

Valoración de la decana del ICAB, M^a Eugènia Gay, sobre el ‘Estudio sobre la salud y el bienestar de la Abogacía’ elaborado por ISMA (Mental Health Institute of Legal Professional) y Lefebvre (14/5/2019)

MARÍA EUGENIA GAY

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define salud como un “estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”.

Por este motivo, considero muy importante que la abogacía sitúe el bienestar emocional como un aspecto más a tener en cuenta en relación al desarrollo de su actividad profesional.

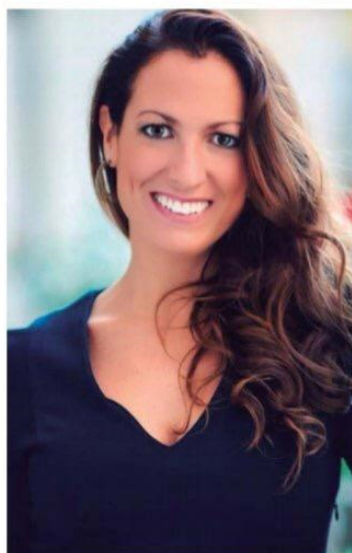
Hoy en día, debemos convivir y lidiar con un alto porcentaje de estrés, dada la carga emocional que conlleva nuestro trabajo. Debemos aprender a afrontar las tensiones, debemos ser conscientes de nuestras capacidades y límites para trabajar de forma productiva y fructífera.

Mayoritariamente las empresas centran sus objetivos en la obtención de beneficios y descuidan el trato que dispensan a sus trabajadores y trabajadoras. Por ello, tanto a nivel social como empresarial debemos hacer una profunda reflexión, que vaya más allá de ganar dinero. Las empresas y los profesionales debemos contribuir a mejorar la sociedad, y ello pasa por el respeto y el cuidado de los trabajadores y trabajadoras. Se debe actuar con ética y responsabilidad. Solo así podremos generar un impacto positivo en el entorno y contribuir a un mayor bienestar de las personas.

Por ello, valoro muy positivamente la iniciativa pionera de Lefebvre y el Instituto de Salud Mental de la Abogacía – Mental Health Institute of Legal Professions (ISMA-MHILP), de realizar un Estudio sobre la Salud y el Bienestar de la Abogacía Española.

Un reto ilusionante al que me he sumado llevando la pulsera de actividad que recoge los datos monitorizados que son un reflejo de la actividad real de abogados y abogadas.

Sin duda, sus resultados nos ayudarán de forma óptima a tomar decisiones y medidas que contribuyan a mejorar la calidad de vida de todos los profesionales que formamos parte de la abogacía.



“ Sus resultados nos ayudarán de forma óptima a tomar decisiones ”

María Eugenia Gay

Decana del Ilustre Colegio de la Abogacía de Barcelona