



Ana Sánchez Blázquez

Redacción E&J



El semáforo invisible del estrés: cómo un simple imán puede transformar la dinámica de un bufete

Cada mañana, antes de encender la computadora o abrir el primer expediente, los abogados de un pequeño pero innovador bufete colocan un imán en su casillero o pizarra personal. Puede ser verde, amarillo o rojo. Lo hacen sin necesidad de explicaciones, sin discursos, sin tener que justificar nada. Solo el gesto y el color. Ese acto breve —pero poderoso— **está generando una transformación silenciosa en la manera en que los equipos jurídicos se comunican y se cuidan** unos a otros.

Verde significa "estoy bien", "hoy me siento con buena energía y capacidad para asumir más trabajo o colaborar con quien lo necesite". Amarillo indica una "carga media", quizás por plazos inminentes, reuniones exigentes o una combinación de ambas. Rojo es la señal clara de "no molestar", el abogado está al límite, mental o emocionalmente, y necesita concentración o simplemente no más presiones por ese día.

En un mundo jurídico tradicionalmente marcado por la exigencia, la competencia interna y la constante presión p

...

SUSCRÍBETE >

para una conversión completa a PDF |