

Tras las vacaciones, se necesitan 30 horas para poner el correo electrónico al día

Todos los años ocurre lo mismo. Al volver a la oficina, tras las vacaciones de verano, los empleados se encuentran con sus bandejas de correo electrónico saturadas. Y esto consumirá recursos durante los primeros días.

De hecho, la plataforma web y móvil **Noysi estima que la tarea de actualizar el correo tras el descanso veraniego puede requerir más de 30 horas** de trabajo. O, lo que es lo mismo, habrá que dedicar casi 5 jornadas laborales al simple hecho de “abrir y cerrar correos electrónicos”.

Y la cifra final se podría incluso incrementar si se tiene en cuenta todo el tiempo que se pierde en leer y en responder estas comunicaciones y en gestionar adjuntos, o si se habla de casos muy concretos como los de comerciales, profesionales de recursos humanos o miembros del servicio de atención al clientes, por ejemplo.

¿Cómo llega Noysi a esta conclusión, a esa media de 30 horas? Según ella misma explica, tras multiplicar 15 días laborales usados para vacaciones por 80 *emails* recibidos al día, que sería al parecer lo más habitual para cada empleado, por 90 segundos que se tardaría en abrir y cerrar mensajes más volver a concentrarse en la siguiente tarea.

Así, el **“estrés posvacacional no sólo se debe al cambio de una playa paradisíaca por una oficina con paredes”**, señalan desde Noysi. **“A lo que todos estamos temiendo es a la bandeja de entrada de nuestro gestor de correo”**.

¿No sabes cómo aplacar ese estrés de la “vuelta al cole”? Repasa nuestro artículo [“5 consejos para evitar la depresión posvacacional”](#).