

**Datos del artículo:**

Kinman, G., & Grant, L. (2020). Emotional demands, compassion and mental health in social workers. *Occupational medicine (Oxford, England)*, 70(2), 89–94, <https://doi.org/10.1093/occmed/kqz144>

(Traducido en la página)

**País** Reino Unido

**Objetivo del artículo**

Examinar los efectos (directos e indirectos) de la satisfacción por compasión, la fatiga por compasión y la autocompasión sobre la salud mental en una cohorte de trabajadores sociales.

**Metodología**

Estudio cuantitativo de corte transversal. La muestra del estudio estuvo compuesta por 306 trabajadores sociales (79% mujeres). Obtuvimos datos a través de una encuesta en línea que fue distribuida por un organismo profesional que representa a los trabajadores sociales en el Reino Unido. Se utilizaron 2 escalas validadas para medir las demandas emocionales, la satisfacción por compasión y la fatiga, 1 cuestionario para medir la autocompasión y el Cuestionario de salud general-12 para evaluar la salud mental. Probamos los efectos principales y moderadores de las demandas emocionales y las tres facetas de la compasión mediante el análisis de regresión jerárquica.

**Perspectiva teórica**

La compasión, descrita como el acto de brindar atención basada en la empatía, la dignidad y el respeto, es intrínseca a la atención sanitaria y social eficaz. Aunque brindar atención compasiva tiene amplios beneficios para los usuarios del servicio, se necesita más información sobre sus efectos en los profesionales de la salud y la atención social. Las demandas emocionales del trabajo de 'ayuda' pueden generar fatiga por compasión que puede afectar el bienestar, mientras que la satisfacción

por la compasión y los sentimientos de compasión hacia uno mismo pueden ser protectores.

### **Principales resultados y conclusiones**

Todas las escalas y sub escalas alcanzaron un nivel aceptable de consistencia interna. Los participantes que informaron niveles más altos de satisfacción por compasión y autocompasión tendieron a informar una mejor salud mental, mientras que la fatiga por compasión fue un factor de riesgo significativo para el bienestar.

Este estudio destaca los riesgos y beneficios para el bienestar de los trabajadores sociales de brindar atención compasiva. Encontramos evidencia de que la fatiga por compasión es un factor de riesgo para la salud mental, mientras que la satisfacción por compasión y la autocompasión son beneficiosas para el bienestar. La satisfacción obtenida de las relaciones con los usuarios del servicio y los sentimientos de compasión hacia uno mismo también pueden proteger a los trabajadores sociales de los efectos negativos de las demandas emocionales del trabajo en su salud mental. Nuestros hallazgos también sugieren que la fatiga por compasión tiene fuertes efectos directos sobre la salud mental de los trabajadores sociales, pero no exacerba los riesgos para el bienestar cuando las demandas emocionales son altas.

La magnitud de la demanda emocional y la fatiga por compasión informada por nuestra muestra fue solo moderada y la puntuación media de los síntomas de salud mental no fue excesivamente alta en comparación con otros estudios de profesionales de la salud y la asistencia social (Stride, Wall & Catley). Esto es sorprendente, considerando que una alta proporción de nuestra muestra (46%) trabajaba con niños y familias, lo que generalmente se considera una especialización de "alto estrés" (Adams, Boscarino & Figley). Estos hallazgos podrían explicarse por los efectos de los sobrevivientes, donde los trabajadores sociales que eran menos capaces de hacer frente a las demandas emocionales del puesto pueden haberse trasladado a otras especialidades o haber abandonado la profesión por completo.

Muchos profesionales de la salud y la asistencia social completan su formación con pocos conocimientos sobre cómo mantener su salud mental y evitar el agotamiento. La necesidad de un "plan de estudios emocional" que prepare y apoye al personal para las demandas emocionales de la práctica desde el reclutamiento hasta la jubilación es ampliamente reconocida.

Para ayudar al personal a hacer frente a las demandas emocionales de ayudar en el trabajo, las organizaciones de atención social deben asegurarse de que las cargas de trabajo no sean excesivas, los niveles de personal sean óptimos y se disponga de una supervisión de alta calidad. Además de reducir el riesgo de fatiga por compasión en su origen, esto fomentará una cultura organizacional que permita a los profesionales forjar relaciones compasivas y satisfactorias con los usuarios del servicio que sostendrán en lugar de agotar sus recursos emocionales y apoyarán su bienestar (p.93-94).