

**FACTORES DE RIESGOS LABORALES QUE PUEDEN INDUCIR AL
SUICIDIO EN LAS EMPRESAS COLOMBIANAS**

LEIDY CAMILA AGUDELO HERNÁNDEZ - 89067

NATALIA ANDREA FRANCO CATAÑO - 99256

DIANA VICTORIA FRANCO CASTILLO - 99306

UNIVERSIDAD ECCI

DIRECCIÓN POSGRADOS

ESPECIALIZACIÓN GERENCIA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

BOGOTÁ D.C.

2021

FACTORES DE RIESGOS LABORALES QUE PUEDEN INDUCIR AL SUICIDIO EN
LAS EMPRESAS COLOMBIANAS

PRESENTADO POR

LEIDY CAMILA AGUDELO HERNANDEZ - 89067

NATALIA ANDREA FRANCO CATAÑO - 99526

DIANA VICTORIA FRANCO CASTILLO - 99306

*Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de especialista en
gerencia de la seguridad y salud en el trabajo*

ASESORA

ÁNGELA MARÍA FONSECA MONTOYA

UNIVERSIDAD ECCI

DIRECCIÓN DE POSGRADOS

ESPECIALIZACIÓN EN GERENCIA DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

BOGOTÁ, 2021

TABLA DE CONTENIDO

1.	Título.....	1
2.	Problema de Investigación.....	2
2.1	Descripción del Problema	2
2.2	Formulación del Problema	3
2.3	Sistematización.....	3
3.	Objetivos.....	4
3.1	Objetivo General	4
3.2	Objetivos Específicos.....	4
4.	Justificación	5
4.1	Justificación.....	5
4.2	Delimitación.....	6
4.2.1	Espacial	6
4.2.2	Temporal	6
4.3	Limitaciones.....	6
5.	Marco de Referencia.....	7
5.1	Estado del Arte	7
5.1.1	Nacional	7
5.1.2	Internacional.....	13

5.2	Marco Teórico	15
5.2.1	Suicidio.....	15
5.2.2	La historia del Suicidio	16
5.2.3	El suicidio en la historia.....	21
5.2.4	El suicidio frente a la Organización Mundial de la Salud.....	22
5.2.5	El suicidio como enfermedad.....	22
5.2.6	La conducta Suicida	23
5.2.7	Elementos Desencadenantes	24
5.2.8	El suicidio en Colombia	25
5.2.9	Factor de riesgo psicosocial laboral	26
5.2.10	El síndrome de burnout	28
5.2.11	El estrés laboral	30
5.2.12	Mobbing laboral	30
5.2.13	Karoshi o muerte por trabajar en exceso.....	32
5.3	Marco Legal	32
6.	Marco metodológico	34
6.1	Tipo de Investigación	34
6.2	Paradigma o enfoque.....	34
6.3	Método	35
6.4	Fuentes de Información.....	35

6.4.1 Fuentes Primarias	35
6.4.2 Fuentes Secundarias	35
6.5 Población.....	36
6.6 Muestra.....	36
6.7 Criterios de Inclusión	36
6.8 Criterios de exclusión.....	36
6.9 Instrumentos	37
6.10 Fases	37
6.10.1 Fase 1.....	37
6.10.2 Fase 2.....	37
6.10.3 Fase 3.....	38
6.11 Cronograma	39
7. Resultados.....	40
8. Costos.....	47
9. Conclusiones.....	49
10. Recomendaciones	51
11. Referencias.....	52
Anexo (GUIA)	56

1. Título

Factores de riesgo laborales que pueden inducir al suicidio en las empresas colombianas

2. Problema de Investigación

2.1 Descripción del Problema

Cuando se habla de Suicidio, siempre se piensa en problemas psicosociales y preexistencias como la depresión o también a problemas financieros o sentimentales, pero es poco común escuchar que se hable de suicidio por temas laborales tales como problemas psicosociales dentro de un entorno laboral, relación de suicidio relacionado con carga laboral, relación con compañeros de trabajo, acoso laboral o algo tan común y tan bien conocido en la actualidad como el estrés laboral; por esto mismo se debe abordar sobre el riesgo psicosocial dentro de las empresas, conocer el diagnóstico de la población y así poder dar la intervención específica si se encuentra una alerta o para dirigir estos estudios de todos los factores psicosociales que pueden ser desencadenantes del suicidio. (Lovo, J., 2020)

En la actualidad y más en las empresas privadas, sin dejar a un lado a las públicas, a pesar de ceñirse a la normatividad de 48 horas laborales máximas a la semana, como se establece en el artículo 161 del código sustantivo de trabajo, pueden aplicar la excepciones de jornada laboral máxima “Artículo 162 del código sustantivo del trabajo, donde se dice que los trabajadores de dirección o de confianza están excluidos de la jornada laboral máxima, es decir, que al no aplicarles ese límite máximo pueden tener una jornada superior de acuerdo a la naturaleza de su cargo” (*CodigoSustantivodelTrabajoColombia.pdf*, s. f.) situación que puede generar diferentes patologías y trastornos en los colaboradores que exceden su horario máximo, trastornos alimenticios y de sueño los cuales influyen directamente en su situación familiar y social y es aquí, cuando se empieza a perder la línea entre trabajo y vida personal, desarrollando también desordenes emocionales que pueden producir resultados psicológicos, sociales negativos o

alteraciones físicas que pueden desencadenar en estrés laboral, agotamiento o la depresión, siendo factores completamente desencadenantes para un suicidio.

2.2 Formulación del Problema

¿Cuáles serían los factores de riesgos laborales que influyen dentro de las empresas y que pueden conllevar a un suicidio?

2.3 Sistematización

¿Como fue el comportamiento de suicidio en Colombia en el último año en Colombia?

¿Existen datos sobre suicidio asociado al trabajo?

¿Las empresas colombianas tienen claro la importancia de la capacitación en la prevención de riesgos Psicosociales que desencadenan en suicidio?

¿Por qué deben ser estudiados los factores psicosociales laborales en el trabajo?

3. Objetivos

3.1 Objetivo General

Diseñar una guía para la prevención del suicidio para empresas colombianas, enfocándola en los riesgos psicosociales laborales

3.2 Objetivos Específicos

- Realizar un análisis documental del suicidio en Colombia en los últimos dos años, donde se logren identificar los factores de riesgo de riesgo psicosociales laborales.
- Plantear la estrategia de prevención de acuerdo a lo investigado en las metodologías internacionales que se estén usando para la prevención del suicidio.
- Diseñar los componentes específicos de la guía de prevención del suicidio en las empresas colombianas.

4. Justificación

4.1 Justificación

Cuando se habla del suicidio, se habla son todos los comportamientos de autoflagelación con desenlace mortal en un ser humano, pero estas acciones se han presentado a lo largo de la historia del ser humano dejando claro que estos comportamientos son el conjunto de acciones o expresiones de las personas, expresiones amenazantes, los mismos intentos de suicidio, hasta el suicidio como desenlace de todo esto.

Cuando se habla del suicidio y de los riesgos laborales psicosociales, es inevitable hablar del el Síndrome de Burnout, que frente a muchas literaturas hacen referencia que también se da a conocer como síndrome de aniquilamiento, el síndrome de agotamiento profesional, el síndrome de estar quemado, el síndrome de desmoralización o el síndrome del agotamiento emocional, cuando se lee lo que la Organización Mundial de la Salud dice del síndrome de Burnout, se entiende que lo considera como una enfermedad laboral que lleva en el tiempo un deterioro en la salud física y mental de las personas, donde se realizó un análisis sobre el campo de la psicología en relación con la seguridad ocupacional y a su vez el ejercicio de los psicólogos en el campo de la salud ocupacional el cual fue incorporado y reglamentado en el año 2008.

Se ha manifestado que lo más lógico de una conducta de autoflagelación o de una conducta suicida es dada por una combinación de factores de riesgo psicosociales personales y/o laborales, como los son el estrés laboral, el Mobbing y el síndrome de burnout, para tal conclusión se requiere investigarlos y analizarlos por separado, de igual forma se pudo determinar que el estrés laboral episódico y el estrés laboral crónico, son factores psicosociales laborales adicionales, siendo en el estrés crónico donde se puede desencadenar el suicidio

basados en las características personales, específicas, expectativas, aptitudes, actitudes, experiencias, creencias, pensamientos, circunstancias ambientales y los patrones de conducta.

4.2 Delimitación

4.2.1 Espacial

La investigación se realizó con la información obtenida por medios electrónicos, basados en su mayoría en datos colombianos.

4.2.2 Temporal

La investigación se llevó a cabo en los meses de septiembre del 2020 y se terminó en mayo del 2021

4.3 Limitaciones

- Investigación con un tiempo delimitado, lo cual no permite profundizar en algunas ideas.
- La situación actual de la pandemia limita los tiempos de investigación, donde el 100% debe hacerse de manera virtual y con única herramienta de investigación viable (internet).
- El cambio de tema del trabajo que se planteó originalmente, lleva a que se limite la profundización en la investigación para el desarrollo de la nueva idea.

5. Marco de Referencia

5.1 Estado del Arte

Para realizar esta investigación se consultaron deferentes fuentes tanto de nivel Nacional como a nivel Internacional, esto con el fin de evidenciar el estado actual de nuestra guía, logrando identificar más a fondo factores de riesgo psicosociales laborales para la prevención del suicidio.

5.1.1 Nacional

Título: Diagnóstico y Evaluación Comparativa De La Afectación De Los Trabajadores Del Grupo Fortezza S.A.S, Asociada Al Estrés Laboral Generado Por La Pandemia Asociada a La COVID-19 y Propuesta De Plan De Acción De Factores De Riesgo Psicosocial

Autor: Daniela Andrea Reyes Díaz, Sergio Julián Álvarez Rodríguez y Xiomara Montes Acevedo

Universidad: ECCI

Año:2021

Resumen: El resultado general de este estudio sugiere la necesidad de desarrollar a través de la gestión del talento humano, programas de observación y acciones sistemáticas de intervención para prevenir efectos perjudiciales en la salud., En términos generales el riesgo psicosocial total de la empresa se ubica en un nivel RIESGO ALTO (20%) Con un nivel de riesgo de respuesta al estrés BAJO (10%). • De los dos riesgos psicosociales evaluados, intralaborales con (22%) para un nivel de riesgo BAJO y extralaboral con (15%), con un nivel de riesgo BAJO (Reyes Díaz, D. A., Álvarez Rodríguez, S. J., & Montes Acevedo, X., 2021)

Título: Diagnóstico Inicial De Riesgo Psicosocial y Su Afectación En El Área Administrativa En La Empresa SEM.

Autor: Doris Alicia Bustos Gómez Yessica, Paola Mora Torres y Yenni Viviana Suarez Leal.

Universidad: ECCI

Año:2020

Resumen: En esta investigación se pudo concluir que los factores de riesgo psicosocial se logran evidenciar en diferentes circunstancias, y que tienen efectos en diferentes aspectos del ser humano, como por ejemplo se evidencia cuando se afecta la calidad de vida de una persona o su entorno familiar o laboral, también cuando afecta la productividad a nivel laboral, afecta se afecta el comportamiento normal y/o cotidiano y todo esto a su vez lleva a un desenlace de desmotivación e insatisfacción en el trabajo o enfermedades que afectan diferentes sistemas del cuerpo que a su vez generan estrés en el trabajo, estas enfermedades podrían ser causa de desencadenando de enfermedades o patologías que según el decreto 2566 de 2009 por el Ministerio de la Protección Social, podrían llegar a ser causa o a considerarse como enfermedades laborales. Así mismo se considera que el ser humano es indispensable en las organizaciones debido a la necesidad de las empresas de implementar estudios y análisis de riesgos psicosociales a la par de la dinámica de la compañía. (Bustos Gómez, D. A., Mora Torres, Y. P., & Suarez Leal, Y. V., 2015)

Título: Programa De Prevención De Riesgos Psicosociales En Los Trabajadores De La Empresa Automatización Integrada S.A.S

Autor: Jhersin Steven Barrera Duarte, Juan Carlos Capacho Villarraga y Liseth Andrea Valero Martinez

Universidad: ECCI

Año: 2020

Resumen: Se ve la necesidad que en las organizaciones exista la medición y vigilancia de los factores de riesgo psicosocial, enfatizando en los cambios de las áreas donde se originan a partir del diagnóstico real de las situaciones, para así poder organizar las estrategias para el programa de prevención el cual está enfocado hacia todos los trabajadores de la empresa. Se evidencia que las consecuencias de no tener las estrategias de prevención en los factores de riesgos psicosociales generan un impacto negativo, lo que afecta el desempeño y la productividad de los trabajadores y el rendimiento y excelencia de la empresa. (Barrera Duarte, J. S., Capacho Villarraga, J. C., & Valero Martínez, L. A)

Título: Propuesta De Un Programa De Prevención Terciaria Que Permita La Disminución De Conductas De Acoso Laboral En Empleados De La Sede Administrativa Del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario - INPEC De La Ciudad De Bogotá, D. C.

