

[Ofertas no Rio de Janeiro](#) Reciba un increíble Cupom por día. Até 70% de desconto. Confira! [www.GROUPON.com.br/Oferlas](http://www.GROUPON.com.br/Oferlas)

[Ofertas de Empleos](#) Acceso Gratuito a Milhares de Vagas Seu Próximo Empleo está Aquí! [bomnegocio.com](http://bomnegocio.com)

[Assistir Filme](#) Alugue Filmes sem Sair de Casa. Experimente 1 Mês Grátis, Confira! [www.NetMovies.com.br](http://www.NetMovies.com.br)

Anuncios Google

**propuesta**  
periódico de actualidad



Google

6.9.11

**Portada**  
**Política**  
**Opinión**  
**Comuna**  
**Mujer**  
**Deporte**  
**Reportaje**  
**Ojos Atrás**  
**Espectáculos**  
**Arte /**  
**Cultura**  
**Quiénes**  
**Somos**  
**Tiempo Libre**  
**Música**  
**Sociedad**

facebook

propuesta  
periódico de actualidad

Anuncios Google

[Videos Youtube](#)

Veja o Trailer dos Filmes que Estão na Telona Aqui no TVG!

[TVG.G.com.br](http://TVG.G.com.br)

[Expo Money São Paulo 2011](#)

Aprenda a gerenciar seu dinheiro e cuidar de investimentos.

Confira! [www.expomoney.com.br](http://www.expomoney.com.br)

[Site Oficial da Nextel](#)

Conheça os planos de telefonia Nextel e aproveite as vantagens!

[www.nextel.com.br/sms\\_i](http://www.nextel.com.br/sms_i)

[Vagas de Empleo](#)

Milhares de vagas abertas. Encontre seu emprego aquí. Cadastre-se já!

[www.manager.com.br](http://www.manager.com.br)

## Drogas por el trabajo: ¿Es necesario?

Opinar sobre el estrés de la vida profesional moderna ya es un tema muy debatido. Sin embargo, es importante señalar que la situación se está volviendo cada vez más caótica, ya que la gran mayoría de estos profesionales no buscan una alternativa para reducir al mínimo los efectos devastadores que esta situación provoca.

Lo importante es tener el enfoque y el enfoque de hoy es el resultado a menudo expresado en cantidad, en grandes volúmenes. Así que, en general, los profesionales para lograr estos resultados, "olvidan" algunos factores importantes como el cuidado de su propio bienestar, mientras se mantiene el equilibrio entre el trabajo y la calidad de vida. Este equilibrio debe existir, porque ambos son esenciales para la supervivencia de la humanidad.

En nombre del resultado tan deseado, cualquier esfuerzo vale la pena. Y aquí la palabra "pena" adquiere su verdadero significado; vale la pena el costo, que es un castigo.

Y este castigo puede sobrevenir al permitir la aparición de miedos, conflictos interpersonales, la competencia exagerada e injusta, la falta de control en la ejecución de las tareas, las largas horas, generando la falta de tiempo para disfrutar de la familia, dar un paseo, ir a un gimnasio, una visita al médico. También puede venir a través de la ansiedad y otras medidas de presión. Sin embargo, ¿todos estos esfuerzos se verán recompensados? Confucio ha dicho que los hombres pierden la salud para hacer dinero y luego pierden el dinero para recuperarla.

La investigación muestra que, sobre todo en las grandes ciudades con la vida de ritmo frenético y estresante, los profesionales que trabajan, independientemente del segmento en el que operan, con pocas excepciones, no ejercen actividad alguna que pudiera servir como una válvula de seguridad. Por lo tanto, para soportar la presión que buscan están involucrados con las drogas lícitas y/o ilícitas.

Lo que emerge de nuevo en este escenario, es el tipo de sustancia que se consume en ese segmento: las drogas ilícitas más jóvenes, más fuertes y potencialmente más perjudiciales.

Como creador de la realidad, cada profesional sabe dónde ir a buscar la alternativa saludable para su situación, su escape. Créanme, que existe!

Las mentes y los cuerpos de estos profesionales lo reconocen y claro, los resultados aparecen.

**Odilon Medeiros**

*Master en Administración de Empresas, Especialista en Psicología Organizacional, Postgrado en el equipo directivo, MBA en ventas, consultor y conferencista nacional sobre temas relacionados con la gestión de personas.*  
[om@odilonmedeiros.com.br](mailto:om@odilonmedeiros.com.br)



## ¿Cómo escribir en Propuesta?

Se encuentra disponible la posibilidad de enviar material escrito para su publicación en nuestro sitio de noticias. Los temas sobre los que se puede escribir no tienen límite y pueden abordar cualquier temática.

Para que sea considerada su publicación los textos deben ser enviados a [secretaria@propuesta.com.uy](mailto:secretaria@propuesta.com.uy).

Para conocer las condiciones para publicar contenidos en [propuesta.com.uy](http://propuesta.com.uy), se debe enviar un mail a la dirección mencionada.

Los contenidos escritos por nuestros lectores, también podrán ser publicados en nuestra edición impresa.