



El síndrome de burnout en abogados: El agotamiento profesional que no debe pasarse por alto

El síndrome de burnout, también conocido como agotamiento laboral, es una condición relacionada con el estrés crónico y la fatiga emocional que puede ocurrir en personas que están expuestas constantemente a situaciones de estrés laboral prolongado. Este síndrome afecta principalmente a personas que trabajan en profesiones de ayuda, como es la abogacía.

Las personas con síndrome de burnout experimentan una sensación de agotamiento físico y emocional extremo, lo que **puede llevar a una disminución de la motivación y del rendimiento laboral, e incluso, tomar la decisión de cambiar de profesión**. El medio internacional referente para letrados de todo el mundo, [The Impact Lawyers](#), afirmaba que “muchos abogados cambian de trayectoria profesional porque tienen que lidiar con mucho estrés y ansiedad”, es decir, muchos letrados que padecen este síndrome optan por buscar otras metas en otros sectores.

Entre los síntomas que también pueden padecer los trabajadores afectados por este síndrome, está una actitud negativa hacia su trabajo, sentimientos de cinismo o alienación, y una disminución de la satisfacción laboral, lo que repercutirá negativamente en el rendimiento laboral del empleado y del despacho en el que preste sus servicios. Para evitar este posible escenario, es importante reconocer los ...