Autor: Laura Milena Guzmán Pinto, Manuel Felipe Quintero Guerrero, María Angélica Pedraza Rivera

Universidad: ECCI

Año: 2020

Resumen : Realizaron una investigación en el 2020 para la propuesta de un programa en prevención terciaria que permita la disminución de conductas de acoso laboral en empleados de un instituto carcelario, en esta propuesta en esta sección se presentan los resultados obtenidos tras la aplicación del Inventario de Violencia y Acoso Psicológico en el Trabajo (IVAPT-

PANDO). Sin embargo, se debe mencionar que, de un total de 52 participantes, únicamente 50 contestaron el instrumento en su totalidad, también aplicaron encuestas sociodemográficas.

(Quintero Guerrero, M. F., Guzman Pinto, L. M., & Pedraza Rivera, M. A., 2020)

Título: Programa De Vigilancia Epidemiológica Del Riesgo Psicosocial De La Universidad De La Amazonia

Autor: Liliana Bonilla Ríos, Carlos Guillermo Schmitt López

Universidad: ECCI

Año: 2020

Resumen Liliana Rios y Carlos Schmitt realizaron una investigación para el programa de Vigilancia Epidemiológica del Riesgo Psicosocial y encontraron que de acuerdo con el planteamiento del problema los factores de riesgo que tienen mayor incidencia son los que manejan un nivel de estrés de los trabajadores de la Universidad de la Amazonia son los que están dentro del trabajo, y se logra observar presente en el área administrativa como en el área operativa, buscando siempre mantener una adaptación fisiológica y psicológica en su puesto de trabajo. Con el incremento de enfermedades de tipo psicológico en los trabajadores, el Ministerio de la Protección Social expide la Resolución 2646 de 2008, mediante la cual, establece disposiciones y define responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional. Esta resolución en su artículo 10, indica que los factores de riesgo psicosociales deben ser evaluados tanto objetiva como subjetivamente y que se deben utilizar instrumentos que para el efecto hayan sido validados en el país. (Bonilla Ríos & Schmitt López, 2020)

Título: Estrategias Para La Prevención De Riesgos Psicosociales En Clínica Erasmo Ltda

Autor: Mercy Beatriz Orozco Vidal, Hasbleidy Muñoz Montenegro

Universidad: ECCI

Año: 2020

Resumen: En este estudio se habla que en una clínica del cual obtuvieron como resultado que los trabajadores que laboran en la organización, independientemente al área en la cual se desenvuelven, están expuestos a los factores de riesgo psicosociales laborales unos en menor y otros en mayor grado al estrés tanto intra como extralaboral, indicando que toda acción que se lleve dentro de la Organización debe estar enfocada a la promoción de la salud y a la prevención de la enfermedad, como a la intervención de los factores de riesgo psicosocial presentes. Se encontró que en los colaboradores de la organización en niveles de jefaturas, profesionales o técnicos existe un nivel de riesgo Psicosocial Intralaboral con casi un 25% de la población dentro de rango alto y muy alto, para cargos como operarios y auxiliares, el riesgo aumenta acorde a las pruebas a un 45%; por lo cual se esperaría una respuesta de estrés media con tendencia a aumento en esta categoría. (Orozco Vidal, M. B., & Muñoz Montenegro, H., 2020)

Título: Guía de Práctica Clínica para la prevención, diagnóstico y tratamiento de la ideación y/o conducta suicida (Adopción)

Autor: Liliana Bonilla Ríos, Carlos Guillermo Schmitt López

Entidad: Ministerio de Salud y Protección social

Año: 2017

Resumen: En este estudio se realizó una investigación por medio del instituto de Evaluación Tecnológica en Salud, donde se desarrolla una Guía de Práctica Clínica para la prevención, diagnóstico y tratamiento de la ideación y/o conducta suicida, son se llega a la conclusión que todos los planes de manejo deben estar completamente alineados con todos los

síntomas crónicos y agudos que se detallan y en los que solo se deben realizar en personas con un riesgo suicida continuo. Esta guía es muy practica ya que ayuda a los profesionales clínicos para saber si una persona presenta un riesgo mayor o nuevo que del su riesgo continuo. (Social, 2017)

Título: Prevención de riesgos laborales. El suicidio

Autor: Juan Manuel Neira Villar

Entidad: Universidad Miguel Hernández

Año: 2015

Resumen: Dentro de todas aquellas causas que favorecen dichas conductas se explica los factores que pueden ser precipitantes haciendo alusión. (Neira Villar, J. M., 2017)

Título: Riesgo Psicosocial en los Trabajadores de la Salud

Autor: Inefray Mendoza Mosquera

Universidad: ECCI

Año: 2015

Resumen: Los Factores de Riesgo Psicosocial se presentan como circunstancias que afectan la calidad de vida de las personas que los padecen, también afectan su comportamiento y su productividad, lo que lleva a una desmotivación y a sentirse insatisfecho en el trabajo, se pueden presentar los accidentes de trabajo y las enfermedades comunes que son también generadoras de estrés en el lugar de trabajo, desencadenando patologías que son consideradas enfermedades profesionales según el decreto 2566 de 2009 del Ministerio de la Protección Social. Varios estudios muestran ahora que los factores de riesgo psicosocial en el trabajo son en todo el mundo, la principal fuente de mala salud, bienestar y productividad en las empresas y está catalogado como una enfermedad profesional por el gobierno nacional. Estos se expresan

desde trastornos orgánicos, mecanismos cognitivos, conductuales, fisiológicos, y también en trastornos psicosomáticos y problemas emocionales del comportamiento debido a problemas laborales o riesgos relacionados con deberes, turnos, inestabilidad, relaciones, carga de trabajo, compensación. (Mendonza Mosquera, I., 2016)

Título: Programa de prevención de riesgos psicosociales en las áreas administrativas de medio ambiente y seguridad de las empresas CODENSA S.A. ESP Y EMGESA S.A. ESP

Autor: Kelly Mora, Cleofe Murillo, Sally Quintero

Universidad: ECCI

Año: 2016

Resumen: De acuerdo al estudio realizado, se logra ver que los colaboradores de Medio Ambiente y Seguridad están expuestos a los riesgos psicosociales tanto a nivel intra laboral como extra laborales. Dentro de los factores de riesgo intralaborales, se ven que están relacionados con la demanda o carga laboral, con los controles del trabajo, con el liderazgo con el que están expuestos y todo el tema de las relaciones personales (sociales) y de las recompensas. Mirando los factores de riesgo extra laborales que afectan a los colaboradores, están relacionados con el fuera del trabajo, la comunicación y las relaciones interpersonales, la situación económica del núcleo familiar y el tiempo del desplazamiento vivienda trabajo vivienda. (Mora Rincón, K. J., Murillo Piedra, C. N., & Quintero Miranda, S. B., 2016)

5.1.2 Internacional

Título: Diagnóstico y Propuesta De Prevención De Riesgos Psicosociales Para La Empresa Sumincogar En Quito, Durante El Año 2019.

Autor: Ana Belén Yépez Daza.

Entidad: Pontificia Universidad Católica del Ecuador.

Año: 2019

Resumen: Este trabajo tiene como objetivo principal identificar los riesgos psicosociales y el diseñar una propuesta de trabajo para conservar la salud y bienestar de los colaboradores. La importancia de esta investigación fue el diseño de un plan de prevención que permita a la empresa cumplir con las normativas legales que todas las organizaciones deben cumplir y se logra emplear como una guía para mejorar las condiciones en las que se encuentra. Esta guía fue el resultado de la aplicación de un cuestionario de evaluación de riesgos psicosociales del Ministerio del Trabajo, el cual se llevó de manera anónima, logrando identificar los riesgos psicosociales que se encuentran presentes en la organización. Con estos resultados de las encuestas se consolidó un plan de prevención para cubrir con todos los requerimientos de la empresa. (Daza & Belén, 2020).

Título: Los límites de la prevención del suicidio

Autor: Elena María Navarrete Betancort, Judit Herrera Rodríguez, Petra León Pérez

Entidad: Hospital Juan Carlos I, Las palmas de Gran Canaria

Año: 2019

Resumen: La prevención del suicidio es uno de los puntos principales y más debatiente en las políticas de salud pública que han venido creciendo y mejorándose en los últimos años. El objetivo principal de este estudio es el de realizar una postura crítica frente a las estrategias preventivas que se han manejado y los obstáculos que se dan en esta misma prevención, implementación y efectividad, también en la reflexión de las consecuencias de los actos médicos dañinos que pueden darse de las intervenciones y/o recomendaciones frente a otros puntos de vista. Por otro lado consideran necesario enfocarse en el conjunto de actividades que se enfocan

en intentar evitar, reducir o minimizar toda consecuencia negativa que ha dejado estas malas intervenciones del sistema de salud frente que buscan reducir las tasas de suicidios. Y es que los actos médicos dañinos que llega de la actividad en la salud mental conllevan a un problema de salud pública que evidencia que es el de menor estudio frente al problema del suicidio.

(Betancort, E. N., Rodríguez, J. H., & Pérez, P. L., 2019)

Título: Revisión Sistemática De Literatura Sobre Suicidio: Factores De Riesgo y Protectores En Jóvenes Latinoamericanos 1995-2017

Autor: Roy González Sancho y Maikol Picado Cortés

Entidad: Universidad Estatal a Distancia, Costa Rica

Año: 2018-2020

Resumen: Estudia a fondo sobre la investigación de los factores protectores y de riesgo de suicidio en jóvenes en varios países de América Latina. Fue un estudio de revisión sistemática de literatura y de enfoque cualitativo, donde se llegó a la conclusión que todos estos estudios se basan en los factores de riesgo y con menos intensidad de los factores protectores. Se reconoce la necesidad de estudiar más a fondo las medidas de prevención para las intervenciones en el futuro. Se habla que la familia es el primer espacio de interacciones sociales, donde se logra determinar tanto el desarrollo protector como los riesgos en los jóvenes.(Sancho, R. D. G., Cortes, M. P., 2020)

5.2 Marco Teórico

5.2.1 Suicidio

El suicidio constituye un problema de Salud Pública a escala mundial no solo a nivel Colombia.

La Organización Mundial de la Salud, realizó un estudio sobre la carga de enfermedades, en 1990, en este estudio el suicidio, junto con otras lesiones autoinfligidas, ocupa la quinta posición por su importancia en el segmento de la población entre 15 y 44 años de edad. Tanto el suicidio como con las lesiones autoinfligidas, llevaron a una pérdida total 14 645 000 vidas en el año 1990 y se cree que el número de víctimas anuales podría ascender a cerca de un millón y medio antes del año 2020.

La OMS ha hecho un llamado de atención sobre el incremento de este problema a escala mundial y enfatiza en la necesidad de iniciar un plan de educación y de afrontamiento directo y claro sobre la brecha que hay en la salud mental. (Cendales, R., Vanegas, C., Fierro, M., Córdoba, R., & Olarte, A., 2007)

5.2.2 La historia del Suicidio

La historia del suicidio inicio con trabajos que fueron inspirados por científicos solo a partir del siglo XIX. Algunos de estos científicos que dan aportes para este tema esta Durkheim, Halbwachs, Morselil, entre otros.

