

El 15 por ciento de los trabajadores españoles sufre 'mobbing', según un estudio del Colegio de Psicólogos

Nervios, insomnio, dolor de cabeza, afecciones cutáneas, fatiga crónica o caída del pelo son algunas de las consecuencias físicas y psíquicas del 'mobbing'.

El 15 por ciento de los trabajadores españoles en activo sufre 'mobbing' o acoso laboral, según un estudio publicado por el Colegio de Psicólogos a principios de 2007. A partir del sexto mes de estar sufriendo el acoso, existe un riesgo real de padecer una enfermedad.

Así lo señaló hoy, en el curso organizado por la Universidad de Cantabria en Santander 'Acosos. Una realidad emergente', el psicólogo y profesor de la Universidad de Alcalá de Henares, Iñaki Piñuel y Zabala, autor del primer libro escrito en español sobre 'mobbing', un tema del que, según dijo, "no es fácil hablar en España".

Nervios, insomnio, dolor de cabeza, afecciones cutáneas, fatiga crónica o caída del pelo son algunas de las consecuencias físicas y psíquicas del 'mobbing'.

Estadísticamente no existen diferencias entre hombres y mujeres acosados en el trabajo, aunque sí hay constancia de que ellos piden menos ayuda por una cuestión educacional. "Los hombres aguantan más tiempo sin quejarse, pero por eso desarrollan enfermedades más graves", dijo Piñuel, quien señaló que las mujeres presentan más cuadros depresivos y los hombres desarrollan más cardiopatías.

El especialista explicó que el proceso del acoso comienza con una acusación a la víctima por parte del acosador, relacionada con el desempeño de su trabajo. Se trata de una acusación falsa, general, dramática y además se atribuye a la persona acosada mala intención en sus actos. Desde el momento en que la víctima acepta el error y empieza a sentirse culpable, el acosador ya puede manipularla.

Según Piñuel, las víctimas de 'mobbing' "somatizan porque es la forma que tiene el organismo de pedir socorro". Por eso una parte importante de la terapia debe ser verbalizar emociones como el pesimismo o la humillación y no los hechos que han tenido que soportar.

En ocasiones se intenta que la persona acosada se aclimate a la situación de acoso, pero la solución es "hacerla protagonista de su propio problema y que abandone la indefensión", afirmó el psicólogo, ya que el acosador manipula a la víctima de tal manera que ésta aprende a no defenderse.

[El Economista](#)

Fecha artículo: vie 06 jul 2007 07:00:00 CEST