



## Fomentar la salud y bienestar de los abogados tiene repercusiones positivas a nivel empresarial e individual

Los abogados asumen diariamente una labor profesional que, si bien les satisface a nivel personal, también puede acarrearles problemas de salud mental derivados de la presión a la que están sometidos por lograr obtener un resultado exitoso en los casos de sus clientes. Para evitar que el rendimiento de la plantilla se vea afectado a raíz del estrés laboral, **las empresas de servicios legales pueden implantar actividades o acciones que promuevan la salud y el bienestar de los empleados**, ya que esto resulta fundamental para crear un entorno laboral saludable y productivo.

Algunas acciones que pueden desarrollar las firmas legales son la implementación de programas de bienestar que aborden aspectos físicos, mentales y emocionales de la salud. Estos programas pueden incluir **actividades como ejercicio físico, yoga, meditación, talleres de manejo del estrés y charlas educativas sobre hábitos saludables**.

El medio internacional [The Impact Lawyers](#) publicó recientemente en un artículo que la in

...