



## Beneficios de minimizar las distracciones digitales en horario laboral

En el entorno jurídico, la eficiencia y la precisión son esenciales para cumplir con las demandas de los clientes y las exigencias del mercado. Sin embargo, uno de los mayores retos a los que se enfrentan los abogados y los equipos legales es la constante presencia de distracciones digitales, que pueden afectar su productividad y concentración. Ya sea a través de notificaciones de correos electrónicos, mensajes en redes sociales o alertas de aplicaciones de mensajería, las interrupciones pueden fragmentar el tiempo de trabajo y dificultar la tarea de centrarse en lo que realmente importa: redactar documentos complejos, revisar casos o preparar estrategias legales.

Para mejorar la eficiencia y maximizar el rendimiento, es fundamental implementar estrategias que minimicen estas distracciones.

1.

### **Bloquear notificaciones con el modo "no molestar"**

La mayoría de los dispositivos, ya sean smartphones, tablets o computadoras, cuentan con una función llamada "No molestar" que puede resultar ...