

Fatiga por compasión entre profesionales de la salud en los cuidados al fin de vida: una revisión documental.

Lina Osorio Hurtado¹

Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium
Facultad de Salud – Programa de Psicología

Resumen

Los profesionales de la salud vinculados a los procesos de fin de vida están expuestos a una sobrecarga emocional que puede repercutir de manera negativa en su calidad de vida. Por ello, el objetivo de este artículo es identificar y analizar en la literatura académica, el abordaje de la fatiga por compasión presente en el personal de la salud que brinda atención y cuidado a pacientes en el proceso de fin de vida. La investigación se llevó a cabo a través de una búsqueda documental en diferentes bases de datos y paginas oficiales para lograr un análisis bibliográfico. Los resultados obtenidos evidencian un alto nivel de fatiga por compasión en profesionales vinculados al área de cuidados paliativos, resultando que el personal de enfermería es el grupo mayormente afectado. Por ello como conclusión se plantea la necesidad de generar espacios de abordaje e intervención con el personal en cuestión e igualmente destacar la responsabilidad de los centros médicos y hospitales por capacitar y psicoeducar al personal con el fin de minimizar los efectos negativos.

Palabras clave: Fatiga por compasión, cuidados fin de vida, profesionales de la salud.

Abstract

Health professionals linked to end-of-life processes are exposed to an emotional overload that can negatively affect their quality of life. Therefore, the objective of this article is to identify and analyze in the academic literature, the approach to compassion fatigue present in health personnel who provide care and attention to patients in the end-of-life process. The research was carried out through a documentary search in different databases and official pages to achieve a bibliographic analysis. The results obtained show a high level of compassion fatigue in professionals linked to the palliative care area, resulting in the nursing staff being the group most affected. Therefore, as a conclusion, the need to generate spaces for approach and intervention with the personnel in question is proposed and to highlight the responsibility of the medical centers and hospitals for training and psychoeducation of the personnel in order to minimize the negative effects.

Keywords: Compassion fatigue, end-of-life care, health professionals.

¹ Estudiante del programa de psicología. El presente artículo de revisión se elabora como opción de grado bajo el desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Seminario Internacional Virtual de Psicología Clínica y de la Salud” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium Cali - Colombia.

Contacto: linaosorioh@hotmail.com

Introducción

Al momento de hablar acerca de la fatiga por compasión se hace un acercamiento desde una perspectiva popular y del conocimiento común, entendiendo que este término puede hacer referencia al cansancio generado por ayudar a otros, algo que no está muy alejado de su conceptualización epistemológica. El término de “fatiga por compasión” deviene de la traducción literal de la palabra en inglés “compassion fatigue”, aunque en el idioma español se pueden encontrar diversas adaptaciones de la traducción encontrando también la expresión “desgaste por empatía” para hacer referencia al mismo fenómeno. Esta manifestación causada por la empatía puede identificarse dentro de la comunidad académica con diferentes nombres, algunos de ellos son fatiga por compasión, desgaste por empatía, traumatización vicaria o estrés traumático secundario, el cual resulta siempre como la consecuencia emocional a la exposición laboral con el sufrimiento o eventos traumáticos de los otros (Acinas, 2012). Por tanto, la fatiga por compasión es entonces una respuesta biopsicosocial dada por la relación continua con un trauma, tensión o estrés de otras personas derivado de una interacción empática y sensible. En tanto Care (2017) asevera que la fatiga por compasión es un subtipo del estrés laboral o también conocido como Burnout, por lo cual el profesional advierte gran estrés al asistir medicamente o al dar consuelo emocional a una persona afectada emocionalmente por diversas circunstancias.

Fue en el año 1992 que de manera oficial Joinson (Castillo, 2014) hace uso de este término para referirse a un síndrome

observado en el personal de enfermería a cargo del cuidado de pacientes que afrontaban una condición médica que amenazaba su vida. De esta manera se logra evidenciar que la fatiga por compasión se caracteriza por ser una respuesta ante el sufrimiento de una persona más que a la situación laboral como tal, la cual tiene repercusiones en el ámbito físico, emocional, social y espiritual de los profesionales. Las personas que experimentan fatiga por compasión refieren una sensación de cansancio que puede provocar una disminución en el deseo de ayudar a otros como también dificultades en sus habilidades profesionales durante la atención (Castillo, 2018). Por otro lado, Care (2017) propone que la fatiga por compasión es una categoría proveniente del estrés laboral o Burnout, debido a que los profesionales experimentan un grado elevado de estrés al asistir medicamente o brindar apoyo emocional a una persona afectada por diversas circunstancias.