Según Durkheim (1897) y la escuela sociológica, quienes toman como base la interpretación del estudio estadístico, sistemático, muestran que el suicidio es un fenómeno constante, que no se puede explicar ya que son los actos individuales de cada persona que llega a esa decisión y que también es el desenlace de un conjunto de influencias en los entornos familiares, sociales o religiosas.

Según Halbwachs (1938), superponiendo a las tasas constantes de suicidios la constancia de los porcentajes de procedimientos suicidas, hace un llamado en un amplio sentido, al tipo de civilización.

Para Halbwachs, el “vacío social” que se forma al alrededor de la persona, es la única causa de la toma de decisión del suicidio, también habla que cada sociedad tiene “corrientes colectivas suicidógenas” que actúan en tres formas distintas:

- Por desintegración del grupo social (exceso de individualización): sociedad egoísta.
- Por sobre integración social (insuficiencia de individualización) suicida altruista de las sociedades primitivas.
- Por dislocación anárquica del grupo social; suicida “fatalista” cuyo interés según la escuela sociológica de principios del siglo no sería más que histórica (el caso de los esclavos). (Pulido, s. f.)

El suicidio, se encuentra en nuestra literatura desde la teoría sociológica que aparece en la obra de Morselíl (1879), donde se lleva un crecimiento a través del tiempo y una madurez en el estudio sobre el suicido realizado por (Durkheim, E., 1989) donde se habla del suicidio desde la dinámica basada en la sociedad, el cual se designa como un modelo de investigación sociológica futura, desde el momento de su publicación.

Durkheim es el padre de la sociología y estudiando a fondo los efectos que tienen las sociedades en las conductas de cada persona o individuo, logro concluir que el suicidio es el desenlace de las influencias externas y el control de esta sociedad sobre cada individuo.

Durkheim expone dos caminos para tener en cuenta: el primero es el nivel de integración social de la persona o individuo y el segundo es el grado de reglamentación social frente a los deseos individuales (Lorenc Valcarce, F., 2014).

De acuerdo a dichas investigación, se logra observar desde hace mucho tiempo que el suicidio hace parte de una cotidianidad evaluada y por consiguiente, definida como una consecuencia a una conducta de pérdida de la razón o de la salud mental.

Es por esto que el autor Durkheim, en su libro habla del tema del suicidio, aquí habla de las clases de suicidio determinadas por los médicos especialistas en enfermedades mentales, estos médicos se dedican a la investigación de las personas que están locas, que han perdido el juicio o que tienen comportamientos relacionados con los estados mencionados anteriormente, pero en particular estudiaban a los suicidios de estas personas, haciendo mayor referencia a los suicidios impulsivo o automático. (Caïs, J., Marí-Klose, M., & Miguel, J. M. D., 1999).).

La Explicación sociológica del suicidio para Durkheim, puede resumirse en el que se está frente a una situación patológica desde el punto de vista social por un exceso o una falta de integración o regulación, que lleva a un problema social el que influye en los individuos, generando unas corrientes sociales de desánimo y tristeza (externos y coercitivos) las cuales tienen una repercusión en la conciencia individual, arrastrando o favoreciendo que se tome esa decisión última de realizar lesiones autoinfligidas, dando como resultado fatal la muerte del individuo o lo que denominamos suicidio.

5.2.2.1 Tipos sociales patológicos según Durkheim. Los tipos sociales patológicos que surgen según Durkheim, son básicamente cuatro y dependen de si hay un exceso patológico o un defecto también patológico, refiriendo que hay momentos en los que esas patologías, esas carencias de integración de regulación o esas sobredosis de integración regulación, llegan a una situación patológica y de ahí es donde tenemos un problema, estas patologías están catalogadas de la siguiente manera:

5.2.2.1.1 Egoísta. La patología egoísta está dada por un déficit de integración, es el tipo de suicidio que se genera en sociedades donde las personas están solas, están aisladas, donde no hay vinculación de integración social suficiente, esta situación patológica genera una serie de condiciones sociales en las que se desprenden esas corrientes o hechos sociales de tristeza, de desánimo que hace que la persona se vea más favorecida para la práctica del suicidio.

5.2.2.1.2 Altruista. La patología altruista se da por un exceso patológico de integración de personas tan comprometidas con la sociedad que llegan a dar la vida, un ejemplo de esto son las sectas que se toman la cicuta colectivamente, por qué ha pasado un astro o un cometa, y que según su cultura o religión significa el fin del mundo o algo catastrófico, otro ejemplo puede ser como los kamikazes entregan su vida por una causa moral compartida en su sociedad, siendo un honor causarse la muerte.

5.2.2.1.3 Anómico. La patología es aquella que en las sociedades comunidades, las normas, la regulación de la vida, están muy deficitariamente establecida, como por ejemplo las crisis económicas y las guerras, donde las normas ya no tienen vigencia la regulación de la vida pierde sentido y se generan también esas corrientes sociales de desánimo que van a influir en las personas para que decidan finalmente suicidarse

5.2.2.1.4 Fatalista. La patología fatalista viene por el exceso de regulación por ejemplo, en sociedades esclavistas donde la vida está tan condicionada, donde los aspectos más mínimos son controlados. Esto genera influencia del aspecto social en la conciencia individual abocando al suicidio.

En resumen, de los cuatro tipos de suicidio según Durkheim , se puede decir que estos se basan en los excesos patológicos o déficit también patológicos en los ámbitos de la integración o de la regulación social, teniendo una situación de partida patológica en la estructura social, que genera una serie de corrientes de desánimo o tristeza, que penetra (porque son hechos sociales y por tanto tiene un poder coercitivo sobre las personas) en las conciencias individuales, llamando al desánimo y tristeza y finalmente tomando la decisión de suicidarse. (Durkheim, 1989)

También se analizaron los conceptos dados por el autor Marx quien escribe el texto sobre el suicidio en la segunda mitad de 1845, en su libro Karl Marx de aventuras de Jacques Peuchet y quien analiza el tema del suicidio, donde se refiere a las relaciones personales y el mundo privado, expone la opresión de la mujer, más en la burguesía y como esta opresión las llevaba a quitarse la vida, sin dejar a un lado y teniendo la misma importancia todos los factores que derivan de los sistemas sociales injustos y desiguales, él decía que más allá de todas las teorías filosóficas que explicaban la vida, la tarea era comprender la realidad social que emerge e influye en las vidas y que según las circunstancias el suicidio podría ser una opción completamente plausible. (Carrillo, V. E. V.,2017)

Karl Marx, dice que la realidad social, el drama de los individuos y de las angustias de las vidas privadas más allá de la clase social y del género que ejercía la burguesía en la clase proletaria, son los factores cruciales los que interfieren para toma de decisiones frente al suicidio y critica el contenido de la organización social dejándolo pasmado en su libro y el cual dice:

“¿Qué clase de sociedad es ésta, en la que se encuentra en el seno de millones de almas, la más profunda soledad; en la que uno puede tener el sedeo inexorable de matarse, sin que nadie pueda presentirlo? Esta sociedad no es una sociedad; como dice Rousseau, es un desierto, poblado por fiestas salvajes”. Él dice que tanto el hombre como la mujer,

están expuestos a los sucesos trágicos en su día a día que simplemente llevaban a un único camino “..... *a falta de algo mejor, el suicidio es el recurso más extremo contra los males de la vida privada*” (Ángel Augusto, M. L., Ely Stefanie, P. T., & Ana Belén, V. T., 2012)

5.2.3 *El suicidio en la historia*

El estudio tiene sus bases en los aspectos socio-culturales e informa sobre la forma en que se juzga, se siente y/o comprende en las diferentes épocas de la historia.

En la época antigua y en las culturas primitivas, el suicidio es aceptado en la mayoría de las sociedades. En Egipto cuenta una leyenda que se encuentra una nota de un suicida con la firma de un consejero faraónico, esto fue del siglo III A.C. Mientras tanto los Galios, Celtas, Hispanos, Vikingos, Nórdicos y Visigodos, piensan que el suicidio en la vejez es razonable, en China el suicidio es un acto de honor y lealtad mientras que en Japón siempre se da bajo una ceremonia y es motivado por expiación o por la derrota.

Por toda esta historia y actitud frente al suicidio, se definió que el suicidio es de temática legislativa y se inicia una serie de sanciones a las personas suicidas.

Galileo fue el primero en estar en desacuerdo con el suicidio y lo condeno con el deshonor no solo por atentar frente a la vida sino por cometer injusticia con la ciudad.

En Grecia la condena no es absoluta, ya que si el estado lo ordena es permitía (Vicente Muelas, N., & Ochoa Mangado, E., 2007), pero poco a poco en el camino de la historia, cada vez fue dejando de verse tan común y se empezó a ver que tienen diferentes factores que los detonan y así mismo el trabajar en ellos mismos.

5.2.4 El suicidio frente a la Organización Mundial de la Salud.

En el comunicado de prensa de septiembre de 2019 se dice que *cerca de 800.000 mil personas cometen actos suicidas al año, detrás de estos actos suicidas se encuentra que hay muchas más tentativas de suicidio también anualmente, siendo este intento de suicidio el riesgo más importante y el que se necesita trabajar inmediatamente.* (OMS, Cada 40 segundos se suicida una persona, 2021)

Se dice es que el suicidio es la tercera causa de muerte para los jóvenes entre los 15 y 19 años y que la mayoría de estos suicidios (el 79%) se da en países de ingresos bajos o medianos y los métodos de suicidio más utilizados en todo el mundo es la ingestión de plaguicidas, el ahorcamiento y las armas de fuego.

5.2.5 El suicidio como enfermedad

Según la Organización Mundial de la Salud, refiere que los suicidios son consecuencia de enfermedades patológicas como:

- Trastorno bipolar.
- Trastorno límite de la personalidad.
- Depresión.
- Dependencia de alcohol y/o otras drogas.
- Esquizofrenia.
- Estrés de la vida cotidiana, aquí podemos encontrar los problemas financieros ya sea por deudas o desempleo y/o problemas con las relaciones interpersonales.

- Agorafobia (miedo de salir a la calle) con ataques de pánico.
- Fobia social.

- Trastorno antisocial de la personalidad.

Todo esto en la mayoría de los casos genera una gran incógnita, ya que es difícil de saber con exactitud si la enfermedad mental se adquirió por consecuencia y/o existencia de un factor de riesgo psicosocial laboral, ya que todos los seres humanos no tienen la misma facilidad o capacidad de afrontar los cambios laborales o de comprender estos cambios. (Echeburúa, E., 2015)

5.2.6 La conducta Suicida

Cuando se habla de conducta suicida no es sencillo alcanzar una definición o una atribución, esta conducta suicida es anclada a implicaciones de carácter mental como psicopatológicas, las morales y las sociales ambientales.

Cuando se habla de la conducta suicida, se tiene que dejar claro que no siempre provoca lesiones físicas, o si las provoca, tienen diferentes escalas de gravedad, hasta conseguir el desenlace mortal que lleve a la muerte. Se considera que la conducta suicida es la autolesión y el gesto suicida es la conducta que tiene un gran potencial de producir lesiones autoinfligidas para que quede una evidencia, implícita o explícita, de que la persona no tiene la intención de matarse. Siempre que se presenta esta situación es claro que la persona desea utilizar estas autolesiones con la intención de morir y que esto siempre tiene alguna finalidad. Este tipo de actos pueden no generar lesiones, generar las lesiones o llevar a la muerte, esto tiene el nombre de muerte autoinfligida no intencionada.

5.2.6.1 Conducta Suicida no determinada. Esta conducta tiene un grado no determinado de la intención suicida que puede resultar sin lesiones, con lesiones presentes o con lesiones que lleven a la muerte, esto tiene el nombre de muerte autoinfligida con grado de indeterminado de intencionalidad.

