



Patricia Tudó Ramírez

Abogada y psicóloga, salud mental abogacía.



---

## La salud mental de la abogacía, una cuestión ‘iuris et de iure’

El 83,5% de las letradas y letrados consideran el estrés como riesgo muy elevado del ejercicio profesional. Por lo que, si no es tratado a tiempo puede derivar en trastorno de ansiedad generalizada, síndrome de burnout o agotamiento, y depresión mayor.

A pesar de que no se puede hablar de que existan patologías propias de la abogacía, es fácil observar **conductas y distorsiones cognitivas** que sí son recurrentes en la profesión. Las peculiaridades del ejercicio, unidas a las **condiciones laborales**, si se trata de abogados por cuenta ajena, también son coadyuvantes en el deterioro del bienestar mental.

La abogacía es **una profesión altamente exigente** que demanda de una personalidad multifacética multi rol. Así se espera del buen abogado que sea una persona sociable, líder, audaz, pero también empático, con capacidad de estudio y análisis, de constante adaptación al cambio y resiliente.

Por otro lado, **la competencia feroz**, el miedo a perder clientes y la multitarea, convierte el día a día del abogado en jornadas interminables, con alta dedicación, pero a veces baja productividad por causas ajenas a él (el 75% dedica más de 40 horas semanales al trabajo y el 20% del tiempo lo dedican a tareas administrativas), en detrimento de sus relaciones personales y familiares.

El colapso de los juzgados llev ...

SUSCRÍBETE >

para una conversión completa a PDF |