

Comissão de Prevenção e Enfrentamento aos Assédios Moral e Sexual

CARTILHA DE PREVENÇÃO E COMBATE AO ASSÉDIO E À DISCRIMINAÇÃO NO AMBIENTE DE TRABALHO

SUMÁRIO

Compromisso com o ambiente de trabalho 03

O que é assédio? 04

Exemplos de situações de assédio e discriminação 09

Medidas de prevenção e acolhimento 11

Consequências do assédio e da discriminação 13

Como denunciar? 15

COMPROMISSO COM O AMBIENTE DE TRABALHO

Esta cartilha tem como objetivo informar e conscientizar servidoras/es, colaboradoras/es e demais pessoas integrantes da instituição sobre as formas de assédio e discriminação, suas consequências e os meios para prevenir e combater essas condutas.

Caso você presencie ou seja vítima de qualquer forma de assédio ou discriminação.

NÃO SE OMITA: DENUNCIE!

Sua participação é essencial para construir espaço profissional baseado no respeito mútuo, na ética e na dignidade.



O QUE É ASSÉDIO?

Assédio Moral

Conduitas abusivas são ações que desrespeitam a dignidade da pessoa, criando ambiente hostil. Isso inclui isolamento social, sobrecarga de trabalho, exposição ao ridículo, tarefas humilhantes e monitoramento excessivo, que afetam a autoestima e o bem-estar da/o empregada/o. Combater essas práticas é essencial para um ambiente de trabalho saudável.



O QUE É ASSÉDIO?

Assédio Sexual

Conduitas indesejadas de conotação sexual que geram constrangimento, podendo incluir:

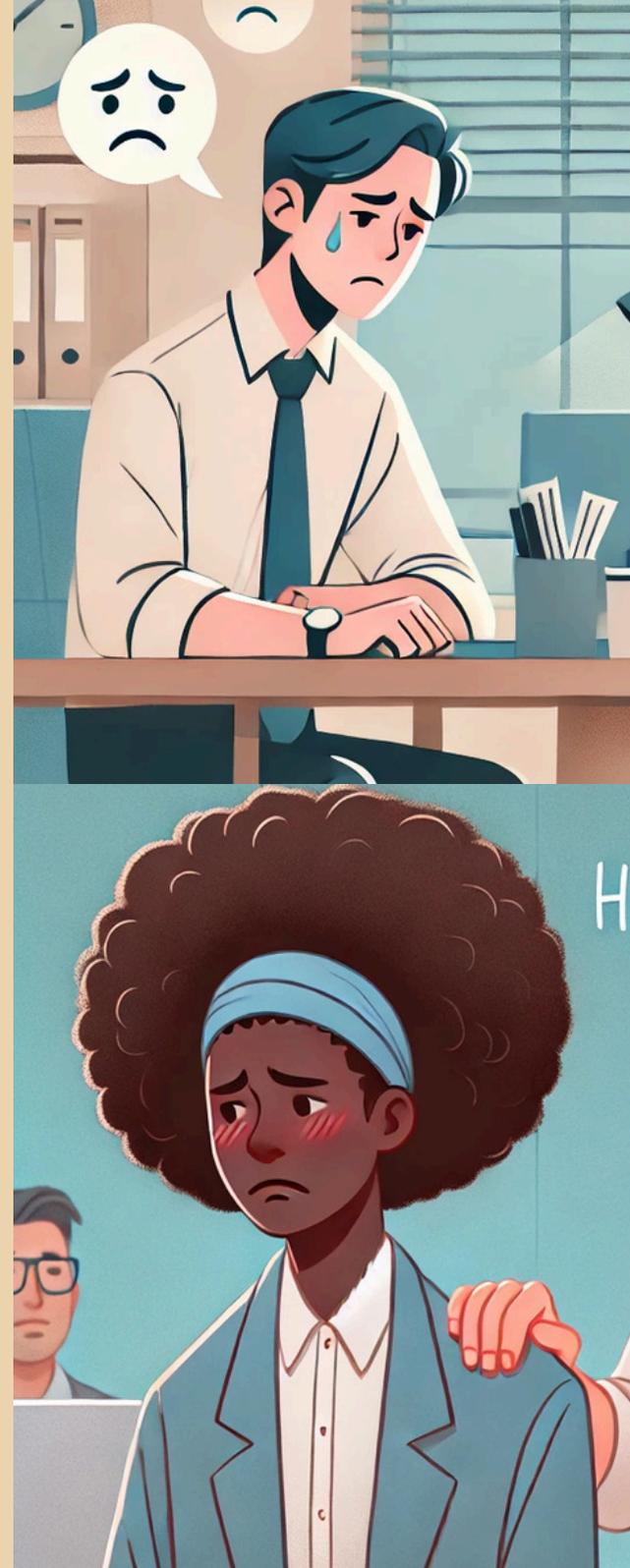
- insinuações e comentários inapropriados;
- toques indesejados e convites inapropriados;
- chantagem para favorecimento sexual em troca de benefícios profissionais;
- envio de mensagens ou imagens de cunho sexual sem consentimento; Gestos ou olhares invasivos e persistentes.