5.2.6.2 Intento de Suicidio. Es una conducta con un alto grado de tener lesiones autoinfligidas pero que no tiene un resultado fatal, en esta existe la evidencia la cual puede ser implícita o explícita. Estas lesiones pueden dejar lesiones o no, sin tener relación directa con la efectividad del método.

5.2.6.3 Suicidio. Hace referencia a la muerte causada por una lesión autoinfligida, la cual tiene evidencia implícita o explícita, que la persona si tenía la intención de provocarse la muerte.

5.2.7 Elementos Desencadenantes

Los elementos desencadenantes son los sucesos desagradables o de bastante dificultad que transcurren a lo largo de la vida y que provocan sufrimiento en la mayoría de los seres humanos, algunos de estos detonante o desencadenantes que llevan a las conductas autodestructivas, son las humillaciones, las tensiones que pueden existir en las relaciones interpersonales que no se manejan adecuadamente, el aislamiento social voluntario y/o obligado, las separaciones matrimoniales y más cuando no se está a favor de esta, la pérdida del empleo, la muerte de seres queridos, las dificultades económicas, los problemas legales, como otras vivencias diarias que generan un sufrimiento, ansiedad o estrés, desencadenando las conductas suicida y más en las personas que tienen ya algunos factores de riesgo existentes.

En niños y adolescentes el acoso y/o exigencia escolar, se relaciona con la angustia y ansiedad que puede conducir en conductas suicidas. (Escudero García, M.J., 2020).

5.2.8 El suicidio en Colombia

Desde el Ministerio de Salud, se busca una armonía en las intervenciones en comunidades e individuales frente al cuidado de la salud pública (ALBERTO, P. S. J. (2006)

Afirmando que la conducta suicida es un conjunto de eventos muy complejos que afectan a poblaciones sin límite de edad o condiciones y más, cuando se ven las consecuencias para los suicidios consumados, ya que hay que trabajar fuertemente con la familia y la comunidad y sus efectos son muy duraderos.

En el país las cifras del Instituto Nacional de Salud (INS) informan que 28.615 fueron casos de intento de suicidio en el 2018, esto es 78.4 casos al día. El 63,4% de los intentos suicidas fue en el sexo femenino y el 80.5% en las cabeceras municipales y el 73.5% de estos intentos de suicidios se presentaron en personas de 10 a 29 años de esas (INS,2019) Para el año 2019 se presentaron 30.539 casos de intentos suicidios a nivel nacional.

(2020_Boletin_epidemiologico_semana_18.pdf, s. f.)

Por la parte del Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses registro para el 2018 el mayor número de las muertes causadas por suicidio en la última década, correspondiente al 10.4% de las muertes por causa externa y siendo mayor el porcentaje en hombres un 82.34%, las edades de estos suicidios que fue del 43,36% fue entre los 20 y 39 años de edad. Todos estos datos los tomamos de (*Minsalud avanza en acciones para la prevención del suicidio*, s. f., 2021) reporte del septiembre del 2021.

5.2.9 Factor de riesgo psicosocial laboral

Los factores psicosociales en el trabajo consisten por una parte en las interacciones que existen entre el trabajo, el estar satisfecho o no frente al trabajo, el medio ambiente laboral, y las condiciones de la organización y por otro lado, están las necesidades y las capacidades del trabajador, las necesidades particulares del trabajador, su entorno cultural y su situación personal fuera del trabajo, siendo todo esto manejado por las percepciones y experiencias lo que logra influir en la salud, en el rendimiento y la satisfacción del trabajo y por consiguiente en los trabajadores en sí. (Moreno, B., 2011)

Estos factores de riesgo psicosocial laborales son las condiciones que hacen daño a la salud física como a la psicológica, hacen referencia a las condiciones de trabajo que hacen exigencias distintas a las propias del trabajo, las demandas laborales, los estresores o factores psicosociales, entre estos factores está el estrés laboral que puede desequilibrar y afectar la capacidad de los trabajadores para manejar y responder adecuadamente a las demandas del trabajo; por lo tanto, estos factores son una alerta para que por parte del gobierno exista una revisión y un establecimiento de leyes para que se puedan identificar estos riesgos, se puedan evaluar, se puedan prevenir y se realice una intervención y monitoreo, a través de un conjunto de instrumentos diseñados para este fin y el compromiso de la empresa para ejecutarlo y realizar el seguimiento respectivo.

En Colombia el instrumento reglamentado y el cual es de obligación aplicar en todas las empresas colombianas, sin importar el número de trabajadores bajo la Resolución 2404 del 2019 del Ministerio de Trabajo Por la cual adopta la Batería de Instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial; la guía técnica general, está diseñada para la promoción, prevención e intervención, de los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora,

como sus protocolos específicos y se dictan otras disposiciones, también está la Resolución 2646 del 2008 del Ministerio de la protección social, por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.

Continuando con el tema de factores de riesgo, se encuentran otro tipo de factores de riesgo psicosociales laborales que se pueden calificar en:

5.2.9.1 Función de la cantidad e intensidad de las labores. Entre esta calificación se tiene en cuenta el grado de atención, tiempos y movimientos, repetitividad de la actividad y/o tarea, prima por producción, pago por hora, etc.

5.2.9.2 Tipo de actividad. Aquí se mira el contexto y entorno de la actividad o labor, cómo las dificultades para el desplazamiento, dificultad de comunicación, características del esfuerzo físico, posiciones incómodas o forzadas, el sedentarismo y en especial este presenta una fuerte asociación con problemas físicos como los circulatorios y los musculoesqueléticos sin dejar de un lado los nutricionales.

5.2.9.3 Calidad y la certidumbre del trabajo. Aquí se puede hablar sobre la falta de capacitación para la realización del trabajo con eficacia y calidad, falta de claridad de la tarea, responsabilidad de la seguridad del personal a cargo, el resultado del trabajo del equipo y por supuesto, la seguridad de mantener el empleo.

5.2.9.4 El conflicto del rol. Son aquellas demandas que surgen cuando el trabajador no desea hacer, llevándolo a tomar decisiones no tan claras ni tan rápidas frente a la labor a desarrollar.

5.2.9.5 El Control del trabajo. Aquí se pretende conocer las habilidades destrezas desarrolladas para la labor, también la creatividad y el aprendizaje de los nuevos conocimientos que exigen tomar decisiones y tener un ritmo continuo para decir cómo se realiza el trabajo. Estos factores son generadores de estrés laboral dentro de cualquier compañía, dejando el riesgo psicosocial totalmente expuesto si no se atacan directamente. (Martínez Alcántara, S., & Hernández Sánchez, A., 2005).

En la actualidad se han generado modificaciones en especial en la instituciones universitarias, donde se han dado a conocer nuevos riesgos psicosociales que impactan la salud mental de los docentes, desviándose el síndrome de burnout como factor de riesgo psicosocial, se identifican algunos factores de riesgo que lideran el desarrollo y prevalencia del síndrome de burnout, se realizó el estudio en países de América Latina como los son Colombia, México, Argentina, Venezuela, se puede deducir que aspectos de la organización como la sobrecarga laboral, el estrés laboral, multiplicidad de tareas, espacios inadecuados, malas condiciones, espacios inadecuados, falta de tiempo, falta de motivación, poca remuneración entre otras fuentes que pueden conllevar al posterior desarrollo y prevalencia del síndrome en dicha población. (Álvarez, C. C. B., 2012)

5.2.10 El síndrome de burnout

La palabra Burnout, se traduce como el síndrome de estar quemado, y se da principalmente en los profesionales de la salud, en trabajos que tienen contacto directo con los usuarios (la función principal es desempeñar ayuda) como atención al servicio público, manteniendo un contacto constante y directo con los beneficiarios del trabajo, siguiendo esta línea encontramos labores como las de los docentes, asistentes sociales, psicólogos, funcionarios

de prisiones, abogados, pero también se ha visto en otros sectores por el nivel de monotonía y de repetición como son las áreas de los trabajos creativos como lo son los escritores, artistas, investigadores, también se ve deportistas y el ser ama de casa etc.

El síndrome de burnout es considerado por la comunidad científica como la agrupación de signos y síntomas que siempre están permanentes y que desencadenan una patología, otros científicos como GIL-Monte (2005) dice que se debe entender como una forma de acoso psicológico o psicosocial, siendo la respuesta a los estresores crónicos laborales. (Quiceno, J. M., & Alpi, S. V., 2007)

Moreno y Peñacoba (1999) realizan la diferenciación frente al estrés y al burnout, ya que el burnout no se identifica con la sobrecarga del trabajo, el exceso del trabajo no provoca si más el burnout; de la misma manera un trabajo escasamente estresante, pero desmotivante puede llevar al burnout. Desde esa perspectiva el burnout no es un proceso asociado a la fatiga, sino a la desmotivación emocional y cognitiva que sigue al abandono de interés que en un determinado momento fueron importante para el sujeto. (Quiceno & Alpi, s. f.)

Vemos con facilidad que se confunde el síndrome de Burnout con el estar quemado con el trabajo, el que no le guste o que quiera cambiar, se logra asociar a la insatisfacción laboral, con desmotivación, esta quemado en el trabajo porque no hay remuneración salarial adecuada, porque es muy monótona la labor y no se ve posibilidades de mejoría, pero desde el punto de la prevención de riesgos laborales, hay diferentes riesgos psicosociales, el estrés, la insatisfacción laboral, la desmotivación, el no estar a gusto o satisfecho, pero también está el burnout que se caracteriza por altos niveles de cansancio emocional, la despersonalización como mecanismo de

afrentamiento defensa y la baja realización personal y profesional como consecuencias finales, por lo tanto, si hay diferencias importantes.

5.2.11 El estrés laboral

Para la OIT, el estrés laboral es una respuesta dañina del organismo tanto física como emocional que se causa por la falta de equilibrio entre las exigencias que se observan frente a los recursos y capacidades de la persona para poder hacer frente a estas exigencias.

El estrés laboral, se relaciona con la forma en la que se organiza y diseña el trabajo y con las relaciones que se pueden generar en el día a día, el papel en la organización, el desarrollo profesional, autonomía en la toma de decisiones, control, adicionalmente no se debe dejar a un lado las exigencias de la labor, las cuales no deben exceder las capacidades físicas y mentales de los que las ejecutan. (*Noguera Martínez, K. A., & Puerres Almeida, D. S., 2021*).

5.2.12 Mobbing laboral

El nombre Mobbing o mejor conocido como acoso laboral es algo que afecta a un gran porcentaje de la población dependiente laboralmente. Se habla que es cuando el personal se encuentra aislado de la misma compañía, hay humillaciones por parte de los directivos o los mismos compañeros ya sean iguales o inferiores y amenazas, sin ser capaces de encontrar solución a esto. (*Romero-Pérez, J. E., 2006*)

Se consideran 6 tipos de mobbing laboral o acoso laboral:

5.2.12.1 Según la posición jerárquica. Dependiente la posición jerárquica este mobbing está dividido en dos:

- **Mobbing horizontal.** Hace referencias a compañeros de la misma línea de mando o rango jerárquico (compañeros). Algunas de las causas de este tipo horizontal son de querer que los trabajadores se acoplen a las normas, por no tener buenas relaciones entre sí, por querer atacar al más débil o por aburrimiento o falta de tareas para ejecutar.
- **Mobbing vertical.** Aquí es donde entra el acoso según la jerarquía y no simplemente de mayor a menor jerarquía, también es muy común que se dé menor a mayor dando el nombre respectivo de Mobbing ascendente y Mobbing descendente o bossing.

5.2.12.2 Según el objetivo. Esto va en función de los objetivos de la persona que realiza el acoso y se puede clasificar de diferentes maneras:

- **Mobbing estratégico.** Es una estrategia generalmente de la empresa, para que la persona que está resultando afectada decida terminar su contrato voluntariamente y así se evitan cancelar las indemnizaciones concernientes a la ley en el caso que se despidiera.
- **Mobbing de dirección o gestión.** Esto se da generalmente desde la dirección de la empresa, puede ser porque es un trabajador poco sumiso, porque quieren llegar a situaciones de esclavismo laboral o simplemente porque el trabajador no se ajusta a las expectativas del jefe.

