EL HOSTIGAMIENTO Y ACOSO SEXUAL EN EL TRABAJO

M.T.F. Aurora I. González Moreno
Doctorante en Psicología Clínica, Personalidad y Diagnóstico

Nunca pierdas tu valor con una persona que no sabe lo que vales,
Busca lo que mereces.
(Paulo Coelho).

A propósito de los festejos del 10 de Mayo referente al día la Madre y teniendo en consideración que hoy en día muchas de ellas además de las labores titánicas del hogar, del esfuerzo y el amor que hacen por atender casa, hijos y en muchos casos a la pareja, se enfrentan también en el ámbito laboral a condiciones de trabajo y salariales inequitativas, a largas jornadas de trabajo y a lo que ahora conocemos como hostigamiento sexual o acoso sexual, que aunque estadísticamente es más común en la mujeres, algunos ahombres también la enfrentan.

El artículo 13 de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, define el Hostigamiento Sexual como el ejercicio del poder en una relación de subordinación real de la víctima frente a quien agrede. Se expresa en conductas verbales y físicas, de connotación lasciva y relacionada con la sexualidad. Implica una agresión a través de las relaciones laborales y se asocia con un premio o castigo.

El Acoso Sexual es una forma de violencia en la que no hay subordinación pero sí existe un ejercicio abusivo de poder que conlleva a un estado de indefensión y de riesgo para la víctima, independientemente de que se realice en uno o varios eventos. Crea un ambiente ofensivo y hostil que interfiere en el desarrollo de las habilidades individuales en el trabajo.

El siguiente cuadro muestra algunas de estas manifestaciones:

Verbales	No Verbales	Físicas
• Piropos o comentarios no deseados acerca del cuerpo o el aspecto físico • Burlas, bromas o chistes de carácter sexual • Insinuaciones y propuestas sexuales • Invitaciones insistentes a salir • Preguntas incómodas sobre la vida sexual o amorosa • Insultos o amenazas ante la resistencia de la persona hostigada o acosada	• Miradas morbosas, insistentes o insultantes a la persona o distintas partes de su cuerpo • Silbidos, sonidos y gestos • Imágenes o dibujos ofensivos y denigrantes en carteles, calendarios, pantallas de computadora • Mensajes con contenido sexual enviados por medios electrónicos	• Roces corporales • Abrazos o caricias • Besos, apretones • Manoseos, pellizcos • Acercamiento o contacto

Se trate de Acoso sexual u Hostigamiento sexual, la persona que se enfrenta a estas situaciones presenta consecuencias en física, mental y en su trabajo, pues limita su capacidad de desenvolverse adecuadamente, es coartada en muchas veces su oportunidades de crecimiento profesional o

laboral, disminuye su confianza, su autoestima, está sujeto a tensión emocional y por lo tanto se ve mermado su rendimiento.

La persona víctima de estas formas de violencia puede presentar además ansiedad, miedo, dificultad de concentración, insomnio, irritabilidad, falta de apetito, aislamiento, estigmatización persecución, ausencia laboral entre otros.

Es importante para todas las personas, conocer en qué consiste y cuáles son las manifestaciones del Hostigamiento Sexual o el Acoso sexual en el ámbito Laboral, pues estar informado es el primer paso para evitarlo, identificarlo y denunciarlo.

Como en todas las situaciones de violencia, es indispensable romper el silencio, pero, sobre todo:

- No abandonar ni renunciar al trabajo
- Reunir evidencia del desempeño laboral
- Registrar fechas, horas, lugares, posibles testigos, palabras exactas de los incidentes
- Buscar apoyo psicológico
- Denunciar en el ámbito penal, administrativo y laboral ante instancias correspondientes como Derechos Humanos, fiscalía, sindicato, institución, etc.

Pero sobre todo entender que no está sola (o) en el camino que se tengas que recorrer y que todas las personas deben ser tratadas con respeto, con dignidad y reconocer el valor de Ser humano.