

•**Segundo grado:** Es difícil eludir los ataques y humillaciones. Mantenerse o reincorporarse a su trabajo se hace más difícil. Algunos síntomas son: problemas gastrointestinales, insomnio, abuso de sustancias, depresión y conductas de evitación. Su familia y amigos no son consientes de lo que está sucediendo.

•**Tercer grado:** La reincorporación al trabajo es imposible y los daños psicológicos requieren de un tratamiento especializado. Los síntomas son: depresión severa, ataques de pánico, conductas agresivas, intentos de suicidio. Su familia y amigos son conscientes de la gravedad del problema.

### COMO PREVENIR EL ACOSO LABORAL

- ✓ Capacítate sobre el Acoso Laboral. Infórmate sobre la Ley 20.607.
- ✓ Corrige, sanciona socialmente o denuncia a quienes cometen actos de violencia laboral hacia otros.
- ✓ Pide asesoría y apoyo para ti o tu unidad a los departamentos encargado de llevar esta temática.
- ✓ Infórmate sobre el procedimiento para realizar denuncias, investigación y las sanciones asociadas.



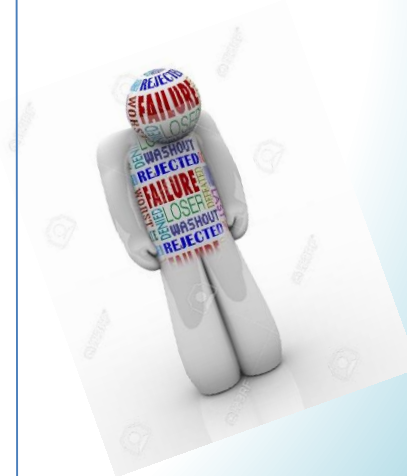
### Además, colabora en la creación de un buen ambiente laboral

- ✓ Promueve el compañerismo y el trabajo en equipo.
- ✓ Ejerce un liderazgo participativo.
- ✓ Prioriza el dialogo ante los conflictos.
- ✓ Reconocer a los demás por su labor, desempeño y buena disposición.
- ✓ Fomenta canales de comunicación transparentes y evita el rumor.
- ✓ Respeta a los demás y trátalos con afectividad.



Para obtener asesoría y apoyo dirijase a los dptos.  
De Calidad de Vida de su Establecimiento.  
Llame al 576472 o 579821 HETG  
576443 o 579837 DSSI y CGU

¿QUE ES EL  
ACOSO  
Laboral



Infórmate

**EL ACOSO LABORAL**, es un "Acto contrario a la dignidad de la persona, configurado por toda conducta que constituya agresión u hostigamiento reiterados, ejercida por el empleador o por uno o más trabajadores, en contra de otro u otros trabajadores, por cualquier medio, que tenga como resultado para el o los afectados, su menoscabo, maltrato o humillación, o bien que amenace o perjudique su situación laboral o sus oportunidades en el empleo". Ley N° 20.607 del 8 de agosto 2012.



### ¿CUÁNDO SE ES VÍCTIMA DE ACOSO LABORAL?

Se es víctima de acoso cuando, por actos realizados por otra persona en el ámbito laboral, siento que mi dignidad está siendo vulnerada.

### EJEMPLOS DE CONDUCTAS ACOSADORAS

#### Actitudes que impidan expresarse.

Interrumpir, criticar su trabajo y/o vida personal, amenazar por escrito o verbalmente, evitar contacto visual e ignorar etc.

- **Aislamiento:** No hablar, alejar físicamente de sus compañeros, prohibir que otros le hablen, negar su presencia física etc.
- **Desacreditar su trabajo:** No asignarle tareas, exigir tareas inútiles o sin sentido, darle tareas inferiores a su capacidad, asignar incesantemente tareas, dar tareas superiores a su capacidad para demostrar incompetencia o dar tareas humillantes, etc.
- **Descredito de sus compañeros:** Murmurar, calumniar, ridiculizar, burlas, imitación de gestos, criticar sus creencias o desautorizar, etc.
- **Comprometer la Salud:** Asignar trabajos peligrosos, amenazarla o agredirla verbal o físicamente, ocasionarle gastos, etc.



### NO ES ACOSO

- Tener un mal día en la oficina.
- Tener un jefe o un compañero un poco "quisquilloso".
- Tener un conflicto, una discusión o un desencuentro puntual.
- Tener una temporada de mucho trabajo. Estar tensionado.
- Trabajar en un ambiente "conflictivo".



**NO ES ACOSO un conflicto puntual**

### TIPOS DE ACOSO

- **Descendente:** El agente acosador es una persona que ocupa un cargo superior a la víctima, como por ejemplo, su jefe.
- **Horizontal:** Se da entre colegas o compañeros de trabajo de la misma categoría o nivel jerárquico.
- **Ascendente:** La persona que realiza el acoso laboral ocupa un puesto de menos jerarquía al del afectado.

### CONSECUENCIAS DEL ACOSO LABORAL

Las consecuencias dependen de la intensidad, duración y frecuencia. Se distinguen tres grados:

**Primer grado:** La persona es capaz de hacer frente a los ataques de que es objeto y de mantenerse en su puesto de trabajo. Sus relaciones personales no suelen verse afectadas.

