Académico de Medicina Veterinaria advierte sobre consecuencias de la llamada “fatiga por compasión”

Gonzalo Chávez, académico de Medicina Veterinaria de UST Viña del Mar, fue invitado a exponer en el seminario Vet Tech desarrollado en Ciudad de México. En el encuentro, estuvo a cargo de la conferencia magistral donde abordó el tema de la “fatiga por compasión” que puede afectar a estudiantes, docentes y profesionales de la Medicina Veterinaria.

“La idea es poder visibilizar dos grandes enfermedades que afectan a los médicos veterinarios: la fatiga compasional y el burnout. Hace años hicimos un trabajo monográfico con una alumna memorista y desde ahí surgió la opción de hacer más trabajos experimentales sobre las enfermedades que afectan la salud mental de estudiantes y profesionales, sobre todo los que trabajan con animales menores, que son más vulnerables a esto”, explica.

Anuncio Patrocinado

Chávez señala que en sus presentaciones sobre este tema suele comentar la imagen de “superhéroe” con la que cargan los médicos veterinarios. “Asumimos un rol de protector de la salud de la familia, no sólo de la mascota, entonces la gente nos exige y nos sobreexige. Esa mochila es súper pesada. Por un lado, está la imagen de que tenemos súper poderes y, por otro lado, hay un consumidor muy agresivo que incluso llega a las funas y el bullying en redes sociales. Todo esto genera una carga emocional negativa súper fuerte”, señala.

“Tenemos asumido que nuestro trabajo va asociado a sufrimiento, pasarlo mal, estresarse, entonces mi invitación es a detenernos un poco, pensar que todo eso no es normal y que debemos ser capaces de decir que hay cosas que no puedo hacer o que no las puedo hacer solo, que tengo que pedir ayuda, ir a terapia si es necesario”, agrega respecto a la manera en que se debe abordar la salud mental en esta profesión.

El académico de UST Viña del Mar agrega que los primeros 10 años de vida laboral son cruciales en la salud mental de los médicos veterinarios: “Es cuando son más vulnerables a ceder a esta presión profesional, ambiental y de autoexigencia. La estadística dice que en este periodo aparecen pensamientos como “no soy capaz”, “parece que no tengo las competencias”, “escogí mal mi carrera”. Ese daño a la autoestima es un caldo de cultivo perfecto para que aparezcan estas enfermedades psicosomáticas”.

Académico de Medicina Veterinaria advierte sobre consecuencias de la llamada “fatiga por compasión”

Veterinarios en el incendio de Viña del Mar

Esta alta exigencia aflora también en episodios como el reciente gran incendio de Viña del Mar, donde tanto estudiantes voluntarios como profesionales de recintos médicos tuvieron que atender a muchos animales quemados por el fuego.
“Situaciones de alto impacto emocional como esas son las que favorecen en el tiempo la fatiga compasional, que tiene que ver con la incapacidad o dificultad para ofrecer el cuidado apropiado a un ser que está sufriendo. En el caso del incendio, que fue dramático física, emocional y socialmente, tiene que ver con verse envuelto en una actividad voluntaria o profesional sin tener las competencias para poder enfrentarlo”.

“Uno puede tener las competencias teóricas para resolverlo, cómo abordar una quemadura, por ejemplo, pero hay que entender que no es sólo la quemadura, hay un ambiente de catástrofe, y enfrentar ese entorno de catástrofe, la presión que implica, la irritabilidad social que puede haber, el desgaste, la energía que hay que invertir, sumando a lo que uno ve… el que crea que eso no hace daño, está súper equivocado porque en algún momento va a hacer daño”.

“No es necesario andar por la vida con esa capa de superhéroe que mencionábamos antes. Claro, yo decido ponerme esa capa, pero si yo asumo que tengo un poder, hay que aprender a gestionar ese poder”, finaliza.



Académico de Medicina Veterinaria advierte sobre consecuencias de la llamada “fatiga por compasión”

y tú, ¿qué opinas?