- **Mobbing perverso.** Este tipo no tiene que ver con ningún objetivo empresarial, simplemente se da por causas de personas que realizan el Mobbing por tener una personalidad manipulativa y hostigadora.
- **Mobbing disciplinario.** Es cuando la empresa quiere que un trabajador encaje en una especie de molde de la misma organización y que cuando el trabajador no lo hace autónomamente será castigado.

En las empresas se puede dar un o varios tipos de mobbing. (*Los 6 tipos de mobbing o acoso laboral*, 2016)

5.2.13 Karoshi o muerte por trabajar en exceso.

Karoshi es una palabra de origen japonés que tiene un significado muy particular “muerte por exceso de trabajo”, y hace referencia cuando un trabajo demanda muchas horas de trabajo, acompañadas por alta tensión asociadas a cargas sociales externas, como lo son el estrés, el gran porcentaje de tensión laboral, pocas horas de descanso que llevan a una condición psicológica agravada y que puede conducir hacia el Karoshi (*La Salud Mental – Estructplan*, s. f.)

5.3 Marco Legal

Resolución 1016 de 1989 Ministerio de Trabajo y Seguridad Social Por la cual se reglamenta la organización, funcionamiento y forma de los Programas de Salud Ocupacional que deben desarrollar los patronos o empleadores en el país.

Ley 1010 de 2006 Prever mecanismos en el reglamento de trabajo para prevención de las conductas de acoso laboral y establecer un procedimiento interno, confidencial, conciliatorio y efectivo para superar las que ocurran en el lugar de trabajo (3 meses de plazo).

“Resolución 1401 del 2007, “Por la cual se reglamenta la investigación de incidentes y accidentes de trabajo”

Resolución 2646 de 2008 Ministerio de la protección social Por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.

Ley 1010 del 2010 Congreso de la República Por medio de la cual se adoptan medidas para prevenir, corregir y sancionar el acoso laboral y otros hostigamientos en el marco de las relaciones de trabajo.

Ley 1562 del 2012, “Por la cual se modifica el sistema de riesgos laborales y se dictan otras disposiciones en materia de salud ocupacional”

Resolución 1356 de 2012 Por la cual se modifica parcialmente la resolución 652 de 2012. Ampliar el plazo establecido para la conformación del comité de convivencia

Resolución 1356 del 2012 del Ministerio de Trabajo por la cual se modifica parcialmente la Resolución 652 de 2012.

Resolución 652 del 2012 del Ministerio de trabajo por la cual se establece la conformación y funcionamiento del Comité de Convivencia Laboral en entidades públicas y empresas privadas y se dictan otras disposiciones.

Resolución 2404 del 2019 del Ministerio de Trabajo Por la cual adopta la Batería de Instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial, la guía técnica general para la promoción, prevención e intervención, de los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora y sus protocolos específicos y se dictan otras disposiciones.

6. Marco metodológico

6.1 Tipo de Investigación

Dado que el objetivo del estudio fue diseñar una guía para la prevención del suicidio en empresas colombianas con enfoque en los riesgos psicosociales laborales, la investigación fue descriptiva debido a las revisiones documentales encontradas y existentes sobre la problematización.

De acuerdo con Grajales Tevmi los estudios descriptivos buscan desarrollar una imagen o fiel representación (descripción) del fenómeno estudiado a partir de sus características. Describir en este caso es sinónimo de medir. Miden variables o conceptos con el fin de especificar las propiedades importantes de comunidades, personas, grupos o fenómeno bajo análisis. .

(Grajales, T., 2000)

6.2 Paradigma o enfoque

El enfoque de la investigación es cualitativo, ya que se recolectan datos sobre los factores de riesgo psicosocial laboral, que pueden llegar a llevar a una persona a tomar la decisión de realizar autolesiones mortales desencadenando un suicidio.

El paradigma de la investigación es el hermenéutico debido a que la hermenéutica está basada en el estudio de fenómenos del comportamiento humano haciéndolo un paradigma que va

en línea con nuestra investigación y la cual comprende el estudio a nivel psicológico y psicosocial de la población

6.3 Método

De acuerdo al tema de investigación del proyecto el método que permite acercarse al resultado es el método deductivo, ya que este método siempre parte de la explicación inicial o de una hipótesis y luego llegan a las conclusiones particulares que a su vez serán comprobadas experimentalmente.

6.4 Fuentes de Información

6.4.1 Fuentes Primarias

La fuente primaria, es toda la información encontrada en la red, con referencia a la historia del suicidio, frente a los factores de riesgo psicosociales y más, enfocando en la parte de riesgos psicosociales laborales, estudios y estadísticas de empresas gubernamentales colombianas como lo son El Departamento Administrativo Nacional de Estadística – DANE - y El Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. Esta información se ve reflejada en estadísticas, investigaciones y estudios con los conceptos del riesgo psicosocial y su relación directa o indirecta con el suicidio.

6.4.2 Fuentes Secundarias

Para las fuentes secundarias se cuenta con trabajos consultados de la universidad ECCI y artículos nacionales e internacionales de otras Universidades, con esto se cuenta con información

confiable y certificada. Adicionalmente se toma toda la Normatividad Colombiana frente a los riesgos psicosociales desde sus inicios hasta la actualidad.

6.5 Población

La población en estudio de este proyecto está enfocada en el personal de las empresas colombianas, desde las pequeñas, medianas hasta las grandes empresas; en este personal se debe incluir, desde el personal operativo (más bajo nivel de escolaridad), hasta el más alto nivel directivo y desde el micro empresa hasta la multinacional.

6.6 Muestra

Para las muestras se eligieron 15 documentos entre investigaciones y documentos, los cuales tienen como característica principal el tema del suicidio como accidente laboral y su manejo del tema en el presente, esto permite ampliar los conceptos relacionados con el tema principal, aportando la información y datos reales, sobre la situación actual de la problemática.

6.7 Criterios de Inclusión

Toda la información relacionada con las estadísticas del suicidio en artículos en investigaciones encontradas en idioma español y con un periodo de tiempo menor a 3 años.

6.8 Criterios de exclusión

Artículos encontrados en otros idiomas y con años superiores a 3 años, así mismo toda aquella información que no se logró evidenciar las estadísticas del suicidio.

6.9 Instrumentos

Para la recolección de datos se utilizó la técnica de Observación directa, la cual fue empleada para lograr el respectivo análisis del tema por medio de toda la documentación consultada en la red sobre los temas de suicidio, su historia y de los factores de riesgo psicosociales laborales que pueden desencadenar en lesiones auto infligidas y que con llevan al “suicidio”.

6.10 Fases

6.10.1 Fase 1

Realizar un análisis documental del suicidio en Colombia en los últimos dos años, donde se logren identificar los factores de riesgo de riesgo psicosociales laborales.

Se realizó una búsqueda de toda la información relacionada con el suicidio, su historia, como a través del tiempo paso de ser de algo visto como natural y aceptable, a un acto, que tenía que ser juzgado y ser tratado en la salud pública mundial, mediante las políticas de prevención de la enfermedad mental y promoción de la misma.

De igual manera, se logró analizar los datos de suicidio que informa la OMS, como los datos de las entidades gubernamentales de Colombia en los últimos años (INS, DANE y Medicina Legal).

Finalmente se hondaron en los diferentes factores de riesgo psicosociales laborales que están presentes en el día a día y como ellos pueden inducir a las conductas suicidas, en los diferentes artículos científicos encontrados en internet

6.10.2 Fase 2

Plantear la estrategia de prevención de acuerdo a lo investigado en las metodologías internacionales que se estén usando para la prevención del suicidio.

Como estrategia de prevención evidenciada en el análisis de la documentación internacional consultada, y del manejo del tema del suicidio como consecuencia psicosocial a nivel internacional, se logró evidenciar que Chile cuenta con planes estratégicos muy desarrollados en el tema, permitiendo adoptar la medida de atención de primera línea la cual nos permitirá la identificación temprana de conductas suicidas .

6.10.3 Fase 3

Diseñar los componentes específicos de la guía de prevención del suicidio en las empresas colombianas.

Se diseña una guía basada en las experiencias laborales en el área, y en la investigación documental encontrada, en el desarrollo de la guía se contempla los temas más importantes, considerando que esta guía es para sensibilizar la situación del suicidio en las empresas colombianas, y que esta guía pueda aportar al desarrollo de mejoras continuas dentro de la organización.

Se contemplaron temas como datos y conceptos específicos, factores de riesgo, factores protectores, la intervención de la organización como trabajo y apoyo en el diseño de actividades de apoyo.

6.11 Cronograma

Imagen 1. Cronograma del Proyecto

ACTIVIDAD	2020-2021									
	Ago	Sept	Oct	Nov	Dic	Ene	Feb	Mar	Abril	Mayo
Recopilación de información para la propuesta de investigación	x									
Construcción del planteamiento del problema objetivos y justificación	x						x			
Revisión de Bibliografía		x					x			
Construcción de marco teórico y conceptual		x	x	x				x		
Delimitación - Limitaciones							x			
Estado de Arte								x		
Marco Legal								x		
Diseño y aplicación de la metodología								x		
Análisis e interpretación de resultados									x	
Sustentación propuesta de investigación										x

Nota: Fuente: Propia

7. Resultados

Para determinar los resultados de esta investigación se toma como base la información recolectada con el fin de identificar los factores de riesgo psicosociales que se puedan presentar en el ambiente laboral, La organización Mundial de la Salud en un comunicado del año 2019 donde informa que cerca de 800.000 mil personas cometen acto suicidas al año, detrás de estos actos suicidas se encuentra que hay muchas más tentativas de suicidio también anualmente, siendo este intento de suicidio el riesgo más importante y el que se necesita trabajar inmediatamente, de acuerdo a lo anterior entramos a verificar que tipos de riesgos son los que se deben identificar al momento de investigar una conducta suicida así como los actos que podrían conllevar a un desorden emocional que desencadene en un suicidio en el ambiente laboral.

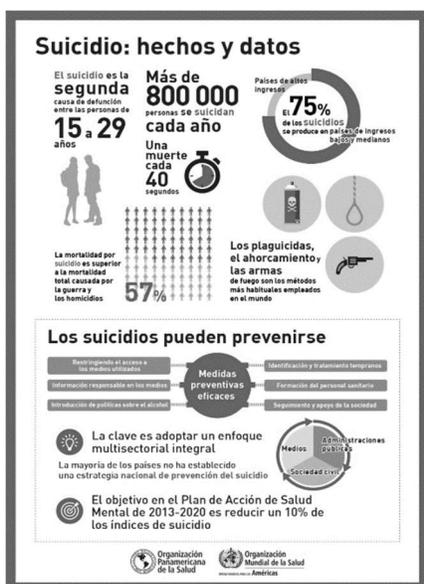
Para analizar los resultados es pertinente seguir con las preguntas sistematizadas de esta investigación ¿Como fue el comportamiento de suicidio en Colombia en el último año? La Organización Mundial de la Salud realizo un estudio donde se podía proyectar que para el 2020, el suicidio aumentaría en más del 50% considerando que es un problema de salud pública que se presenta sobre todo en jóvenes donde día a día se viven más tragedias a causa del suicidio, este fenómeno que esta próximo a alcanzar los 1,53 millones de muertes (González, 2007, p. 182). Es por esto que se requiere dar prioridad a la necesidad de tomar acciones que aborden directamente esta problemática social y a su vez laboral, integrando medidas de conciencia, capacitación y prevención de manera oportuna en los factores de riesgo orientadas a la prevención del suicidio, de acuerdo a los resultados en el año 2011, en el territorio nacional se realizaron 1.889 necropsias médico-legales con altas probabilidades de muerte por suicidio, realizadas por profesionales especializados peritos del Instituto Nacional de Medicina Legal y

Ciencias Forenses o por médicos de todo el territorio nacional, es decir que obtuvo un aumento de 25 casos (1,3 %) en comparación con el año anterior es decir que según la proyección para el año 2020, teniendo como estrategia controlar los suicidios en Colombia como un problema de salud público.

