







# SÍNDROME POSTVACACIONAL

## ¿POR QUÉ APARECE?

-  **Mal clima laboral**
-  **Altas cargas de trabajo**
-  **Apremios de tiempo**
-  **Horarios irregulares**

**DURA APROXIMADAMENTE**

**15 DÍAS**

**UGT**



# SÍNDROME POSTVACACIONAL

## PUEDE PROVOCAR

- ! **Ansiedad**
- ! **Debilidad**
- ! **Cansancio**
- ! **Insomnio**
- ! **Falta de concentración**
- ! **Desidia hacia el trabajo**
- ! **Angustia**

# SÍNDROME POSTVACACIONAL

## UGT RECALCA

**Las empresas deben cumplir con la normativa en prevención de riesgos laborales evaluando los riesgos como:** sobrecarga de trabajo, la imposibilidad de desconexión, el mal ambiente laboral, la violencia en el entorno de trabajo, la inestabilidad, los problemas de conciliación...



UGT



# **SÍNDROME POSTVACACIONAL**

## **UGT PROPONE**

**La empresa debería promover la adaptación progresiva al trabajo con distintas medidas como, por ejemplo:**

**el teletrabajo, ampliar la jornada intensiva u horarios flexibles y siempre contando con la representación legal de las personas trabajadoras.**