



## El estrés laboral

### ► Descripción

Folleto con información sobre las causas del estrés laboral, síntomas, consecuencias y consejos prácticos. Recurso para sensibilizar a la dirección y plantillas de las pequeñas empresas sobre la importancia de la salud mental en el entorno de trabajo. Bilingüe, euskera-castellano.

### ► Utilidad

Dirección y plantillas de pequeñas empresas.

### ► Origen

La identificación del estrés como uno de los problemas habituales, presente en todo tipo de empresas, independientemente de su tamaño o actividad.

### ► Palabras clave

Estrés laboral, sobrecarga, saturación, dificultades para conciliar vida laboral y familiar.



[Descargar Cartel](#)

### CONTACTO

empresa@inguralde.com

944789395-400