

SOLICITA INFORMACIÓN

IR A LA UNIVERSIDAD >

CONÓCENOS

- Nuestra historia
- Manifiesto UNIR México
- Áreas de estudio
- Actualidad
- Revista
- Eventos

DESOS ESTUDIANTES

no en caso de producirse y/o sanciones económicas.

adecuadamente.

CALIDAD

- Validez RVOE y Calidad Europea
- Acreditación FIMPES
- Plan Estratégico
- Sistema de Calidad

EQUIPO UNIR

- Carta del Rector
- Nuestros alumnos
- Órganos de gobierno
- Normas de funcionamiento

Logoterapia y Análisis Existencial aplicados a la clínica

Universidades

- Programa en Desafíos del Orden Global: el Futuro de Europa
- Programa Executive en Sostenibilidad ESG
- Seminario en Cultura del Vino



os es esencial permanecer atentos al **acoso laboral**, también denominado por el anglicismo *mobbing*, exicanas deben prevenir y atajar este tipo de conductas para convertirse en entornos seguros para los

preparen para enfrentar este problema es contar con personal que haya realizado una **Maestría en os Laborales**, como las que oferta UNIR México. Sus programas de estudios preparan a los estudiantes para to laboral.

Como empl para poder c trabajadores

Una de las fr Recursos Hu prevenir, del

## ¿Qué es el acoso laboral o mobbing?

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) refiere que el acoso laboral es “una forma de acoso psicológico que consiste en el hostigamiento a través de acciones vindicativas, crueles o maliciosas para humillar o desestabilizar a un individuo o a grupos de empleados”.

Por su parte, la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) también busca responder **qué es el mobbing** y lo incluye dentro de las formas de violencia laboral que es necesario prevenir. Esta institución define al acoso laboral como *una* “forma de violencia que se presenta en una serie de eventos que tienen como objetivo intimidar, excluir, opacar, aplanar, amedrentar o consumir emocional o intelectualmente a la víctima, causando un daño físico, psicológico, económico y laboral-profesional”.

Esta clase de afectación está presente en cualquier nivel jerárquico del trabajo.

## ¿Qué es acoso laboral y qué dice la Ley en México?



## ¿Cuándo se considera acoso laboral?

A continuación, se exponen algunas de las claves para **entender cuándo se considera acoso laboral**:

- Se busca intimidar, opacar o amedrentar a la víctima.
- Los propósitos pueden ser excluir al trabajador de la organización o satisfacer la necesidad de agredir o controlar del perpetrador.
- Se presenta de forma sistémica.
- El **mobbing en el trabajo** puede tomar varias formas. Entre ellas:
  - Exclusión social.
  - Agresiones verbales.
  - Excesiva carga de trabajo.
  - Críticas sobre la vida privada del trabajador.
  - Imitar la voz o gestos de la persona afectada.
  - Acusar a la víctima de algún problema psicológico o enfermedad.
  - Amenazas.
  - Aplicar tácticas de desestabilización.
  - Designar trabajos degradantes.
  - Pedir labores innecesarias o por debajo de las habilidades de la víctima.

## Ejemplos de acoso laboral

Algunos ejemplos comunes incluyen:

- **Intimidación y amenazas:** Comentarios hostiles o intimidatorios, amenazas de despido o de acciones disciplinarias sin motivo justificado.
- **Aislamiento:** Excluir a la persona de reuniones, conversaciones o actividades de equipo, dejándola fuera de la comunicación importante.
- **Sobrecarga de trabajo:** Asignar tareas en exceso o con plazos imposibles de cumplir, o bien dar tareas que están fuera de las capacidades o competencias del empleado como forma de humillación.
- **Difamación y rumores:** Difundir información falsa o negativa sobre la persona, generando un entorno hostil y afectando su reputación.
- **Desvalorización del trabajo:** Criticar constantemente la calidad del trabajo de la persona sin razón objetiva, o ignorar sus logros y contribuciones.

## Tipos de acoso laboral

En un entorno de trabajo es posible detectar tres **tipos de acoso laboral**:

- **Ascendente**

: se produce cuando una persona con rango jerárquico superior es agredida por uno o varios de sus subordinados.

#### ■ Horizontal

: cuando se presenta hostigamiento por parte de un trabajador o un grupo en contra de otro empleado del mismo nivel jerárquico.

#### ■ Descendente

: la víctima de acoso se encuentra en una relación de inferioridad jerárquica con respecto a la persona agresora. Esta se considera la modalidad de

*mobbing laboral*

más habitual y en ocasiones se practica para que el empleado presente su renuncia voluntaria y evitar pagarle una liquidación.