Después de realizar una búsqueda de información de los últimos dos años en Colombia cabe aclarar que a partir del año 2020 se establecen Boletines Semanales Epidemiológicos por la pandemia que actualmente nos encontramos atravesando a nivel mundial los cuales no se tienen en cuenta para esta investigación dado que cambia considerablemente el foco de la investigación está por determinar los siguientes datos.

- La Organización Mundial de la Salud (OMS) más de 800.000 de personas mueren cada año por suicidio, siendo la segunda causa de fallecimientos entre personas de 15 a 29 años de edad, lo cual es preocupante si tenemos en cuenta el rango de edad en que el se presentan estos comportamientos.

Imagen 2. Datos según la OMS



Nota: Tomada de (OMS | Datos y cifras sobre el suicidio, s. f., 2021)

De acuerdo a la OMS donde se dice es que el suicidio es la tercera causa de muerte para los jóvenes entre los 15 y 19 y que la mayoría de estos suicidios (el 79%) se da en países de ingresos bajos o medianos y los métodos de suicidio más utilizados en todo el mundo es la ingestión de plaguicidas, el ahorcamiento y las armas de fuego, en el año 2020 en los dos sexos se evidencia que disminuye en la tasa de intento de suicidio en la población menor de 19 años, y aumenta en los grupos de 40 a 44 años de edad, Hoy en día dentro de las empresas colombianas se tiene en cuenta la formulación de un plan de prevención, para la prevención de la conducta suicida, donde de acuerdo a los Boletines Epidemiológicos Semanales se puede evidenciar que se disminuye considerablemente la incidencia de los intentos de suicidio en el país, a partir de la semana 12 de 2020, al mismo tiempo con las medidas sanitarias y de prevención como lo son el aislamiento preventivo COVID-19 una pandemia que ha generado varias secuelas a nivel emocional, Los factores de riesgo psicosocial, los factores que conllevan a un suicidio y los mecanismos importantes del intento de suicidio se comportan de la misma manera que en años anteriores a la pregunta, la estrategia de prevención de acuerdo a lo investigado en las metodologías internacionales que se estén usando para la prevención del suicidio por medio de la capacitación, divulgación y sensibilización en los factores de riesgo psicosociales así como en la prevención de suicidios en el ambiente laboral para lo cual se desarrolló una Guía para la prevención del suicidio en las empresas colombianas.

En la investigación realizada de los riesgos Psicosociales laborales que pueden llevar al suicidio, y como se anotaron arriba, se pudo encontrar algunos datos tanto por el DANE como por Medicina Legal, las edades en las que se presentaron más suicidios fueron en las edades de productividad laboral que se encuentran entre los 18 y 64 años, el DANE muestra el dato que en

la edades entre 15 y 44 años se presentaron 1.294 suicidios en Hombres y 351 suicidios en mujeres; mientras que medicina legal arroja datos similares de 1496 suicidios en Hombres y 314 suicidios en Mujeres. Estos datos no arrojan mayor información sobre los factores de riesgo psicosociales laborales que pudieron llevar a que estas personas tomaran esta decisión de realizar estas lesiones auto infringidas intencionalmente (suicidas), pero en el mismo cuadro de medicina legal encontrada en (*Cifras de Lesiones de Causa Externa - Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses*, s. f.-a) en el numeral 2. información preliminar de lesiones fatales de causa externa en Colombia, enero a diciembre 2020, se logran ver las causas de esta lesiones, entre las causas que podemos relacionarla con los factores de riesgo psicosociales laborales encontramos el Bulling, económicos (mal remuneración), las enfermedades físicas mentales (las que se pueden agudizar si no se realiza un programa de riesgo psicosocial adecuado dentro de la empresa donde se identifiquen a tiempo), maltrato físico “sexual-psicológico”, las orientaciones sociales diversas, víctimas de hostigamiento, pero aquí mismo se encuentra una causa muy importante y es la causa Laboral, aunque es un porcentaje bajo frente al total del año, se encuentran 7 casos de suicidio en hombres y 2 en mujeres, lo que indica que cada vez el suicidio por riesgo psicosocial laboral está teniendo mayor importancia y se está logrando tipificar como una causa o razón de suicidio en Colombia.

En Colombia la tendencia al suicidio se ha basado en personas cuyo estrés psicosocial es alto. En la actualidad, debido a la competitividad empresarial que se manifiesta en las compañías y así mismo a sus expansiones, aumenta también el ritmo laboral individual, elevando igualmente factores que eleven los índices de estrés laboral. El producto de estas descripciones es lo que se conoce actualmente como “Suicidio laboral”, sin embargo, se ha evidenciado que este último acto se realiza justo en el momento en que el individuo rompe la cordura, situación

que se puede generar dentro o fuera del área laboral; esto se da por la interacción de muchos factores propios del trabajo, como los conflictos familiares o de las personas.

En 2008, el Ministerio de la Protección Social expide la Resolución 2646 la cual obliga a las empresas colombianas a realizar anualmente una valoración psicosocial a los trabajadores, se definen responsabilidades en la identificación del riesgo, su evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente mientras este expuesto a los factores de riesgos psicosociales

Con base a lo anterior se identificó que el punto esencial en el tema es la prevención, por esa razón se diseñó dentro de una estrategia de promoción de la salud mental, la guía informativa y/o preventiva, descrita como **“Guía para la prevención del suicidio en ambientes laborales”**, la cual identifica los diferentes factores de riesgos psicosociales laborales hallados, con el fin de dar un entendimiento general frente a los mismos, dando una interiorización al trabajador y así facilitando a su aceptación y actuación eficaz cuando se identifique estar expuesto a distintos factores brindando las herramientas necesarias para poder actuar asertivamente, como disminuir el tiempo de aceptación y acudir a ayuda especializada oportunamente.

Las empresas colombianas deben realizar capacitaciones preventivas frente a temas de salud mental enfocadas en estos factores de riesgos psicosociales laborales, sean de forma presencial o virtual, deben ser didácticas y con un alto nivel de participación de todos los trabajadores para que se pueda tener alta participación y un nivel adecuado de entendimiento frente a todo el tema.

Dentro de los temas a tratar en dichas capacitaciones se debe incluir:

- Conocimientos básicos e históricos del suicidio.
- Sensibilizar a los trabajadores en temas relacionados con la salud mental.

- Capacitar en los diferentes riesgos psicosociales laborales existentes y como tener una adecuada identificación, intervención temprana de signos y síntomas y como estos pueden llevar a tomar la decisión de un suicidio.
- Realizar una evaluación sobre el reconocimiento de los riesgos psicosociales.
- Entrega de guía preventiva para su interiorización y trabajo a nivel interno de las empresas colombianas.
- Promover hábitos de vida física y emocional saludables.

El programa de salud mental en las empresas es necesario y dependerá del éxito de las capacitaciones, para ello se ha definido dedicar como mínimo una hora mensual, para dar cumplimiento a la temática. Al llegar al final de esta se da entrega de la guía para la prevención del suicidio en ambientes laborales, la cual consta del siguiente contenido:

- ¿Por qué esta guía? Con la finalidad de guiar, sensibilizar y educar las direcciones organizacionales con respecto a la gestión del riesgo psicosocial y sus respectivas consecuencias se realiza esta guía, como parte de la detección primaria de las ideaciones y con conductas suicidas.

- Rol de los ambientes laborales en la prevención del suicidio, las organizaciones intervienen activamente en el proceso de construcción de la guía ya que está diseñada para dar apoyo en la detección temprana de posibles trastornos que pueden llegar a ser intervenidos oportunamente, mostrando en la guía formas concretas e intervenciones positivas para mitigar el riesgo.

- Conceptos y datos sobre el suicidio, el tema de suicidio desde el inicio de la historia siempre fue manejado bajo un concepto más religioso que de salud, es por esto que en el auge actual se empieza a dar más relevancia a la situación, interviniendo entes como la OMS generando estados de alerta mostrando las cifras mundiales anualmente, del comportamiento e índice del suicidios a nivel mundial.

- Los Factores protectores, tratados en la guía son desarrollados para comprensión general de las organizaciones y se espera que por medio de estos factores se logre desplegar un nivel de conciencia general que permita la intervención y detección pronta, factores como comunicación asertiva, trabajo en equipo e intervenciones profesionales son los factores que se evidencian en guía. .

8. Costos

Los costos de este proyecto investigativo se relacionan a continuación:

Tabla 1 Tabla de costos del Proyecto

Recursos/Materiales	Participante 1	Participante 2	Participante 3	Total del Costo
Papelería	#35.000	\$30.000	\$45.000	\$110.000
Computador	\$400.000	\$0.0	\$0.0	\$400.000
Internet	\$30.000	\$45.000	\$50.000	\$125.000
Costo de llamadas	\$45.000	\$50.000	\$45.000	\$125.000
Datos de celular	\$45.00	\$35.000	\$45.000	\$125.000
Tiempo costo hora	140 horas	140 horas	140 horas	\$67.200.000
	\$22.400.000	\$22.400.000	\$22.400.000	
Luz	\$50.000	\$50.000	\$50.000	\$150.000
Total	\$23.005.000	\$22.610.000	\$22.635.000	\$68.250.000

Fuente: Propia

Tabla 2 Tabla de costos para la empresa si no implementa la guía preventiva

Costos aproximados por no implementar la guía y se presenten enfermedades con desenlaces mortales (suicidio)					
	# de días al mes	Costo hora	Horas al mes	Total al año	Costo al año
Asesoría de abogados	N/A	\$180.000	8	6 horas al año	\$17.280.000
Incapacidades medicas	10	\$100.000	80	960 horas	\$96.000.000
Operativos Vs Directivos		\$200.000			\$192.000.000
Costo total caso Directivo					\$113.280.000
Costo total caso Operativo					\$130.560.000

Fuente: propia

9. Conclusiones

A manera de conclusiones y después de realizar una investigación detallada del comportamiento del suicidio como accidente laboral en Colombia se enfocó en el cumplimiento de los objetivos y la problemática planteada teniendo en cuenta las investigaciones realizadas previamente a este trabajo así como los datos de las organizaciones como el Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses y la OMS los resultados obtenidos muestran como el suicidio cada día es más participe en la organizaciones así como la identificación de los factores de riesgo asociados en el día laboral, para ello concluimos que es necesario reforzar el enfoque en salud mental y mitigación de la exposición al factor riesgo psicosocial desde un enfoque pedagógico e informativo que permita desarrollar mentes sanas desde el concepto del suicidio y como prevenirlo.

Los factores de riesgo psicosociales son un tema principal en la Seguridad y Salud en el Trabajo ya que la salud es un estado completo físico y mental por ello es importante incorporar en los programas de capacitación laboral herramientas como guías para la prevención del suicidio en ambientes laborales, reconociendo la importancia que se requiere al abordar este tema tan sensible para la cultura colombiana, a su vez garantizar desde los derechos del trabajador hasta el clima laboral al interior de la organización, la exposición al riesgo psicosocial, hasta el análisis de las consecuencias que pueden conllevar el no llevar a cabo medidas de prevención recomendadas por investigadores profesionales en el área.

Se puede concluir que los suicidios en Colombia son situaciones que se desencadenan desde ámbitos personales, familiares, sociales y como resultado de esta investigación también

laborales que confrontan al trabajador a una realidad de salud mental como lo es situaciones de estrés, depresión, acoso entre otros factores que se pueden relacionar con la decisión de suicidarse en las personas.

Según los resultados e investigaciones encontradas se puede concluir que el tema de la salud mental en Colombia no cuenta con las estrategias y bases necesarias para intervenciones eficaces que logren mitigar e intervenir a tiempo las consecuencias desarrolladas por los trastornos mentales, trasladando dicha situación a las organizaciones que sin duda alguna requiere de intervención rápida demostrando que los colaboradores son una fuente importante de intervención, que logrando una sinergia de trabajo en equipo nos permitirá tomar acciones y tener conciencia de la importancia del control e implementación de factores protectores.

