

## Cómo reconocer el acoso en tu trabajo

Un abogado laboralista te explica cómo identificar y qué pasos debes dar para denunciar el acoso laboral



**Alexandre Fontelles**

Director de Fontelles  
Abogados

Seguir a @fontellesadv

0  
SHARES

Cuando en una empresa se produce acoso laboral, de forma directa o indirecta, se implica a todos los trabajadores que forman parte de su organización. No sólo es un asunto que implica a la víctima y al acosador o acosadores, sino que es fundamental que los compañeros que trabajan con ambas partes sepan reconocer cuándo se da el acoso en tu trabajo. No obstante, cabe advertir que los rasgos que se exponen a continuación son criterios orientativos, porque el acoso laboral puede adoptar diversas formas sutiles y que varían según el caso en el que estemos.

Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar y analizar el uso que haces de nuestros servicios mediante el análisis de tus hábitos de navegación. Si continúas navegando, consideramos que aceptas su uso. Puedes cambiar la configuración u obtener más información en nuestra [Política de cookies](#).

1. Carácter de la víctima

Aceptar

63  
visualizaciones  
· 13 Nov  
2018 ·



Sé el primero de tus amigos en  
esto.

Publicaciones no relacionadas

Cuando notamos que una persona está bajando su rendimiento y se encuentra en un estado de constante enfado, tristeza o nerviosismo distinto al que puede sufrir una persona habitualmente, puede ser un síntoma alarmante. El primer aspecto que se ve afectado en los casos de acoso es el estado de ánimo de la víctima y, si te sientes identificado o identificada personalmente o porque conoces que alguien podría encontrarse en ese estado, es recomendable preguntar a qué es debido. Si los motivos están relacionados con el trabajo y no son motivos personales, significa que hay alguna incidencia laboral que se tiene que observar.

## 2. Evitar a una persona concreta en el trabajo

Cuando alguien nota que una persona rehúye o evita con todos los medios coincidir con un compañero o superior con el que trabaja habitualmente, puede ser que exista un conflicto entre ellos que se deba gestionar inmediatamente para evitar consecuencias negativas en el ambiente de trabajo, ya no solo para esos dos trabajadores concretos sino también por los demás.

## 3. Acciones para ridiculizar o minorar a una persona en el trabajo

Normalmente, el tipo de acciones que sufre una persona que está siendo acosada en el trabajo es que está siendo aislada, cuando de repente recibe un exceso de trabajo del habitual o está realizando funciones que no le corresponderían hacer. Otra forma más directa son los comentarios y las críticas continuas de su nivel profesional o personal frente a

Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar y analizar el uso que haces de nuestros servicios y otros compañeros. Si se dan estas actuaciones en tu empresa, es una señal clara para analizar si realmente existe una situación de acoso laboral. Puedes cambiar la configuración o obtener más información en nuestra [Política de cookies](#).

existe una situación de acoso laboral.

**Aceptar**

#### 4. Eludir hablar del tema con otras personas

Es normal que el trabajador que se encuentra en un posible caso de acoso no quiera compartir nada o niegue los puntos que hemos señalado con anterioridad con compañeros o incluso, amigos y familiares como personas más cercanas. Las personas que sufren este tipo de acoso se cierran y no denuncian ni quieren explicarlo por el miedo principal de perder su puesto de trabajo o que crezcan los problemas.

### ¿Cómo denunciar el acoso laboral?

Si consideras que personalmente o alguien que conoces puede estar sufriendo acoso laboral según las directrices, hay dos instancias a las que se puede acudir para denunciar tanto al acosador como a la empresa: la primera es ante Inspección de Trabajo, quien, mediante denuncia personal o anónima, exigirá responsabilidad administrativa al empresario por permitir o propiciar conductas contrarias a la integridad y dignidad del trabajador; la segunda es ante la Jurisdicción de lo Social, siendo un procedimiento judicial de extinción del contrato de trabajo con reconocimiento de las indemnizaciones correspondientes.

En este video de Alexandre Fontelles, abogado laboralista, te explica cómo identificar y denunciar el acoso laboral

Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar y analizar el uso que haces de nuestros servicios mediante el análisis de tus hábitos de navegación. Si continúas navegando, consideramos que aceptas su uso. Puedes cambiar la configuración u obtener más información en nuestra [Política de cookies](#).

Aceptar

## Cómo identificar y denunciar el acoso...



Si consideras que estás siendo víctima de acoso laboral, desde FONTELLES ADVOCATS te animamos a que denuncies y no permitas que esta situación continúe sin solución. Si decides emprender acciones, nos ofrecemos a ayudarte como abogados laboralistas con experiencia en casos de acoso laboral y te aseguramos una defensa de calidad. Desde tu primera visita, te brindaremos nuestros servicios jurídicos y, especialmente, nuestra confianza.

¿Quieres cambiar de trabajo? En InfoJobs tenemos más de 40.000 ofertas esperándote

[Ver ofertas de InfoJobs](#)

Alexandre Fontelles es Director del bufete de

abogados laboralista [Fontelles Abogados](#). Escribe en

Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar y analizar el uso que haces de nuestros servicios  
nuestro blog de derecho laboral y publicaciones. Si continúas navegando, consideramos que aceptas su  
uso. Puedes cambiar la configuración u obtener más información en nuestra [Política de cookies](#).

consejos semanales en el canal de [YouTube Fontelles](#)

[Abogados](#)

Aceptar

Cómo reconocer el acoso  
en tu #trabajo vía  
@FONTELLESadv en  
@InfoJobs

CLICK TO TWEET

InfoJobs no valida los comentarios que publican los usuarios en esta sección. Confiamos en el sentido común de cada uno. Si detectas algún mensaje que no cumpla con nuestras normas de uso avísanos.

0 comentarios

Ordenar por **Más antiguos**



Agregar un comentario...

[Plugin de comentarios de Facebook](#)

## Nosotros

Ayuda  
Seguridad  
Publicidad  
Condiciones legales  
Reglas de uso

## Sobre InfoJobs

InfoJobs hoy  
Trabaja con nosotros  
Ofertas de empleo

## + InfoJobs

Orientación laboral  
InfoJobs Formación  
Blog empresas  
Oferte di lavoro in  
Italia

## Prensa

Indicadores de  
InfoJobs  
Notas de prensa  
Contacto de prensa

## ¡Síguenos!

Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar y analizar el uso que haces de nuestros servicios mediante el análisis de tus hábitos de navegación. Si continúas navegando, consideramos que aceptas su uso. Puedes cambiar la configuración u obtener más información en nuestra [Política de cookies](#).

Aceptar

DISPONIBLE EN

Consíguelo en el



Otras webs de Schibsted: | vibbo | Fotocasa | habitacía | Coches.net | Motos.net | Milanuncios



Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar y analizar el uso que haces de nuestros servicios mediante el análisis de tus hábitos de navegación. Si continúas navegando, consideramos que aceptas su uso. Puedes cambiar la configuración u obtener más información en nuestra [Política de cookies](#).

**Aceptar**