



Profesiones de alto desgaste emocional: cuidar la salud mental también en agosto

Agosto es sinónimo de descanso para muchos, pero no siempre para la mente. Mientras las oficinas se vacían y los juzgados bajan el ritmo, hay profesionales que siguen lidiando con la carga invisible del estrés y la hiperconexión laboral. Son los protagonistas de lo que ya se conoce como “profesiones de alto desgaste emocional”: abogados, médicos, docentes o periodistas, entre otros.

Conscientes de este fenómeno, el Ilustre Colegio de la Abogacía de Madrid (ICAM) ha reforzado este verano la difusión de su línea gratuita y confidencial de atención psicológica para colegiados y colegiadas, operativa también en agosto. La medida busca dar respuesta a una realidad cada vez más visible: la abogacía es una de las profesiones afectadas por el estrés crónico, la ansiedad y la fatiga emocional, tal como revelan los datos de la primera encuesta realizada en España sobre estas problemáticas.

“Los abogados no desconectamos nunca del todo. Ni cuando estamos en la playa, ni de noche, ni durante una baj

...