Luego de finalizada la investigación se puede afirmar que el proceso de integración emocional de los colaboradores es de suma importancia, ya que la salud mental seguirá estando vinculada directamente con rendimiento, productividad y control de ausentismo, este proceso de integración se lograra identificar en lo seguimiento a los riesgos psicosociales evaluando la de forma periódica el resultado de la misma.

10. Recomendaciones

Antes de la implementación de la guía es necesario la evaluación de los riesgos psicosociales que están expuestos los trabajadores, realizando encuestas que abarquen los temas de competencias profesionales, carga laboral, horarios, funciones, ambiente laboral, remuneración, etc.

De acuerdo a los resultados de las encuestas aplicadas, se debe reforzar en capacitaciones puntuales y más en aquellos temas que se observan los niveles altos frente a los riesgos psicosociales laborales.

Esta guía se debe implementar con el acompañamiento de la ARL de cada empresa en su programa de riesgos Psicosociales y con supervisión continua del coordinador del Programa de Seguridad y Salud en el Trabajo de cada empresa. Esta implementación debe realizarse por medio de una capacitación puntual y en lo posible con pocos miembros de equipo para que logre ser lo más individualizada posible, logrando una interiorización más profunda en cada trabajador. Serán necesarias varias charlas de implementación.

Realizar seguimiento de los aspectos importantes o que arrojaron alerta durante la socialización en lo posible con cada trabajador en particular, llevando tanto los seguimientos médicos como el psicológico, dependiendo el caso.

11. Referencias

Alvarez, C. C. B. (2012). Riesgo psicosocial intralaboral y “burnout” en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. *Cuadernos de administración*, 28(48), 118-133.

Ángel Augusto, M. L., Ely Stefanie, P. T., & Ana Belén, V. T. (2012). *Análisis teórico de los supuestos de Karl Marx para la instauración de un régimen socialista en la unión de Repúblicas Socialistas Soviéticas, China y Chile* (Bachelor's thesis).

Barrera Duarte, J. S., Capacho Villarraga, J. C., & Valero Martínez, L. A. (2020). Programa de prevención de riesgos psicosociales en los trabajadores de la empresa Automatización Integrada SAS.

Betancort, E. N., Rodríguez, J. H., & Pérez, P. L. (2019). Los límites de la prevención del suicidio. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 39(135), 193-214.

Bonilla Ríos, L., & Schmitt López, C. G. (2020). Programa de vigilancia epidemiológica del riesgo psicosocial de la universidad de la Amazonia.

Bustos Gómez, D. A., Mora Torres, Y. P., & Suarez Leal, Y. V. (2015). Diagnóstico inicial de riesgo psicosocial y su afectación en el área administrativa en la empresa SEM.

OMS | *Cada 40 segundos se suicida una persona* Recuperado 16 de mayo de 2021, de <https://www.who.int/es/news/item/09-09-2019-suicide-one-person-dies-every-40-seconds>

Carrillo, V. E. V. (2017). El suicidio desde Platón y Karl Marx. Dos visiones distintas ante un mismo problema filosófico. *Versiones*, (12).

Cendales, R., Vanegas, C., Fierro, M., Córdoba, R., & Olarte, A. (2007). Tendencias del suicidio en Colombia, 1985-2002. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 22, 231-238.

Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses, *Cifras de Lesiones de Causa Externa—Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses*, 16 de mayo de 2021, <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-de-lesiones-de-causa-externa>

Codigo Sustantivo del Trabajo Colombia.pdf. (s. f.), 05 de agosto de 1950, CST. 1-165
Recuperado 16 de mayo de 2021, de <https://www.ilo.org/dyn/travail/docs/1539/CodigoSustantivodelTrabajoColombia.pdf>

Vicente Muelas, N., & Ochoa Mangado, E. (2007). *Consideraciones sobre el suicidio: Una perspectiva histórica*.

Yépez Daza, A. B. (2020). *Diagnóstico y propuesta de prevención de riesgos psicosociales para la Empresa Sumincogar en Quito, durante el año 2019 (Bachelor 's thesis, PUCE-Quito)*.

Durkheim, E. (1989). *El suicidio* (Vol. 37). Ediciones Akal.

Echeburúa, E. (2015). Las múltiples caras del suicidio en la clínica psicológica. *Terapia psicológica*,

Escudero García, M. J. (2020). Reconocimiento legal del suicidio como accidente laboral.

ALBERTO, P. S. J. (2006). La Salud Mental. *Psicología*.

Lorenc Valcarce, F. (2014). *Émile Durkheim y la teoría sociológica de la acción*. *Andamios*, 11(26), 299-322.

García-Allen, J. (2019). *Los 6 tipos de mobbing o acoso laboral*. *Psicología y*.

Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Entorno*, (70), 110-120.

Martínez Alcántara, S., & Hernández Sánchez, A. (2005). Necesidad de estudios y legislación sobre factores psicosociales en el trabajo. *Revista cubana de salud pública*, 31(4), 0-0.

Minsalud avanza en acciones para la prevención del suicidio. (s. f.). Recuperado 16 de mayo de 2021, de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Minsalud-avanza-en-acciones-para-la-prevencion-del-suicidio-.aspx>

Mora Rincón, K. J., Murillo Piedra, C. N., & Quintero Miranda, S. B. (2016). Programa de prevención de riesgos psicosociales en las áreas administrativas de medio ambiente y seguridad, de las empresas Codensa SA ESP y Emgesa SA ESP.

Moreno, B. (2011). Factors and occupational psychosocial risks: concept, history and current changes. *Medicina y seguridad en el trabajo*, 1-19.

Mendoza Mosquera, I. (2016). Riesgo psicosocial, en trabajadores de la salud.

OMS | Datos y cifras sobre el suicidio: Infografía. (s. f.). WHO; World Health Organization. Recuperado 16 de mayo de 2021, de https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/infographic/es/

Orozco Vidal, M. B., & Muñoz Montenegro, H. (2020). Estrategias para la prevención de riesgos psicosociales en clínica Erasmo LTDA.

Quiceno, J. M., & Alpi, S. V. (2007). Burnout: " Síndrome de quemarse en el trabajo (SQT)". *Acta colombiana de psicología*, 10(2), 117-125.

Quintero Guerrero, M. F., Guzman Pinto, L. M., & Pedraza Rivera, M. A. (2020). Propuesta de un programa de prevención terciaria que permita la disminución de conductas de acoso laboral en empleados de la Sede Administrativa del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario-INPEC de la ciudad de Bogotá, DC.

Disposiciones para la identificación, evaluación, prevención e intervención de riesgo psicosocial. *Resolución, 2646, de julio 17 de 2008, ministerio de protección social.*

<https://safetya.co/normatividad/resolucion-2646-de-2008/>

Adopta la Batería de Instrumentos para la Evaluación de Factores de Riesgo Psicosocial. *Resolucion, 2404, julio 22 de 2019* . <https://safetya.co/normatividad/resolucion-2404-de-2019/>

Reyes Díaz, D. A., Álvarez Rodríguez, S. J., & Montes Acevedo, X. (2021). Diagnóstico y Evaluación comparativa de la afectación de los trabajadores del Grupo Fortezza SAS, asociada al estrés laboral generado por la pandemia asociada a la COVID-19 y Propuesta de Plan de Acción de factores de Riesgo Psicosocial.

Romero-Pérez, J. E. (2006). Mobbing laboral: Acoso moral, psicológico. *Revista de Ciencias Jurídicas*, (111).

Caïs, J., Marí-Klose, M., & Miguel, J. M. D. (1999). Centenario de El Suicidio de Émile Durkheim (1897-1997). *Papers. Revista de Sociología*, 1999, vol. 57, p. 39-72.

Grajales, T. (2000). *Tipos de investigación. On line*(27/03/2.000). Revisado el, 14.

Neira Villar, J. M. (2017). Prevención de Riesgos Laborales. El Suicidio.

Noguera Martínez, K. A., & Puerres Almeida, D. S. (2021). *Factores psicosociales y su influencia en la calidad de vida en los servidores policiales técnico operativo del eje preventivo del distrito ciudad blanca pertenecientes a la Subzona Imbabura N° 10 en el contexto del Covid-19 (Bachelor's thesis).*

Anexo (GUIA)

Guía para la prevención del suicidio en ambientes laborales

Riesgo Psicosocial



Abril 2021

¿por qué *esta* guía?

Dada a la situación actual de la salud mental en Colombia y del tema que se aborda en esta guía debido al alto índice de suicidios, es importante empezar a sensibilizar los colaboradores de las organizaciones, y poner en marcha mecanismos de detección, prevención y abordaje del suicidio en las empresas colombianas.

Desde nuestra investigación y conocimiento, consideramos oportuno tocar un tema que se encuentra en ascenso, esta guía tiene como finalidad, agrupar, informar y aportar a una situación preocupante.

La información presentada en esta guía, ha sido elaborada a partir de la recopilación del conocimiento disponible en el momento de su publicación.



Salud mental
en las organizaciones

Contenido

04	Introducción
05	Rol de los ambientes laborales en la prevención del suicidio
06	Conceptos y datos sobre el suicidio
07	Factores de Riesgo
09	Factores protectores
11	Señales de alerta
12	Servicios a los que se debe acudir en caso de emergencia
13	ABCÉ sobre la salud mental
14	Bibliografía

Introducción

El empleo es una de las actividades que a lo largo de los años las personas adquieren como sustento económico y contribución al desarrollo del país. En este sentido, los empleados pasan a estar dentro de su entorno laboral 240 horas mensuales aunque para algunos es mucho más extenso este horario, es por esto que las organizaciones están llamadas a generar espacios que fomenten en las personas inteligencia emocional para conducir y equilibrar su vida en forma plena, y de esta manera intervenir en la salud mental de sus colaboradores con el finalidad de prevenir enfermedades mentales que puedan conllevar al colaborador a tomar medidas extremas hacia su vida.



Según la información dada de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2016 el suicidio fue la segunda causa de muertes en todo el mundo en el reango de edad de 15 a 29 años, en el año 2013, en Colombia, la tasa de suicidios aumentó cada año un 5,1%, evidenciando un aumento de los últimos 14 años en los cuales venía cayendo un 2,6%, se identificó que las personas que atentaron contra su vida pertenecían a ambos sexos, sin embargo en esta cifra se evidencia que es mucho mas frecuente en los hombres que en las mujeres.

Las organizaciones son uno de los contextos más importantes ya que es ahí donde se pasa una gran mayoría de tiempo y donde se generan interacciones sociales constantes, es por esto que se implementa en Colombia La Resolución 2646 de 2008 la cual obliga a todas las empresas en a realizar una valoración del riesgo psicosocial la cual se debe reaizar anualmente y asi lograr evaluar el riesgo al que se enfrentan los colaboradores durante la ejecución de sus actividades.

Dada esta situacion, se crea el nuevo Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST), reglamentado por el Decreto 1072 de 2015,siendo el riesgo psicosocial uno de los factores más importantes y de mayor impacto ya que se aporta por medio de este información importantes con respecto a las difrentes enfermedades y accidentes laborales que se presentan en la actualidad en las organizacio nes.

Uno de los factores de riesgo psicosocial que mas se a logrado identificar en el ambiente laboral de las empresas es el derivado del estrés, siendo este definido como un cúmulo de situaciones en las cuales se ve afectada la salud mental del colaborador, ya que este conjunto de reacciones pueden manifestarse, emocionalmente, cognitivamente y físicamente causando en el cobarador afectaciones en su salud.

El alcance de esta guía es sensibilizar, educar y entregar herramientas a directivos, y empleados, con la finalidad de sensibilizar el tema de la salud mental, y lograr desallorar ambientes laborales sanos y protectores frente a la prevencion, educación, detección de problemas de salud mental, enseñando un adecuado manejo frente a las señales de alerta.

EL ROL DE LAS ORGANIZACIONES EN LA PREVENCIÓN DE LA CONDUCTA SUICIDA

El contexto organizacional y la salud mental

¿Cómo intervienen las organizaciones?