O QUE É ASSÉDIO?

Discriminação

Tratamento desigual e injusto baseado em características como gênero, raça, religião, deficiência, idade ou orientação sexual, resultando em exclusão, falta de oportunidades iguais e preconceitos.



O QUE É ASSÉDIO?

Violência Política de Gênero

Ações que buscam impedir ou restringir a participação de mulheres na política, incluindo ameaças, ataques e desqualificações sistemáticas.



O QUE É ASSÉDIO?

Assédio Eleitoral

Ocorre quando alguém em posição de poder tenta influenciar o voto de outra pessoa por meio de ameaças, promessas de benefícios ou coação. Essa prática é ilegal e passível de punição.



EXEMPLOS DE SITUAÇÕES DE ASSÉDIO E DISCRIMINAÇÃO:



1. Chefe que ignora sistematicamente uma outra pessoa e retira suas funções sem justificativa;
2. Comentários de cunho sexual feitos repetidamente a alguém no ambiente de trabalho;
3. Solicitação de favores sexuais em troca de promoções ou benefícios;
4. Exclusão de pessoas de reuniões ou projetos por motivos não profissionais;

EXEMPLOS DE SITUAÇÕES DE ASSÉDIO E DISCRIMINAÇÃO:



5. Ofensas verbais, apelidos pejorativos ou piadas sobre características pessoais;
6. Imposição de tarefas impossíveis de serem cumpridas para desestabilizar a pessoa;
7. Negação de oportunidades de crescimento para determinados grupos sociais;
8. Cobranças excessivas ou injustificadas apenas para determinadas pessoas.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E ACOLHIMENTO

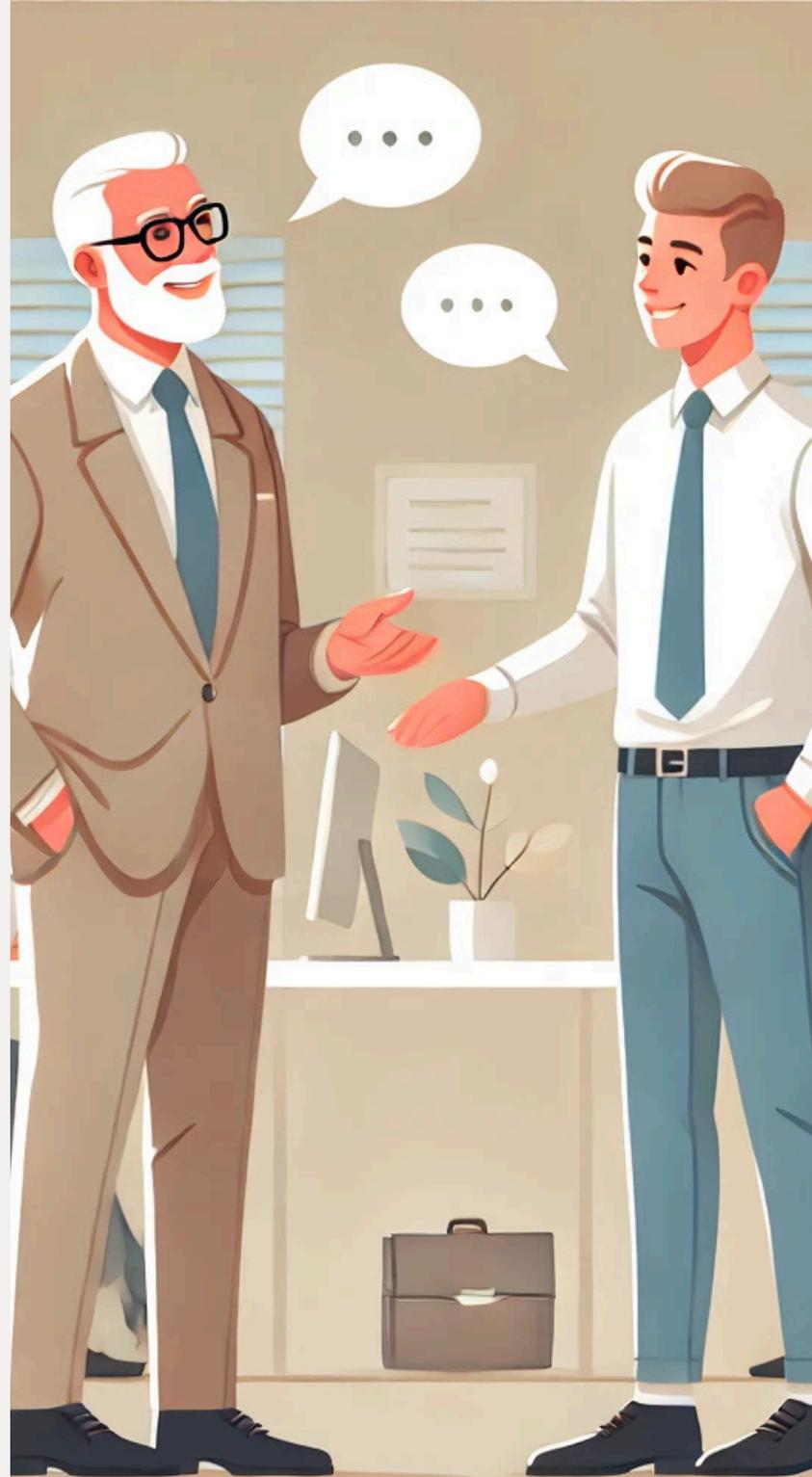
Para combater o assédio e a discriminação é fundamental:

