



La prevención del burnout en los despachos de abogados

El sector legal se caracteriza por largas jornadas laborales, alta presión entre los trabajadores y una cultura de competitividad intensa entre las firmas legales. Todos estos factores son caldo de cultivo para que proliferen **el síndrome de burnout** en las plantillas de los despachos de abogados.

Dicho síndrome se basa en experimentar una sensación de agotamiento físico y mental extremo, que a su vez trae consigo una falta de energía constante; actitud cínica o desapego; disminución de la motivación y del rendimiento laboral, por cuanto dificulta la capacidad de concentración y comisión de errores por quienes padecen este síndrome.

En aras de evitar que se dé este problema entre los profesionales del sector legal, existen algunas **estrategias organizacionales** para abordar y prevenir el agotamiento físico y emocional.

Promover una cultura saludable

Para promover una cultura laboral saludable en el sector legal es necesario aplicar prácticas que reduzcan el estrés y fomenten el bienestar. Entr ...

[SUSCRÍBETE >](#)[para una conversión completa a PDF |](#)