

### **Cuidado profesional y mecanismos paliativos del desgaste por empatía**

José Francisco Campos Vidal, Josefa Cardona Cardona,

María Elena Cuartero Castañer, Joan Albert Riera Adrover

El concepto de Desgaste por Empatía (Compassion Fatigue) es inexistente en la literatura científica de Trabajo Social en nuestro país. Puede definirse el Desgaste por Empatía como estado de agotamiento y disfunción biológica, psicológica y relacional, resultado de la exposición prolongada al estrés por compasión y todo lo que ello, como el resultado final del proceso progresivo y acumulativo consecuencia del contacto prolongado, continuado e intenso con clientes o pacientes, el uso de uno mismo y la exposición al estrés. El mantenimiento del desgaste puede derivar en cuadros severos típicos de traumatización secundaria o en el inicio del Síndrome del Profesional Quemado (Burnout). En todo caso, si un profesional del trabajo social experimenta dicho fenómeno, su capacidad para empatizar, conectar y ayudar a sus clientes se ve gravemente disminuida. Ello significa que el Desgaste por Empatía es por una parte, necesario e inevitable si se desarrolla una buena práctica; por otra, peligrosa e inhabilitante si no se compensa mediante otros mecanismos, sean intencionales o no intencionales. El Desgaste por empatía no se puede prevenir pero puede y debe paliarse de forma consciente. Incrementar la capacidad de reconocer y minimizar el impacto del desgaste es una responsabilidad del profesional y de la organización en la cual trabaja. La comunicación presenta las singularidades y características del fenómeno, la confusión terminológica y conceptual existente, las distintas fases y sus desarrollos, así como el balance de saldo negativo a favor de la fatiga. Analizado el fenómeno del Desgaste por Empatía, la comunicación presenta los resultados de una búsqueda sistemática relacionada con las experiencias de autocuidado y sus resultados