Es así como desde hace muchos años, desde diferentes disciplinas se ha visto un interés por investigar y estudiar los efectos perjudiciales de la sobrecarga emocional puesta en labores médicas cuando se trata de pacientes que tienen una historia traumática o una condición clínica compleja, permitiendo conocer más a profundidad elementos propios de la fatiga por compasión como problemática de salud.

Ahora bien, respecto al fin de vida, el proceso de acompañar al paciente va a vincular la relación que los profesionales tengan con la muerte, siendo esta una experiencia universal asociada a la vida y por la que todos los seres

humanos deben transitar. Sin embargo, la manera como las personas, las culturas y, en particular, las profesiones de la salud abordan la muerte es diferenciada y singular. En el caso del personal asistencial, realizan la elección de su profesión en función de lograr preservar la vida, bajo el objetivo de sanar o disminuir el dolor y sufrimiento, donde la enfermedad y la muerte se presentan como realidades complejas de abordar. De esta manera, el personal de salud se enfrenta a la muerte de sus pacientes y a los sentimientos que esto puede generar en ellos como sujetos, bajo la pugna del modelo biomédico dirigido a la eliminación de la enfermedad, lo cual puede generar una despersonalización de su vulnerabilidad, impidiendo en muchos casos comprender que el duelo y la muerte, así como la empatía que nutre el proceso de cuidado de las personas, puede afectar su propia salud (Boyle, 2016).

En el ámbito asistencial se pueden incluir a los profesionales de enfermería, auxiliares, médicos, terapeutas, psicólogos etc. Estos profesionales establecen una relación clínica muy cercana con el paciente y sus familiares en la cual ellos procuran responder ante una demanda de salud específica, involucrando además el deseo de solventar las expectativas del paciente, lo que conlleva a verse sobreexigido psicológicamente frente al sufrimiento del otro, experimentando episodios de ansiedad, estrés y un desgaste progresivo (Bermejo, 2016). Quienes trabajan con el sufrimiento humano pueden ser más vulnerables a la fatiga por compasión debido a que la empatía es un recurso fundamental en el trabajo con poblaciones sufrientes. Además, el hecho de que muchos de estos profesionales hayan experimentado

alguna situación compleja durante sus vidas profesionales, los predispone más a sufrir de este síndrome. Para ello es muy importante conocer que las situaciones traumáticas no resueltas pueden ser activadas por la condición del paciente y su familia (Balart, 2015). De esa manera, el estar involucrado con el cuidado y el bienestar del otro puede generar un costo en los profesionales asistenciales, el cual puede verse como un deterioro de las funciones laborales, sociales y familiares, así como implicaciones psicológicas y emocionales.

Por otro lado, los profesionales de la salud vinculados al área de cuidados paliativos pueden presentar un riesgo mayor a desarrollar fatiga por compasión, dado que su trabajo constante vinculado al proceso de fin de vida de los pacientes puede generar una visión sesgada de la realidad, donde los pensamientos sobre la muerte estarán muy vinculados a las historias particulares de los pacientes que han acompañado. Igualmente, se destaca la enorme capacidad para expresar empatía que deben tener los profesionales de cuidados paliativos, construyendo relaciones muy cercanas con el paciente y su núcleo familiar, haciéndolo más propenso a presentar estrés por compasión (Moreira Fueyo y Alvarez Baza, 2002).

En vista de lo anterior, la fatiga por compasión puede presentarse de manera recurrente en el personal médico y con mayor frecuencia en el personal asistencial del área de cuidados paliativos, lo que permite entonces entrever la necesidad de que dicho fenómeno sea abordado desde el área de la psicología, dado que muchas de las repercusiones y consecuencias del estrés por

empatía se dan en el ámbito de la salud mental de los profesionales. Igualmente, a pesar de que existe información sobre este fenómeno, la concientización y atención por parte de los involucrados es escasa e insuficiente. Adicional a ello, se encuentra necesario involucrar la satisfacción por compasión en la comprensión del fenómeno dado que la capacidad para recibir una gratificación por los cuidados brindados por los profesionales, siendo un aspecto positivo, puede influir en una sobre exigencia laboral en los profesionales médicos.

