12/07/2023

ECONOMIST&JURIST

Redacción

Cinco tips para que los abogados combatan el calor veraniego durante la jornada laboral

Las altas temperaturas y las olas de calor están a la orden del día durante los meses de verano. El gran problema de esto es que, **el calor provoca síntomas como somnolencia, calambres musculares, apatía, dolor de cabeza y sensación de agotamiento, lo que se traducirá negativamente en el rendimiento y bienestar** de los trabajadores.

Una alimentación correcta puede ayudar a los abogados a mejorar su estado físico y anímico durante el verano. El consumo de fruta, como la sandía o el melón, les servirá para estar alimentados e hidratados, lo que tendrá efectos positivos en el organismo y, por tanto, en el desempeño laboral y en la productividad. En este sentido, el medio internacional *The Impact Lawyers* publicó recientemente un artículo manifestando la importancia de que las firmas legales fomenten el consumo de comida sana en el lugar de trabajo, con el fin de mantener una buena calidad de vida y promover el bienestar físico y mental de los abogados.

Para combatir el calor, una sensación que

...

SUSCRÍBETE > para una conversión completa a PDF |