



La necesidad de aplicar un protocolo de desconexión digital en los bufetes

El **burnout** es un problema creciente en la abogacía, una profesión caracterizada por largas jornadas laborales, alta presión y la constante necesidad de estar disponibles para los clientes. En un entorno donde la conectividad digital es cada vez más demandante, los abogados tienden a permanecer "en línea" mucho después de que la jornada laboral haya concluido, lo que afecta gravemente su equilibrio entre la vida personal y profesional. Para combatir este problema y mejorar el bienestar general de los abogados, los bufetes deberían implementar un **protocolo de desconexión digital** que permita a sus empleados dejar el trabajo de lado al final del día.

El acceso constante a correos electrónicos, llamadas telefónicas y aplicaciones de mensajería puede llevar a que los abogados sientan que están siempre "de guardia", sin importar si ya ha terminado su jornada laboral. Este fenómeno, conocido como **hiperconectividad**, que puede parecer una ventaja para los clientes, tiene efectos muy negativos s

...