Aunque existen en la actualidad estudios sobre la fatiga por compasión desde diferentes focos poblacionales, muy pocos se centran en evidenciar las consecuencias como tal en la calidad de vida de los profesionales de los cuidados paliativos. Igualmente, a nivel nacional no se ha desarrollado o establecido programas o protocolos institucionales presentados de manera formal que estén orientados a tratar, prevenir y psicoeducar frente a este tema con el fin de disminuir el impacto que genera la exposición recurrente a situaciones emocionalmente estresantes y demandantes para el personal de cuidados paliativos.

De esta manera, surge el interés por indagar el fenómeno de la fatiga por compasión entre profesionales de la salud vinculados a los cuidados del fin de vida. Tal interés investigativo puede resultar en un insumo que

Metodología

El presente artículo de revisión se caracteriza por ser una búsqueda documental, en la cual se llevó a cabo un análisis bibliográfico en

aporte conocimiento y permita la comprensión, prevención e intervención en situaciones que vinculen la temática a tratar, dado que permite la identificación de los síntomas, su confirmación y su adecuado manejo. Igualmente, el presente artículo de revisión bibliográfica encuentra pertinente desarrollar conocimientos sobre el tema que le concierne a la psicología permitiendo el enriquecimiento teórico y práctico en el área clínica como tal, posibilitando además el fortalecimiento teórico de los futuros trabajos en torno a salud mental, clínica psicológica y a la salud de los profesionales asistenciales.

Por tanto, el presente artículo de revisión pretende identificar y analizar en la literatura académica, el abordaje de la fatiga por compasión presente en el personal de la salud que brinda atención y cuidado a pacientes en el proceso de fin de vida. Asimismo, poder comprender como responden los profesionales ante dicho fenómeno y que propuestas de intervención se han desarrollado en pro del bienestar del personal asistencial. En este sentido, la pregunta problema que guiará el artículo de revisión es: ¿Cómo se ha abordado teórica y prácticamente el tema de la fatiga por compasión en personal de la salud en el proceso de fin de vida? Todo esto bajo el propósito de identificar, describir y comprender el fenómeno.

relación al tema de la fatiga por compasión y los cuidados de fin de vida en profesionales de la salud. Dicha revisión se realizó mediante la búsqueda de documentos académicos y científicos en diferentes bases de datos como Dialnet, Eric, Redalyc, Scielo,

google académico y repositorios de diferentes universidades, incluyendo además información de páginas oficiales.

La búsqueda y recolección de información se logró haciendo uso de las palabras claves fatiga por compasión, cuidados fin de vida y profesionales de la salud, encontrando información clara y reciente en diferentes idiomas y proveniente de diferentes países. En la selección se tuvieron en cuenta trabajos de intervención, artículos de investigación, Tesis de pregrado y maestría, los cuales fueron publicados en años posteriores al 2017. Adicional a la fecha de publicación de los documentos, la selección se llevó a cabo bajo unos criterios de selección los cuales se hacen con el objetivo de lograr una correcta revisión descriptiva, que le permita al lector conocer y ubicarse actualmente frente a la temática tratada. Dichos criterios de selección e inclusión documental son:

- Relación teórica o practica con el tema principal de este artículo.

Resultados

La búsqueda de artículos quedó acotada en documentos publicados en el año 2017 en adelante, seleccionando documentos en los idiomas español, inglés y portugués, donde se prosiguió a la revisión de los resúmenes de los artículos con el fin de constatar que estuvieran presente los criterios de inclusión y exclusión. Posteriormente se realiza una lectura completa, con lo cual se aceptan los artículos definitivos para incluir en el artículo. Se encontraron un total de 50 estudios, de los cuales se seleccionaron 20 para realizar los resultados.

- Capacidad de proporcionar información que permita responder la pregunta problema y que adicional a ello genere nuevas ideas o planteamientos para ser abordados a futuro.
- El documento sea avalado científicamente y cumpla con los requisitos académicos para su validez.

Finalmente, para ejecutar el análisis del material bibliográfico se realiza la sistematización de la información según los resultados, aportes y hallazgos en relación a la temática, utilizando una matriz para la correcta selección de los documentos. Posterior a ello, se vinculan los datos para lograr dar una estructura y así describir los hallazgos y presentarlos en función de cumplir el objetivo del artículo dando respuesta a la pregunta problema que atraviesa el mismo.

