22/02/2023

ECONOMIST&JURIST

Redacción

Cinco maneras de evitar el síndrome del burnout en el trabajo

La sociedad actual ha establecido como norma **la cultura del éxito**. Este nuevo estilo de vida ahonda en un ambiente muy competitivo, pero menos cooperativo y empático. La actualidad ha sido definida por las características de los modelos industriales y de consumo, el libre mercado y la competitividad a nivel global. A pesar de todas las ventajas que esto posee, también **existen consecuencias negativas**.

El actor, **Arnold Schwarzenegger**, dijo que el fracaso no es una opción, sino que todo el mundo debe triunfar. Esto es debido a la concepción que rodea al término del fracaso, como un elemento diferenciador entre las personas que sirven y las que no. Esto ha creado la necesidad en varios trabajadores de tomar decisiones perjudiciales para su salud priorizando temas laborales y, por ende, se ha producido lo que se conoce como **síndrome del *burnout***.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoció en 2020 el trastorno de estar quemado o sobrepasado por el trabajo como **una enfermedad diagnostic**

...

SUSCRÍBETE para una conversión completa a PDF