## Consecuencias del Acoso Laboral

El acoso laboral tiene un impacto profundo tanto en las personas afectadas como en el entorno de trabajo. Para el individuo, puede causar estrés crónico, ansiedad, baja autoestima, y en casos graves, depresión o trastornos de sueño. Físicamente, el estrés prolongado puede derivar en problemas de salud como migrañas, fatiga y enfermedades cardíacas.

A nivel laboral, el acoso afecta el rendimiento, reduce la motivación y aumenta el ausentismo. También disminuye la cohesión del equipo y daña la reputación de la empresa, dificultando la retención y atracción de talento. Crear un ambiente de respeto es clave para evitar estas consecuencias y mejorar el bienestar general en el lugar de trabajo.

## Legislación sobre acoso laboral en México

Es importante entender qué dice la **legislación sobre acoso laboral**. Tomando en cuenta que el acoso se considera una forma de hostigamiento o violencia laboral, algunas de las normativas a tener en consideración son:

### Ley Federal del Trabajo

En el artículo 3º Bis de la Ley Federal del Trabajo hace mención del hostigamiento como el “ejercicio del poder en una relación de subordinación real de la víctima frente al agresor en el ámbito laboral, que se expresa en conductas verbales, físicas o ambas”.

Se prohíbe a los patrones, a quienes los representan y a los trabajadores llevar a cabo estos actos de hostigamiento contra cualquier persona en ámbito laboral, así como permitir o tolerar estas conductas. En caso de producirse es causa de rescisión de la relación laboral.

La penalización contra el patrón que cometa o permita actos de acoso en contra de sus trabajadores será de entre 250 y 5000 veces el salario mínimo general.

Asimismo, la **reforma laboral del año 2023** señala que es necesario crear e implementar protocolos para “prevenir la discriminación por razones de género y atención de casos de violencia y acoso u hostigamiento sexual, así como erradicar el trabajo forzoso e infantil”.

### C190 – Convenio sobre la violencia y el acoso, 2019

En México está en vigor desde el 06 julio 2022 el Convenio sobre la violencia y el acoso, 2019 de la OIT, el cual reconoce el derecho de todas las personas a trabajar en un entorno libre de violencia y acoso.

### Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo

El Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo también toma en consideración la violencia laboral y, entre otras disposiciones, señala la necesidad de identificar a los trabajadores que han sido víctimas de esta y valorarlos clínicamente.

### Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018

Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo – Identificación, Análisis y Prevención. Entender los factores y prevención de riesgos psicosociales en el trabajo es clave para impedir el acoso laboral, ya que este se encuentra incluido en el listado. La aplicación de la Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018 servirá para impedir esta y otras formas de violencia en el centro laboral.

Es esencial que las organizaciones y empresas mexicanas apliquen la **legislación sobre mobbing** mencionada y creen protocolos para prevenirlo. Un entorno de trabajo libre de violencia permite que los trabajadores sean más eficientes y productivos.

## Comparte esta noticia



### Solicita informacion

Tipo de estudios



Título que te interesa



Nombre

Apellidos

Email

País

México



Estado



Últimos estudios



+52 Teléfono

Comentarios (opcional)

He leído y acepto el aviso de privacidad.

SOLICITA INFORMACIÓN

## ¿Tienes alguna duda?

+52 (55) 70055758

¿TE LLAMAMOS?

## Comparte esta noticia



## Títulos que te pueden interesar

- Licenciatura en Recursos Humanos
- Maestría en Dirección y Gestión de Recursos Humanos
- Maestría en Prevención de Riesgos Laborales

## Noticias relacionadas



### Bullying: estas actitudes y soluciones no frenarán el acoso escolar

Con motivo del Día Internacional del Acoso Escolar, que se celebra el 2 de mayo, abordamos un problema cada vez más común en las aulas, el bullying. México se posiciona en el primer lugar en número de casos a nivel mundial.



## Administración de recursos humanos: ¿qué es y cómo funciona?

Conoce qué es la Administración de Recursos Humanos y por qué tiene un papel tan importante dentro de la empresa. ¡Descubre sus funciones!



## ¿Qué carrera estudiar para trabajar en Recursos Humanos?

Este departamento es multidisciplinar. Se encarga de tareas tan diversas como la elaboración de nóminas, la definición de puestos de trabajo, la gestión de la promoción interna, la selección de personal y hasta los despidos.



Un tutor personal siempre a tu lado



¿Quieres conocer la experiencia de nuestros alumnos?



Nuestra vida académica y social

### Oferta académica

Maestrías en línea

Licenciaturas en línea

Másteres Europeos

Cursos Europeos

Títulos Americanos

Alianza Newman

### Oferta académica



### Sobre nosotros

UNIR en México

Nuestros alumnos

Únete a nosotros

Actualidad

Solicita información

Sobre nosotros



Aspectos legales

Datos identificativos

Política de privacidad

Canal de consultas y denuncias

© UNIR - Universidad Internacional de La Rioja 2024