El trabajo investigativo “Fatiga por compasión entre el personal de enfermería en los cuidados al final de la vida” (Fernández, 2019) destaca que dentro de los trabajadores susceptibles de padecer síndrome de fatiga por compasión se encuentran los profesionales de la salud, enmarcando aún más el personal de enfermería ya que parecen ser los más afectados por tal fenómeno. Esto es así debido a que los profesionales de enfermería pueden llegar, a través de la empatía, a introyectar y los problemas de las personas a las que ayudan en su entorno laboral y que adicional a esto, este grupo de profesionales presenta una mayor vulnerabilidad dado que la empatía y la

compasión son valores fundamentales en esta profesión. Es por esto que los enfermeros están expuestos constantemente al desconsuelo, la angustia el dolor, y la amenaza de muerte, además de verse sometidos a intensas solicitudes emocionales como resultado de su vínculo con el cuidado del paciente y el nivel de intimidad que establecen en sus labores diarias. El vínculo sostenido por los profesionales favorece el conocimiento de las emociones de los pacientes permitiendo una relación profesional – paciente más adecuada con el fin de continuar los procesos clínicos de manera correcta ya que las demandas de los pacientes no son solo del orden físico e igualmente aseguran la adherencia de los pacientes a los tratamientos.

Es posible evidenciar como el personal de enfermería está en especial riesgo de presentar fatiga por compasión, dado que la exposición al sufrimiento y la muerte de los pacientes es muy recurrente para los profesionales de esta disciplina obteniendo así un gran impacto en el desempeño laboral que en muchas ocasiones resulta en el abandono de la profesión. En este sentido la fatiga por compasión es un riesgo potencial para los colaboradores del área de enfermería, riesgo que debe abordarse desde la prevención e igualmente en la búsqueda de programas y herramientas de intervención, para lo cual se necesitan futuras investigaciones para incrementar los recursos prevención, diagnóstico y tratamiento (Arribas, 2021).

Por otro lado, el trabajo realizado por Marín-Tejeda (2017) se propone evaluar la eficacia de una intervención grupal diseñada para disminuir los síntomas de fatiga por compasión y burnout en personal que trabaja con poblaciones vulnerables. El ejercicio se

lleva cabo mediante un muestreo no probabilístico donde se seleccionaron 24 participantes voluntarios, 21 mujeres y 3 hombres quienes laboraban en el área directiva de organizaciones que atienden a población en condiciones de vulnerabilidad. Se hizo la organización de 3 grupos terapéuticos para administrar diferentes instrumentos para medir burnout, fatiga por compasión, depresión y ansiedad, buscando siempre una intervención preventiva bajo dos ejes, uno terapéutico bajo componentes cognitivo-conductuales y otro psicoeducativo. Posterior a esto, se pudo observar una disminución significativa en síntomas de agotamiento emocional, depresión, burnout y ansiedad concluyendo que la intervención grupal fue eficiente para disminuir síntomas claves de desgaste en profesionales que experimentan altos grados de estrés laboral y fatiga por compasión.

En relación al fin de vida, la aceptación y la manera de afrontar la muerte se hace desde diferentes posiciones subjetivas, Bermejo *et al* (2019) en su trabajo realizan una evaluación de las actitudes hacia la muerte en voluntarios, dichas actitudes pueden ser negativas como la evitación, aceptación de escape o miedo a la muerte, e igualmente podría presentarse actitudes positivas como la aceptación neutral y acercamiento. Para ello se tiene en cuenta los estilos de apego y síntomas de fatiga por compasión. La investigación se realizó con una muestra compuesta por 89 voluntarios de un centro socio sanitario, a través de una regresión lineal para predecir las actitudes hacia la muerte, dichas actitudes tanto negativas como positivas, partiendo de las variables fatiga por compasión, calidad de vida profesional, satisfacción, estilos de apego, edad y situación laboral. Se pudo encontrar de esta manera que los profesionales

responden en un 42% de manera positiva a la muerte y en un 12% de manera negativa, lo cual está vinculado a sus creencias religiosas y culturales además de la edad del personal. Del mismo modo, resulta muy importante destacar que la actitud negativa hacia la muerte está vinculada con el grado de apego del profesional con la persona, identificando elementos de preocupación y de proyección, donde el temor se extrapola a la muerte de miembros de su núcleo familiar.

