

## NO ES UNA BROMA EL BROMAZEPAM

**PARA UGT EL ABUSO DE ANSIOLÍTICOS ES UNA CONSECUENCIA DE LAS PRESIONES COMERCIALES**

19 de junio de 2018. El bromazepam, más conocido por la marca comercial Lexatín, es utilizado, entre otras dolencias, para tratar la ansiedad, y también para poder conciliar el sueño en estados de alerta y crispación continua. Su automedicación, como todos los ansiolíticos farmacológicos, no es recomendada por sus contraindicaciones y por la generación de dependencias. En este caso, el bromazepam combinado con alcohol puede llegar a ser mortal.



Para UGT en la medida en que las presiones comerciales se acentúan en nuestro modelo de negocio, aumenta el consumo indiscriminado de ansiolíticos como forma rápida de poder apaciguar el estrés generado. Desde UGT no paramos de denunciarlo ante la dirección, intentando mitigar los excesos de esta práctica.

Paralelamente recomendamos a la plantilla no acudir a la automedicación, y combatir las presiones con sensatez y sentido común. Cualquier situación que requiera de tratamiento debe ser tutelada por el respectivo servicio médico.

### **Estrés generalizado**

Nuestro entorno laboral se caracteriza últimamente por la generación de situaciones que el trabajador puede percibir como amenazantes:

- Llamadas continuas para dar el parte de las campañas diarias, y casi horarias: efecto **aliento en el cogote**.
- Publicación de listas y ránking: efecto **miedo al ridículo**.
- Estado de hiperconectividad: efecto **móvil corporativo hasta en la sopa**.
- Normativa restrictiva: efecto **inseguridad en lo aprendido**.
- Clientes más reivindicativos: efecto **tu cliente es tu enemigo**.

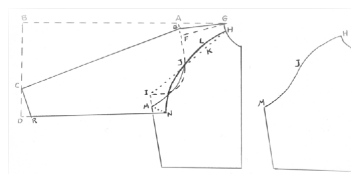
Si las amenazas se mantienen y no desarrollamos mecanismos eficaces de defensa, es fácil acudir a la automedicación para tratar de rebajar el estrés.

Alternativas naturales

Hay quien piensa que este modelo de negocio ha venido para quedarse. En UGT estamos convencidos de que no es así. Un modelo de tal intensidad acabará agotándose, pues no puede sostenerse generando infelicidad e insatisfacción a la plantilla. Y estamos en demostrarlo para cambiarlo.

Individualmente también podemos acudir a métodos naturales para hacerle frente al estrés:

- 1. PonlefrenoMadaleno: marcar una hora límite para desconectar todos nuestros smartcs corporativos. Y respetar en todo momento ese límite.
2. MangaCórtix Oclusivo: está demostrado el beneficio terapéutico de un corte de manga sonoro, gesto ya utilizado por las legiones romanas. La versión moderna utiliza cojines para descargar ira. Nuestro método tradicional, si se hace sin ofender, es más eficaz. 100% demostrado.
3. NoMeJodas: el estrés llevado en silencio es más que hemorroideo. Merece la pena hablar con naturalidad de lo que opinamos profesionalmente ante nuestros superiores, con respeto y sensatez. Si nos dejamos llevar por la rabia contenida, las consecuencias pueden ser indeseadas.



Y por supuesto, ponte en contacto con tu delegado de UGT más cercano.

CON LA SALUD NO SE JUEGA



UGT, para empezar a cambiar. ¡Ven con nosotros!

Envía este cupón al centro 5137

Form fields for Name and surnames, Office, E-mail, and Account number (entidad, oficina, cc, cuenta).

Los datos cumplimentados serán tratados en un fichero responsabilidad de la 'Confederación Sindical Unión General de Trabajadores de España' (en adelante UGT) para las siguientes finalidades: Emisión de carnés de afiliación. Emisión de recibos de la cuota sindical, así como la gestión del cobro de ésta. Envío de información y publicaciones sobre cuestiones que afecten a la vida interna de UGT y a su actividad externa. Elaboración de estadísticas. Prestación de servicios. Envío de ofertas de bienes y servicios, de acuerdo con la reglamentación interna del Sindicato. Además si desempeña labores de representación colectiva, sus datos serán tratados por UGT para la realización y seguimiento de las actividades sindicales amparadas en la legislación vigente. Asimismo, mediante la firma de la presente solicitud, usted también otorga su consentimiento expreso y escrito para que UGT lleve a cabo la cesión de sus datos, a la entidad bancaria o a la empresa en la que presta sus servicios, para proceder al cobro de la cuota sindical. Por último, le informamos que usted puede ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición de sus datos, solicitándolo por escrito a UGT