



PERÚ

Ministerio de Salud

Dirección de Red de Salud
Lima Norte V Rímac-SMP-LO

“Año del Buen Servicio al Ciudadano”

Red de Salud Lima Norte V Rímac-SMP-LO

NOTA INFORMATIVA



Para mejorar tu rendimiento en el trabajo

CONOZCA COMO PREVENIR EL ESTRÉS LABORAL

La Red de Salud Lima Norte V Rímac-SMP-LO, recomienda a la población evitar y controlar el estrés laboral, que se genera por las exigencias y cargas en el trabajo, siendo considerados de mayor incidencia en los trabajadores.

La sobrecarga laboral es el factor de mayor consecuencia emocional en los trabajadores, la misión de los líderes de equipos de trabajo es observar y conocer a su personal, con el objetivo de identificar los cambios en su rendimiento y comportamiento para evitar un posible cuadro de estrés en el lugar donde laboran.

Los líderes de equipo tienen que reconocer el trabajo en su personal, motivando frecuentemente en su desarrollo profesional, incentivando que cada trabajador sienta un buen trato y mejor clima organizacional, para que puedan cumplir correctamente con las funciones asignadas.

Síntomas de estrés laboral:

Un trabajador puede presentar síntomas de estrés laboral como la falta de concentración en sus funciones, bajo rendimiento, inasistencia o tardanza continua, aislamiento con el grupo de trabajo, irritabilidad, siendo estos los cambios marcados en sus relaciones interpersonales.

NI 043-2017

Oficina de Comunicaciones

Lunes, 03 de Abril del 2017