



¿Qué hacer en situaciones de acoso laboral u hostigamiento sexual en la Comisión?

- Hazle saber a la persona que te hostiga que no te agrada su conducta y que su acercamiento no te es deseado.
- Anota todo lo que esté pasando, incluyendo fecha, hora, lugar y personas presentes.
- No te calles o aísles: comparte tu experiencia con una persona de tu confianza.
- Examina y guarda una copia de todos los documentos que evalúen tu trabajo.
- Detalla las circunstancias del acoso laboral y/u hostigamiento sexual a:

Subdirección de Programas Transversales,
extensiones 2433 y 2434.

Eliminar este tipo de conductas nos permitirá tener un buen desarrollo de trabajo en equipo y un ambiente laboral sano en igualdad y respeto.

ACOSO laboral y hostigamiento sexual

Qué es y cómo puedes protegerte



Debido a su compromiso con los derechos de las personas, la Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal busca erradicar hacia su interior todo tipo de discriminación y de violencia, incluyendo el acoso laboral y el hostigamiento sexual. Con ello asume la responsabilidad de alcanzar un entorno libre de conductas contrarias a la dignidad de quienes laboran en esta institución. Aquí encontrarás información básica acerca del acoso laboral y el hostigamiento sexual, y algunas medidas que puedes aplicar (si actualmente lo enfrentas o conoces a alguien a quien le suceda) ante una situación de este tipo al interior de la institución.

El acoso laboral es el comportamiento negativo entre compañeras y compañeros de trabajo o entre superiores y subordinados(as) jerárquicos(as). La persona que lo enfrenta puede ser humillada y atacada repetidamente, de manera directa o indirecta, por una o varias personas. Esta conducta negativa se traduce en acciones hostiles expresadas o manifestadas como críticas destructivas o chismes, o que implican una limitación de la libertad de opinión o una disminución del prestigio social.

Una persona es víctima de acoso laboral cuando:

- Su libertad de expresión es afectada debido a que es constantemente interrumpida y no le permiten que exprese su punto de vista.
- Recibe críticas continuas, a veces sin fundamento, al trabajo que realiza.
- Recibe amenazas verbales o escritas.
- Es desplazada a otra oficina lejos de sus compañeros(as) o le prohíben a éstos que tengan comunicación con ella.
- Es el centro de rumores que dañan su imagen profesional, le obligan a realizar labores que dañan su autoestima o recibe ofertas sexuales.
- Le son asignadas tareas que se encuentran muy por encima o muy por debajo de su capacidad profesional con el fin de desacreditarla.

El **acoso laboral** y el **hostigamiento sexual** son conductas que vulneran a las personas en su integridad física, psíquica y moral; además de su libertad sexual, su dignidad e intimidad, así como su derecho a un ambiente saludable, y el bienestar personal. Pueden poner en peligro la salud de la persona quien la manifestaría con síntomas físicos, mentales y psicosomáticos tales como el estrés, la depresión, la falta de autoestima, los sentimientos de culpabilidad, las fobias, los trastornos del sueño, y los problemas digestivos y músculo esqueléticos.

El hostigamiento sexual es considerado como delito desde 1991. Está incluido en el Código Penal Federal y ha sido incorporado en la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, donde su artículo 13 lo define como “el ejercicio del poder, en una relación de subordinación real de la víctima frente al agresor en los ámbitos laboral y/o escolar. Se expresa en conductas verbales, físicas o ambas, relacionadas con la sexualidad de connotación lasciva”.

Ten en cuenta que en la actualidad, el hostigamiento sexual puede padecerlo un hombre o una mujer por igual. Aunque no es una situación exclusiva de ésta última, nuestra ciudad ha implementado como instrumento de protección a los derechos humanos de esta población la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Distrito Federal, vigente desde el 8 de marzo de 2008.

Algunas formas de hostigamiento sexual son:

- Piropos.
- Insinuaciones sexuales.
- Miradas insistentes a distintas partes del cuerpo.
- Narración de chistes ofensivos de carácter sexual.
- Pellizcos, roces corporales, besos, apretones y agresiones sexuales.