

# EL ACOSO LABORAL, NO ES PARTE DE TU TRABAJO, ES UN RIESGO LABORAL

El acoso laboral es una forma de violencia en el trabajo que se realiza mediante actos violentos sutiles, indirectos, verbales y no verbales, repetidos en el tiempo, que buscan aislar, incomunicar, debilitar y degradar a la persona trabajadora.

## ¿Qué se puede hacer en el lugar de trabajo para evitarlo y controlarlo?



Declarar y promover un ambiente de respeto y libre de violencia



Diseñar y aplicar un procedimiento interno para saber cómo actuar ante el acoso laboral



Informar al personal sobre qué es el acoso laboral y a dónde acudir cuando se sufre



Atender todas las denuncias con prontitud y confidencialidad



La víctima debe mantenerse informada, buscar apoyo profesional, llevar un registro de los actos violentos (fecha, lugar y testigos)

Es mejor prevenir y atender los indicios de la presencia acoso laboral, antes de que se agraven y afecte la salud de la persona trabajadora y la imagen o funcionamiento de la empresa o institución.

Puedes encontrar la "Guía de prevención y atención del acoso laboral o mobbing en el lugar de trabajo", en el sitio web del CSO: [www.cso.go.cr](http://www.cso.go.cr)