

Su Programa de Ayuda al Empleado y a la Familia (PAEF) es un servicio de apoyo que le puede ayudar a dar el primer paso para emprender cambios.

Cómo actuar respecto de los titulares de noticias que causan estrés: Consejos prácticos de los agentes de nuestro centro de llamadas

© 2026 TELUS Health Ltd.

Cómo actuar respecto de los titulares de noticias que causan estrés: Consejos prácticos de los agentes de nuestro centro de llamadas

Si bien la mayor parte de las personas que llaman a su PAE tienen algunas preguntas, las hay que llaman motivadas por grandes dificultades. Nuestros agentes del centro de llamadas atienden esas experiencias de vida desoladoras, que al igual que toda mala noticia, resultan ser abrumadoras.

Veamos qué hacen nuestros agentes para mantener la calma cuando deben enfrentar situaciones sobre las cuales tienen poco control. Veamos cuáles son algunas de sus estrategias predilectas que nos confían.



"En vez de pensar en lo que no puedo hacer, trato de concentrarme en lo que sí puedo hacer". Cuando oigo hablar sobre la saturación del sistema de atención médica, me recuerdo a mí misma que por el hecho de quedarme en casa, estoy contribuyendo a no recargarlo más."

- Lyonne

"Miro muchas comedias. La risa es un medicamento infalible. He estado viendo cuanta película de comedia y caricaturas favoritas puedo."

- Carolyn





"Comunique más con la gente. Llame a sus amigos que residen en diversas partes del país o a los familiares con quienes tiene menos contacto. Tenemos que hacernos reír y comentar algunas de las buenas noticias que nos llegan."

- Samantha