

DATOS

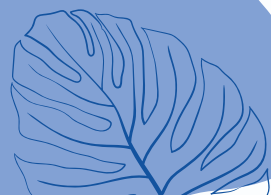
9 de cada 10 enfermeras han tenido problemas psicológicos por la presión asistencial.

23% ha necesitado una baja laboral por la sobrecarga de trabajo.

6 de cada 10 profesionales encuestadas declara que ha pensado en algún momento dejar la profesión.

El 86,1% de las enfermeras ha sufrido episodios de estrés, el 66,6% de ansiedad, el 60% de insomnio y el 27,2% declara haber llegado a sufrir depresión.

Datos del Consejo General de Colegios
Oficiales de Enfermería de España



CONTACTANOS

MARTES Y JUEVES DE 16-18 H

TELEFONO O WHATSAPP

685017324

CORREO ELECTRONICO

**CUIDANDO-NOS
@COLEGIOENFERMERIARIOJA.ORG**

FORMULARIO EN LA PAGINA WEB



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD



La Rioja



CUIDÁNDO-NOS

*CUIDANDO AL
CUIDADOR*



¿POR QUÉ?

Desde el Colegio Oficial de Enfermería de La Rioja consideramos que la salud mental de nuestros colegiados constituye un aspecto fundamental, tanto en el ámbito personal como en el profesional, dado que influye de manera directa en la calidad de la atención que se presta.

¿A QUIEN?

Todo colegiado, que esté en situación activa o susceptible de estar en activo, que esté en una situación de ansiedad, estrés, depresión, o cualquier trastorno emocional, a causa del trabajo y que le impida desarrollar su labor adecuadamente.

¿CÓMO?

- De forma preventiva

Con regularidad el colegio ofrece talleres y cursos que ayudan a los participantes a mejorar las relaciones interpersonales, estrés, trastornos del sueño, etc.

- Mens sana in corpore sano

Sabemos que el deporte es un buen aliado, por lo que disponemos de dos gimnasios donde ponerte en forma; además de clases de yoga, pilates y Core, para el acondicionamiento físico.

- Con ayuda asistencial

Hay a disposición del colegiad@ varios gabinetes estructurados por psicólogos y psiquiatras, según tus necesidades.

CLAVES

Tu confidencialidad es importante, por lo que el colegio no dispondrá de la información de quien está dentro del programa.

Sin límites de sesiones.

Servicio gratuito.

Atención especializada desde el primer momento

Más información en la página Web del colegio.