esta acción, como Achs ponemos a disposición la ficha de gestión del trabajo en solitario para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral.

- h. **Estímulo al autocuidado:** Fomentar prácticas de autocuidado por parte de la organización a través de talleres, boletines y recursos. Promover la atención plena ('mindfulness'), técnicas de relajación y actividades de reducción del estrés en el lugar de trabajo.

Para esta acción, como Achs ponemos a disposición el botiquín personal de la salud mental.

Herramientas Achs para el manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral

1. Manual: Directrices mínimas para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral para jefatura. Con información sobre como ayudar a prevenir los suicidios en el ambiente laboral, a qué señales prestar atención, qué se debe hacer si se observan dichas señales y el acceso a soportes en Chile.
2. Ficha: Articulación de redes de apoyo y canales confidenciales de ayuda para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral. Con información directa para la persona trabajadora respecto al manejo en situación de crisis, así como los teléfonos de soporte en Chile.
3. Ficha: Gestión del trabajo en solitario para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral. Con herramientas y pasos para el control de sitios de trabajo en solitario, profundizando en el catastro de sitios y actividades así como en el protocolo que vigile y de seguridad a las personas.
4. Ficha: Acceso reducido a medios letales en el trabajo para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral. Con información sobre levantamiento de riesgos específicos, así como controles de ingeniería, administrativos, entre otros.
5. Curso: Primeros auxilios psicológicos. Que profundiza en cada uno de los pasos de los primeros auxilios psicológicos, entregando herramientas prácticas en torno a estos.
6. Curso: Directrices mínimas para manejo de riesgo de suicidio en el contexto laboral para jefatura. Pone en práctica el manual, con información sobre cómo ayudar a prevenir los suicidios en el ambiente laboral, a qué señales prestar atención, qué se debe hacer si se observan dichas señales y el acceso a soportes en Chile.
7. Botiquín personal de la salud mental. Conjunto de herramientas que estimulan el autocuidado, técnicas de relajación, de grounding y atención plena, entre otras.