

# Acoso laboral

## ¿Qué es el acoso laboral?

Es la intimidación sistemática de una o más personas en el ambiente laboral, por medio de descrédito, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, comparaciones destructivas, rechazo, restricción, amenazas, abusos físicos o violencia sexual.

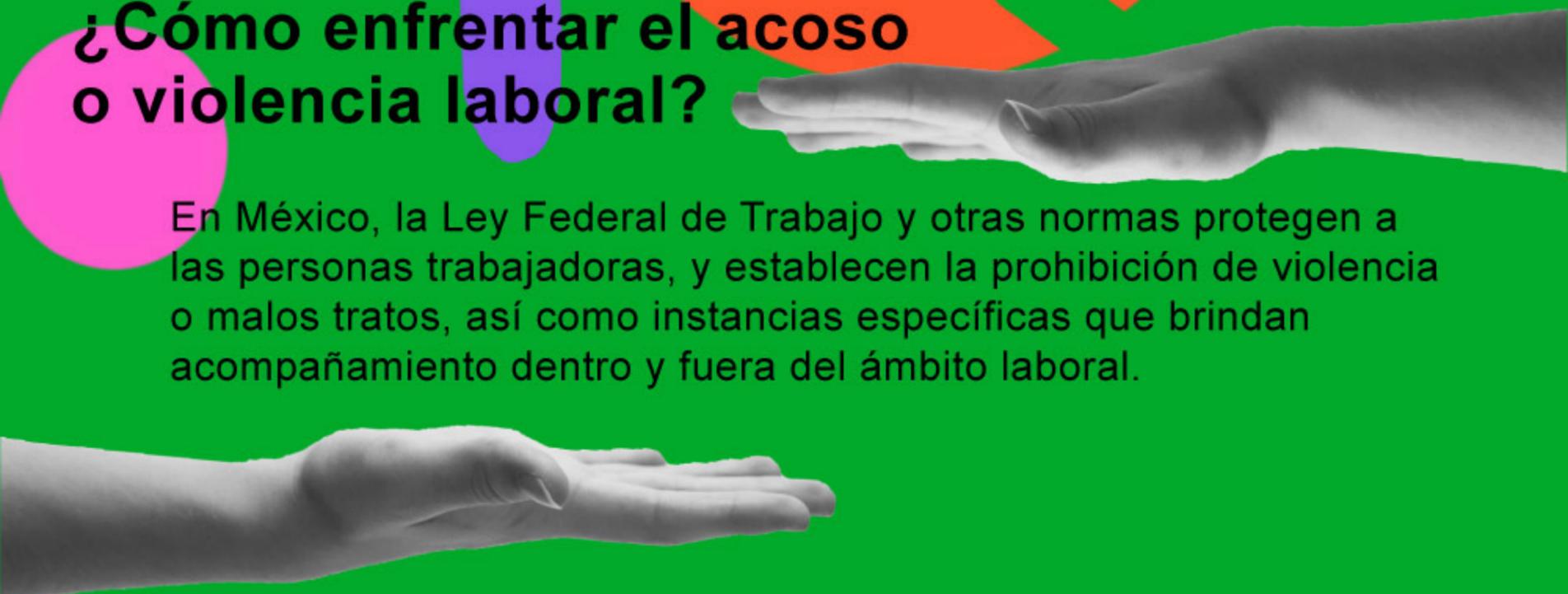
## ¿Cuáles son sus efectos?

Daña la estabilidad psicológica de quien lo vive, puede derivar en depresión, aislamiento y pérdida de la autoestima, así como en un ambiente hostil en el centro de trabajo o institución.



## ¿Cómo enfrentar el acoso o violencia laboral?

En México, la Ley Federal de Trabajo y otras normas protegen a las personas trabajadoras, y establecen la prohibición de violencia o malos tratos, así como instancias específicas que brindan acompañamiento dentro y fuera del ámbito laboral.



¡Recuerda que la **violencia** en cualquiera de sus formas, es una forma de **discriminación**!