Durante este siglo el comportamiento laboral ha tenido cambios significativos que están influyendo directamente en sus colaboradores, y es que el auge de las nuevas tecnologías el consumismo y las vidas más agitadas hacen parte de la realidad de nuestros colaboradores, y son estos cambios los cuales generan muchas más presión por cubrir estándares exigentes que a su vez perjudican a salud mental de cada uno de ellos.

Cada organización está compuesta por un recurso HUMANO, el cual debe ser atendido tanto mental como físicamente por la organización teniendo esta una gran responsabilidad y obligación de prestar apoyo a las personas que se identifiquen con trastornos mentales y que perjudiquen el desempeño de su labor.

La prevención temprana, la intervención y la identificación sobre la salud y los trastornos mentales en el entorno laboral son los 3 pilares fundamentales en los cuales cada organización debe intervenir ya que pueden ser causados o agravados por el trabajo, como el estrés y el desgaste profesional.

Conceptos y datos sobre el suicidio

Conceptos claves



Ideación

Pensamientos persistente de ideas de atentar contra su vida las cuales pueden ir encaminadas a cometer un acto suicida:

intensiones
Pensamientos constantes
Planes - deseos

La mezcla de situaciones detonantes, la sensación de desesperanza frente al futuro, provocan ideas que pueden finalizar con planes de cometer suicidio.



Conductas

Intento de suicidio es el acto que se realiza de manera voluntaria con la finalidad de quitarse la vida pero sin conseguirlo.

Suicidio consumado
Quitarse la vida de forma consciente.

Parasuicidio
Conducta autolesiva, no mortal, en la que no es esencial la intencionalidad u orientación hacia la muerte.

Incidencia



De acuerdo al informe reportado por Observatorio Nacional de Salud sobre la Carga de enfermedad por enfermedades Crónicas no transmisibles y discapacidad en Colombia publicado en Junio 30 del 2015, en uno de sus capítulos, se encuentra el análisis descriptivo del suicidio, los cuales se presentaron en Colombia entre los años 1998 - 2012, demostrando que el suicidio es una situación de alta relevancia con respecto a la salud pública por la alta cantidad de desenlaces mortales, y que pueden ser prevenibles.

El año 2018 en Colombia, la mortalidad por suicidio fue clasificada en el puesto 21 con una tasa de mortalidad de 5,4 por 100.000 habitantes (IC95% 5,2-5,6), y en el 2011 pasó al puesto 25 con tasa de mortalidad de 4,3 por 100.000 (IC95% 4,1-4,5), información tomada de los registros de los certificados originales de defunción los cuales son consolidados en las bases de mortalidad del Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE).

FACTORES DE RIESGO

Relacionados con el
trabajo

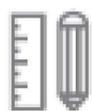


Factores de riesgos principales que se han evidenciado en las organizaciones y los cuales logran afectar directamente a los colaboradores.

Estos factores son causas frecuentes de estrés laboral, los cuales pueden ocasionar problemas físicos, cognitivos y psicológicos. Estos factores tienen efectos en la salud de los colaboradores teniendo consecuencias para las empresas, que se concretan en pérdidas de productividad y una alta rotación del personal. Además, afectan negativamente las interacciones familiares y sociales.

Debido a la frecuencia de estos factores se puede incurrir en desarrollar la conducta suicida ya que las manifestaciones de los colaboradores pueden dejar en evidencia dicha situación la cual puede ser intervenida a tiempo, logrando evitar la probabilidad de consumarse su intención.

01



Profesión

Existen muchos factores en los entornos laborales que pueden intervenir en la salud mental de los colaboradores, en la mayoría de los casos los riesgos pueden a parecer por una relación inadecuada con el entorno laboral, esto depende mucho de las características del colaborador, de su puesto de trabajo y sus competencias para ejercerlo.

Existen profesiones que han sido evidenciadas con alto nivel de estrés en las que se presentan mayores índices de suicidio, como las fuerzas militares, policiales, el sector de la salud, docentes, se encuentran entre las profesiones de mayor riesgo. El estrés laboral afecta a un 59% de la población (según la OMS). Junto a otros factores, como la carga laboral, la exigencia, a esto se suma la falta de reconocimiento, formación, capacitación y a las críticas de sus receptores.

02



Situación laboral

La pérdida del empleo, o la situación de encontrarse por un largo periodo desempleado está también se asocia al suicidio, motivo por el cual es importante contar con un plan de retención laboral, evitando altos índices de rotación, que generen incertidumbre laboral.

Las dificultades laborales figuran entre los principales factores de riesgo: situaciones como acoso laboral, burnout, conflictos laborales, elevado nivel de estrés, ambiente laboral inapropiado o alta exigencia en la productividad.



03

Mobbing

El Mobbing es una conducta sistemática que afecta la integridad física de un empleado. En otras palabras, el mobbing, también conocido psicológicamente como síndrome del acoso laboral, es una mala estrategia que viene acompañada de conductas hostigadoras y de persecución hacia el colaborador.

Conductas que pueden desencadenar en la persona que lo sufre sea por parte de un superior o compañero, y en la caso menos grave se incurriría a un índice de ausentismo alto por el colaborador quien quiera evitar la situación por la que se encuentra pasando.

Adicional al posible ausentismo esta situación ocasiona en el colaborador serios problemas psicológicos, físicos y sociales que se irán acentuando con el transcurso del tiempo, la persona sometida a esta situación tiende a callar y evitar la denuncia por temor a perder su estabilidad laboral afectando a sus familias. Por esa razón, se aíslan paulatinamente y se sienten totalmente desesperados frente a la situación que callan.



FACTORES PROTECTORES

“No hay medicina que cure lo que no cura la felicidad!”

– Gabriel García Márquez

Situaciones a tener en cuenta que disminuyen el riesgo

El empleador, por medio del programa de seguridad y salud en el trabajo debe implementar métodos que permitan evaluar el riesgo psicosocial para identificar los factores organizacionales que favorecen al mejoramiento del clima organizacional, ya que la falta de esta implantación, eventualmente pueden desencadenar problemas psicosociales. Por lo tanto, se deben dar capacitaciones específicas a los colaboradores basadas en medidas preventivas, frente al manejo y prevención del suicidio.

01



Prevención primaria

Es importante que el empleador adopte medias eficaces de comunicación, con sus directivos de los equipo de trabajo quienes a su vez deberán comunicar a los colaboradores las medidas adoptadas.

Este se puede lograr por medio de su comité de convivencia, comité paritario copasst, , sensibilización sobre los posibles del suicidio riesgos.

Información y educación sobre el suicidio, como identificar los pensamientos suicidas y las conductas suicidas, sus posibles consecuencias.

Manuales y guías que contengan información sobre la naturaleza y manejo del problema y sus efectos sobre la salud y la calidad de vida.

Es muy importante detectar cualquier cambio que ocurra en el comportamiento de los colaboradores, por esto la importancia de la comunicación y la divulgación de los medios de acceso, si el colaborador tiende a.

- Ausentarse frecuentemente de su puesto de trabajo, mediante incapacidades constantes
- Excluirse de su equipo de trabajo
- Pasar de un estado de ánimo al otro fácilmente
- Evidenciar que se presenta dificultad para manifestar sus emociones

Estos son signos de alarma que pueden ser identificados fácilmente, y así mismo ser intervenidos a tiempo.



02



Prevención secundaria

Una vez que se identifica que un colaborador se encuentra presentando síntomas depresivos, o que manifieste por su voluntad situación desencadenantes que puedan estarle ocurriendo, es muy importante que la organización ofrezca la debida ayuda.

Para esto se pueden apoyar en los superiores, o confidente una persona, un colaborador o alguien fuera de la empresa, se le puede asignar la tarea de escuchar a cualquiera que se sienta en riesgo de atentar hacia su vida. El solo hecho de reconocer el problema de la persona, es esencial porque puede romper la situación que le está afectando. También permite que la persona clarifique sus sentimientos.



Prevención Terciaria

Dado que suicidio es un acto que se puede presentar en cualquier momento es importante que una vez se identifique dicha conducta en los colaboradores, y se evidencia que puede ser peligroso para él es necesario, saber guiarlo y dirigirlo adecuadamente.

El diagnóstico temprano de las enfermedades mentales, puede ayudar a reducir las consecuencias a todos los niveles (individual, familiar y la red social).

Tener una guía de profesionales que puedan apoyar y ser enviado el colaborador permitiendo que tenga el apoyo profesional adecuado.



Escuchar constantemente a la persona manifestar su intención de suicidarse.

Expresar sentimientos excesivos de tristeza y soledad.

Presentar dificultad para dormir o comer.

Se observa aumento de consumo de drogas y alcohol.

Escuchar voces que le piden hacer algo peligroso.

Aislarse constantemente de sus amigos y familiares.

Ausencias repetidas a su trabajo sin causa aparente.

Tener cambios drásticos, pasar de estar muy feliz a muy triste.

Manifestar que su sufrimiento es muy grande y que ya no puede con él.

Perder interés por su apariencia física.

Tener ideas definidas de cómo quitarse la vida.

SEÑALES DE ALERTA

A menudo estas personas se sienten incapaces de:

Tener una motivación en su vida, de encontrar algún sentimiento de felicidad, dificultad de manifestar su afecto, superar el dolor, pensar claramente, tomar decisiones, comer, dormir, o salir de su estado de depresión.

Al igual que imaginar un futuro sin sufrimiento, valorarse o controlar una situación.

Recordatorio:

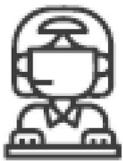
Las señales de alerta antes descritas, se dan a menudo como parte diaria del vivir de cualquier persona, y no suponen necesariamente como una señal de alarma.

Sin embargo estas señales se deben vigilar detenidamente en los factores de riesgo que se han nombrado anteriormente.

Servicios a los que acudir



la Línea 123 es una línea la cual esta disponible las 24 horas del dia para la atención ciudadana



línea de prevención para conductas suicidas. 01-8000-110-488 Policía Nacional



Hospitales de referencia y centros de salud de la zona



Directorio de profesionales en Psicología, en caso de la organizacion contar con uno, este debera dar la atencion primaria al colaborador

ABECÉ

sobre la salud mental



Suicidio y comportamiento suicida: Es el acto de quitarse deliberadamente la propia vida. El comportamiento suicida es cualquier acción que pudiera llevar a una persona a morir.



Depresión: es un trastorno del cerebro. Existen muchas causas, incluyendo factores genéticos, biológicos, ambientales y psicológicos



Estrés laboral: El estrés relacionado con el trabajo se describe como una serie de reacciones físicas y psicológicas que ocurren cuando los trabajadores deben hacer frente a exigencias ocupacionales, que no se corresponden con sus conocimientos, destrezas o habilidades.



Mobbing laboral: El acoso laboral, popularmente conocido con el término de mobbing, se define como el conjunto de acciones continuadas de violencia psicológica injustificada



Atención primaria: La atención primaria es un enfoque para la salud y el bienestar centrado en las necesidades y circunstancias de las personas, las familias y las comunidades



Eventos en salud mental: Hacer referencia a “desenlaces o “emergencias” que surgen, bien como derivados de un problema o trastorno mental.



Problemas mentales: Un problema de salud mental también afecta la forma cómo una persona piensa, se siente, se comporta y se relaciona con los demás, pero de manera menos severa que un trastorno mental. Los problemas mentales son más comunes y menos persistentes en el tiempo

Bibliografía

•Federación Mundial para la Salud Mental página web:
<https://www.wfmh.global/wmhd-2017/>

•Federación Mundial para la Salud Mental, Salud Mental en el Trabajo informe:
<https://www.wfmh.global/wmhd-2017/>

González de Rivera J. (2002) El maltrato psicológico, cómo defenderse del mobbing y otras formas de acoso. España, Madrid.

Herramienta de prevención del suicidio para profesionales en los medios de comunicación'. Eva Dumon y Gwendolyn Portzy. Unidad de Investigación del Suicidio de la Universidad de Gante. European Regions Enforcing Actions Against Suicide. (2013) Gante-Bélgica.