



Cuándo se debe priorizar la salud mental en el sector legal

La salud mental está más presente en el entorno laboral desde la toma de conciencia colectiva que lucha por el bienestar de los empleados. Por tanto, y teniendo en cuenta que el sector de la jurisprudencia es uno de los más exigentes y desafiantes del mercado, es importante reconocer cuándo es el momento oportuno para renunciar a su trabajo. Esta decisión no es fácil, pero puede ser la mejor manera de proteger tanto al abogado como a su capacidad de ejercer la profesión de manera segura y efectiva.

Lo más importante es saber reconocer los síntomas, por ello, el medio internacional [The Impact Lawyers](#) da a conocer una serie de señales que pueden indicar cuándo es el momento de tomar medidas. Entre ellos, destacan el *burnout* crónico, la ansiedad, el abuso de sustancias o el descuido de la vida personal.

Existen varias vías para poner fin a los problemas de salud mental en la abogacía, entre las que destacan:

- Buscar a ...