



SUPERNOTA

COMPORTAMIENTO ORGANIZACIONAL

Luisana Arévalo cruz

LIC. Ariadne Danahe Vicente Albores

Universidad del sureste

Medicina veterinaria y zootecnia

**Tapachula, chis. Sábado 30 de
noviembre 2024**



Dolor de cabeza:



Este puede ir desde algo leve hasta una migraña crónica.

Falta de motivación y de energía:

Puede afectar también tu vida personal y lo que haces fuera del trabajo.



Alteraciones del sueño:



Padecerlo puede hacer que duermas menos o que desarrolles insomnio.

Dificultad para concentrarse:

El estrés laboral afecta tu capacidad para hacer las cosas, puede generarte una ansiedad tan fuerte que llega a afectar tu concentración.



Tristeza:



Este síntoma puede llevarte a la depresión, si sientes que esto ha crecido mucho busca ayuda de un profesional.