

Madrid, 10 de septiembre 2026

DÍA MUNDIAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Hablemos de salud mental. Hablemos de trabajo. Hablemos de prevención.

Hoy, **10 de septiembre Día Mundial para la Prevención del Suicidio**, desde **CCOO Grupo Empresas Telefónica** queremos poner el foco en una realidad que no podemos ignorar: **la salud mental es primordial en el trabajo y depende de las condiciones en las que desarrollamos nuestra actividad.**

Prevenir el suicidio significa romper silencios, eliminar estigmas y construir entornos donde cualquier persona pueda pedir ayuda sin miedo a ser juzgada. Pero prevenir también significa actuar sobre las causas que pueden generar o agravar el sufrimiento.

La salud mental no puede abordarse únicamente desde la responsabilidad individual. Las condiciones y la organización del trabajo importan.

La sobrecarga de trabajo, la presión por objetivos, la falta de autonomía, los cambios organizativos continuos, la inseguridad, los conflictos, el acoso, la dificultad para conciliar o la falta de desconexión pueden convertirse en factores que afectan negativamente a nuestra salud.

Por ello, **CCOO defiende que la prevención de los riesgos psicosociales debe ser una prioridad real en Telefónica**, pasando de las declaraciones a medidas concretas y eficaces.

¿QUÉ EXIGIMOS DESDE CCOO?

- Evaluaciones de riesgos psicosociales reales y eficaces, con participación de la representación sindical.
- Actuar sobre las causas y la organización del trabajo, no únicamente sobre las consecuencias.
- Adecuar las cargas de trabajo, los objetivos y los recursos para evitar situaciones de sobrecarga y estrés.
- Garantizar el derecho efectivo a la desconexión digital y al descanso.
- Prevenir y combatir cualquier situación de acoso, violencia o discriminación.
- Garantizar apoyo y acompañamiento a quienes atraviesan situaciones de sufrimiento, sin estigma ni repercusiones laborales.
- Reforzar la participación de **CCOO** en todas las políticas relacionadas con la salud mental y los riesgos psicosociales.

HABLAR PUEDE SALVAR VIDAS. PREVENIR TAMBIÉN ES TRANSFORMAR

Desde **CCOO** queremos recordar que pedir ayuda no es una debilidad y hablar de salud mental no puede seguir siendo un tabú.

Pero también queremos ser claros: no podemos pedir a las personas trabajadoras que sean más resilientes mientras mantenemos condiciones de trabajo que generan sufrimiento.

La prevención del suicidio debe formar parte de una política permanente de salud laboral y prevención de riesgos psicosociales, con recursos, participación y medidas que actúen sobre el origen de los problemas.

Porque cuidar a las personas no puede ser únicamente un mensaje corporativo. Debe traducirse en hechos.

Ninguna persona debería jugarse su salud mental para conservar su empleo, alcanzar unos objetivos o asumir unas cargas de trabajo desproporcionadas. La mejor prevención es una organización del trabajo que ponga a las personas en el centro.

Área de Salud Laboral
CCOO Grupo Empresas Telefónica

CCOO Grupo Empresas Telefónica
Ronda de la Comunicación s/n Edif. Este 2 Bajo
28050 Madrid