

Atención a:
La mera mera
Comité de Bienestar Laboral

Yo "Juanita Pérez López", por medio del presente escrito reportado el día 09/11/2021, expreso que he sufrido o presenciado amenazas durante o con motivo del trabajo en la empresa La mera mera. A continuación, describo los detalles del suceso

"Prueba"

Personas involucradas: 3

Nombre	Apellido Paterno	Apellido Materno	Empleado
prueba1	prueba1	prueba1	si
prueba2	prueba2	prueba2	no
prueba3	prueba3	prueba3	no

Derivado del acontecimiento informo que:

Sí he tenido recuerdos recurrentes sobre el acontecimiento que me provocan malestares físicos y/o psicológicos.

Sí he tenido sueños de carácter recurrente sobre el acontecimiento, que producen malestar.

Sí me he esforzado por evitar todo tipo de sentimientos, conversaciones o situaciones que me puedan recordar el acontecimiento.

Sí me he esforzado por evitar todo tipo de actividades, lugares o personas que motivan recuerdos del acontecimiento.

Sí he tenido dificultad para recordar alguna parte importante del evento.

Sí he disminuido interés en mis actividades cotidianas.

Sí me he sentido alejado o distante de los demás.

Sí he notado que tengo dificultad para expresar mis sentimientos.

Sí he tenido la impresión de mi vida se va a acortar, que voy a morir antes que otras personas o que tengo un futuro limitado.

Sí he tenido dificultad para dormir.

Sí he estado particularmente irritable o me han dado arranques de coraje.

Sí he tenido dificultad para concentrarme.

Sí he estado nervioso o constantemente en alerta.

Sí me he sobresaltado fácilmente por cualquier cosa.

Lo anterior lo informo bajo protesta de decir verdad y en cumplimiento de mi obligación establecida en la NOM-035-STPS-2018.

Cordialmente:
Juanita Pérez López
ccruzcontreras@sistemascontino.com.mx
2291030003