Conhecer seus direitos

Estar informado sobre o que configura assédio e discriminação.

Fomentar cultura de respeito

Promover diálogo aberto no ambiente de trabalho.



MEDIDAS DE PREVENÇÃO E ACOLHIMENTO

Para combater o assédio e a discriminação é fundamental:

Registrar evidências

Sempre que presenciar ou sofrer uma situação de assédio.

Buscar apoio

Junto às instâncias responsáveis.



CONSEQUÊNCIAS DO ASSÉDIO E DA DISCRIMINAÇÃO

O assédio e a discriminação afetam não apenas a vítima, mas toda a instituição. As consequências incluem:

Para vítima

- Danos psicológicos como ansiedade, depressão, baixa autoestima e síndrome do pânico;
- Problemas físicos, como insônia, dores crônicas e hipertensão;
- Isolamento social e dificuldades no ambiente profissional;
- Impacto na produtividade e na motivação para o trabalho;
- Risco de afastamento profissional e desgaste emocional.



CONSEQUÊNCIAS DO ASSÉDIO E DA DISCRIMINAÇÃO

O assédio e a discriminação afetam não apenas a vítima, mas toda a instituição. As consequências incluem:

Para a instituição

- Clima organizacional tóxico e baixa moral entre as pessoas;
- Aumento da rotatividade e do absenteísmo;
- Risco de processos administrativos e judiciais;
- Danos à reputação institucional;
- Redução na eficiência e produtividade do trabalho.



COMO DENUNCIAR?

Se você for vítima ou testemunha de assédio ou discriminação no ambiente do TRE-MA, denuncie! Seus dados serão preservados e o caso será tratado com sigilo e responsabilidade.



E-MAILS

assediomoral@tre-ma.jus.br
ouvidoria@tre-ma.jus.br



TELEFONE

0800 098 5000
(das 8h às 18h)

Passo a Passo para Formalizar uma Denúncia



Registrar os fatos

Anote data, local, descrição do ocorrido e envolvimento de outras pessoas.



Buscar apoio

Procure a Ouvidoria ou a Comissão de Prevenção e Enfrentamento do Assédio Moral e do Assédio Sexual, colegas ou pessoas hierárquicas de confiança para relatar a situação.



Juntar provas

Reúna e-mails, mensagens, testemunhos e outros registros.



Denunciar

Utilize os canais oficiais do TRE-MA para relatar o caso.



Acompanhar o andamento

Mantenha contato com a Ouvidoria ou setor responsável.



Participar de sessões de apoio

Busque auxílio psicológico e jurídico disponível.

Juntos, podemos garantir um ambiente de trabalho mais justo e respeitoso.

NÃO SE OMITA: DENUNCIE!

FONTES

BRUGINSKI, Márcia Kazenoh. Assédio moral no trabalho: conceito, espécies e requisitos caracterizadores. Revista Eletrônica Tribunal Regional do Trabalho do Paraná. Curitiba-Paraná, v. 2, n. 16, p. 1-298, 2013.

THOME, Candy Florencio. O assédio moral nas relações de emprego. São Paulo: LTr, 2009.

OLIVEIRA, Ana Luísa Naves; FERREIRA, Camyla de Sousa Franco. ASSÉDIO MORAL ORGANIZACIONAL. REVISTA FOCO, v. 17, n. 6, p. e5324-e5324, 2024.



**COMISSÃO DE PREVENÇÃO
E ENFRENTAMENTO AOS
ASSÉDIOS MORAL E SEXUAL**

