



Diagnóstico de síntomas de violencia en su lugar de trabajo

La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA, por sus siglas en inglés) define la violencia en el lugar de trabajo como cualquier acto o amenaza de violencia física, acoso, intimidación u otro comportamiento amenazante y perturbador que ocurra en el lugar de trabajo.



El mundo moderno puede ser un lugar estresante.

Una variedad de situaciones e incidentes (algunos de larga data y otros nuevos) pueden causar o exacerbar ese estrés.

Problemas de relaciones, deudas crecientes, reducción de horas de trabajo, mala salud, traumas causados por la pérdida, la tensión generada por la interrupción de la vida diaria debido al coronavirus.

Para algunos, esas tensiones pueden llevarlos a un punto de quiebre y, desafortunadamente, a veces ese punto de quiebre ocurre en el lugar de trabajo.

Diferentes organizaciones pueden tener diferentes definiciones, pero la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) define la violencia en el lugar de trabajo como...

Cualquier acto o amenaza de violencia física, acoso, intimidación u otro comportamiento amenazante y perturbador que ocurra en el lugar de trabajo.

La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA, por sus siglas en inglés) define la violencia en el lugar de trabajo como cualquier acto o amenaza de violencia física, acoso, intimidación u otro comportamiento amenazante y perturbador que ocurra en el lugar de trabajo.



En términos generales, el alcance de la violencia en el lugar de trabajo tiende a englobar las siguientes acciones:

- Homicidio
- Uso de un arma o amenaza de hacerlo
- Agresión
- Expresiones de violencia, ya sea física (tirar muebles, golpear una pared) o verbal (gritos, blasfemias y vulgaridades)
- Amenazas de cualquier tipo, ya sea en persona, por teléfono, correo postal, correo electrónico o redes sociales
- Daño a la propiedad
- Tácticas de intimidación y terror
- Acoso



Estas son las formas en que suele manifestarse la violencia en el lugar de trabajo y estas tienden a ocurrir dentro de uno de cuatro escenarios:

- Un cliente es violento con un empleado
- Un empleado es violento con un compañero de trabajo
- Un amigo o pareja es violento con un empleado (lo confrontan en el lugar de trabajo)
- Un extraño es violento con un empleado

No todos los actos de violencia en el lugar de trabajo ocurren a plena vista, entonces, ¿cómo puede verificar los síntomas de que alguien es una víctima?



Más allá de los signos físicos evidentes (moretones, cortes, golpes, etc.) que a menudo se atribuyen a "accidentes" o "caídas", hay otras señales que buscar:

- Caída en la calidad del trabajo
- Molestia evidente después de llamadas telefónicas personales
- Emociones extremas y cambios de humor
- Aislamiento
- Depresión
- Falta de concentración
- Salidas tempranas, llegadas tarde, ausentismo

¿Cómo puede verificar los síntomas de que alguien es un posible perpetrador de violencia en su lugar de trabajo?



Las señales de advertencia de que un estallido violento puede ser inminente a veces pueden ser presagiadas por:

- Amenazas implícitas o explícitas
- Rapidez para ofrecer críticas, exceso de sensibilidad al recibirlas
- Experimentar cambios en el estado de ánimo
- Falta de concentración
- Ausentismo
- Caída en la calidad del trabajo y la productividad
- Alarde de poseer varias armas
- Depresión
- Caída en los estándares de higiene y apariencia personal



En algunos casos, es posible que la policía, el departamento de bomberos e incluso la OSHA realicen un análisis de la seguridad en el lugar de trabajo. Es posible que esto no prevenga incidentes de violencia, pero puede identificar formas de reaccionar y responder si ocurre un incidente.

Dondequiera que trabaje y cualquiera que sea su función (gerente, supervisor, etc.), por lo general, es posible conocer los síntomas, evaluar el riesgo de violencia en su lugar de trabajo y tomar medidas para evitarlo o reducirlo.



Si ha pensado en hacerse daño o hacerle daño a otros, o sabe de alguien que tenga estos pensamientos, busque ayuda de inmediato.

Si usted o alguien que conoce se encuentra en peligro inminente, llame al **911** o acuda a la sala de emergencias más cercana.

Para comunicarse con un consejero especializado, llame a 988 Suicide & Crisis Lifeline (anteriormente conocida como la Línea Nacional para la Prevención del Suicidio) al **988** o al **1-800-273-TALK** (1-800-273-8255).

También puede enviar mensaje de texto al **988** o iniciar un chat en **988.lifeline.org**. Lifeline brinda apoyo gratuito y confidencial las 24 horas, los 7 días de la semana.*



Apoyo crítico cuando lo necesite

Visite optumeap.com/criticalsupportcenter para obtener información y recursos adicionales de apoyo crítico.



Si ha pensado en hacerse daño o hacerle daño a otros, o sabe de alguien que tenga estos pensamientos, busque ayuda de inmediato. Si usted o alguien que conoce se encuentra en peligro inminente, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana. Para comunicarse con un consejero especializado, llame a 988 Suicide & Crisis Lifeline (anteriormente conocida como la Línea Nacional para la Prevención del Suicidio) al 988 o al 1-800-273-TALK (1-800-273-8255). También puede enviar mensaje de texto al 988 o iniciar un chat en 988.lifeline.org. Lifeline brinda apoyo gratuito y confidencial las 24 horas, los 7 días de la semana.*

*Lifeline brinda servicios en inglés y español para situaciones de crisis en curso desde su centro telefónico y emplea a Language Line Solutions como servicio de traducción en 250 idiomas adicionales para las personas que llamen al 988.

Este programa no debe usarse para necesidades de atención de emergencias ni urgencias. En caso de emergencia, llame al 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana. Este programa no sustituye la atención brindada por un médico o profesional. Consulte con su terapeuta las necesidades de atención médica, los tratamientos y los medicamentos específicos. Debido a la posibilidad de un conflicto de intereses, no se brindará asesoramiento jurídico sobre asuntos que puedan implicar acciones legales contra Optum o sus filiales, o cualquier entidad a través de la cual la persona que llama está recibiendo estos servicios de forma directa o indirecta (por ejemplo, el empleador o el plan de salud). Este programa y sus componentes pueden no estar disponibles en todos los estados o para todos los tamaños de grupo, y están sujetos a cambios. Es posible que se apliquen exclusiones y limitaciones de cobertura.

Optum® es una marca comercial registrada de Optum, Inc. en los Estados Unidos y otras jurisdicciones. Todas las otras marcas o los nombres de productos son marcas comerciales o marcas registradas o de la propiedad de sus respectivos dueños. Optum es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

© 2023 Optum, Inc. Todos los derechos reservados. WF8463081 223388-092022 OHC