



Tu salud mental también en primer lugar

Tu bienestar y calidad de vida importan

Identifica los efectos que puede provocar el estrés

Esta condición es acumulativa y afecta en el ámbito personal, familiar, social y laboral.

Algunas posibles consecuencias en el trabajo son:



Disminución del
rendimiento y
productividad



Mayor accidentabilidad
y enfermedades
profesionales



Baja motivación
personal y falta
de foco

Si reconoces alguno de estos síntomas en ti, escribe de manera confidencial a Jorge Sotomayor, director corporativo de Salud Ocupacional.

directorjsoto066@odelco.cl

