

Reconoce los síntomas del 'Síndrome de Burnout'

¿Por qué es importante?

También conocido como 'Síndrome del trabajador/a quemado/a', se caracteriza por un progresivo agotamiento, pérdida de interés por el trabajo y una baja motivación.

Sus efectos pueden ser dolores musculares y contracturas, problemas gastrointestinales o cardiovasculares, mareos, dolores de cabeza, etc.

La persona que padece este síndrome suele estar irritable, de mal humor y apenas se relaciona con los que le rodean. Aprender a reconocer estos síntomas en tu entorno laboral te permitirá ayudar a quién lo sufre.

FINANCIADO POR:



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO, MIGRACIONES
Y SEGURIDAD SOCIAL



FUNDACIÓN
ESTATAL PARA
LA PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES, F.S.P.

confemetal
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE INDUSTRIA METALÚRGICA