

[Tu nombre completo]  
[Tu dirección]  
[Ciudad, Estado, Código postal]  
[Tu correo electrónico]  
[Teléfono]

[Fecha]

[Nombre del supervisor o gerente]  
[Nombre de la empresa]  
[Dirección de la empresa]  
[Ciudad, Estado, Código postal]

Estimado/a [Nombre del supervisor]:

Por medio de la presente, me dirijo a usted para comunicar mi decisión de renunciar a mi puesto de [tu cargo] en [nombre de la empresa], con efecto a partir del **[último día de trabajo, que puede ser inmediato o con un preaviso breve]**.

Lamentablemente, debido a problemas relacionados con mi salud mental que requieren atención y tratamiento especializados, me veo en la necesidad de dar este paso. Tras consultar con mis profesionales de salud, he llegado a la conclusión de que necesito dedicarme completamente a mi recuperación en este momento.

Agradezco profundamente la oportunidad que me brindaron de formar parte de [nombre de la empresa] y el apoyo recibido durante mi tiempo aquí. Me comprometo a colaborar en lo que sea posible durante el tiempo restante para asegurar una transición lo más fluida posible.

Lamento cualquier inconveniente que esta decisión pueda causar y aprecio su comprensión y apoyo en este momento difícil.

Atentamente,  
[Firma (si es impresa)]  
[Tu nombre completo]