Cuando se trata de fin de vida con personas menores, la situación parece ser diferente y más compleja. La muerte infantil y perinatal es una experiencia devastadora para la familia y situación dolorosa para los trabajadores del sector de la salud. Aunque las enfermeras y obstetras encuentran su trabajo muy enriquecedor, reconocen que es emocionalmente difícil. Hasta hace poco tiempo, el impacto de la pérdida en los trabajadores era un tema poco explorado y olvidado, pero en la actualidad se ha incrementado el interés por investigar y comprender este fenómeno. Para ello Roncallo (2018) investigan sobre el tema con el fin de encontrar herramientas en pro del bienestar del personal asistencial, donde se encuentra que una de las estrategias más significativas para prevenir la vulnerabilidad emocional en los profesionales que trabajan con muerte infantil o perinatal es la formación específica que se les otorgue a los colaboradores. Poder conocer y comprender la experiencia de perder familias incluye dotarlos de la información necesaria para brindar una atención adecuada y compasiva. Igualmente implica presencia emocional y el apoyo necesario en las decisiones que deben tomar los padres y familiares de los pacientes, siendo así fundamental las habilidades de comunicación, la sensibilidad y la empatía las cuales van a tener un efecto importante en el

proceso de duelo. Adicional a ello Procel *et al* (2018) plantean que el conocimiento de la práctica de la salud en conjunto con las estrategias de afrontamiento adecuadas y una red de apoyo institucional, representan un elemento valioso, tanto para la atención en salud como para el crecimiento personal de los profesionales. Todo esto, a la luz de que el trabajo de acompañamiento en fin de vida en áreas pediátricas significa un alto grado de tensión debido al recurrente enfrentamiento de emociones entre el personal clínico, los familiares y los pacientes, que por ser de menores edades suelen mover y gestionar sentimientos empáticos de manera más exponente. De allí se desprenden una importante sobrecarga emocional, que si no cuentan con las herramientas necesarias puede conducir a presentar fatiga por compasión. De esta manera Rojas –Bertier (2019) se centran en comprender las vivencias de las enfermeras de oncología pediátrica a través de una entrevista semiestructurada, en lo cual se logró ver que tanto la sobrecarga emocional como la fatiga por compasión están presentes en las enfermeras de oncología pediátrica. No obstante, las enfermeras desarrollan estrategias de afrontamiento que les ayudan a seguir adelante y evitar efectos negativos de dicha sobrecarga y fatiga. Conclusiones: Pese a que la sobrecarga emocional y la fatiga por empatía representan un riesgo para los profesionales, siendo la buena gestión de las emociones lo que va a proporcionar las técnicas necesarias para identificar entender y regular todos los sentimientos que les causen malestar.

De igual forma, el personal médico de las unidades de cuidados intensivos Neonatales, debido a la exposición recurrente a factores estresantes, altos niveles de empatía, relación directa con pacientes que sufren, llegan a

presentar situaciones de riesgo en relación a la Fatiga por Compasión, ya que se enfrentan a circunstancias negativas en el ambiente profesional, sumado a la alta demanda de trabajo y la falta de acompañamiento psicológico. Por esto Lomas y Ubieda (2020) diseña la guía de prevención de la fatiga por compasión, con el fin de psicoeducar y otorgar estrategias de afrontamiento y manejo del desgaste por empatía, igualmente promover el autocuidado en los profesionales de la salud de la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales.

Dentro de los aportes investigativos sobre el tema, es fundamental mencionar aquellos que se han dedicado a la revisión o evaluación de herramientas ya diseñadas para la intervención de esta problemática, así se posibilita la reestructuración de dichas herramientas y también promueve la creación de nuevas formas de intervenir para mejorar la calidad de vida del personal asistencial. Para ello, Pintado (2018) efectúa un análisis de los programas de intervención fundados en mindfulness para la disminución de la fatiga por compasión en personal de la salud, teniendo en cuenta que la fatiga por compasión puede afectar el ámbito social, laboral, emocional, psicológico y físico de los profesionales al mismo tiempo que puede significar una baja calidad en la relación con el paciente. Dentro de la información obtenida se logra evidenciar que las intervenciones basadas en mindfulness son eficaces para la reducción de síntomas de fatiga por compasión, burnout y malestar emocional, igualmente ayudan de manera significativa en la mejoría de la calidad de vida. Es por esto que las intervenciones basadas en mindfulness proporcionan estrategias para el auto-cuidado y la auto-conciencia, reduciendo la fatiga por

compasión y aumentando la calidad de vida y el bienestar emocional del personal médico.

Ahora bien, para comprender la fatiga por compasión, es fundamental reconocer cuales son los factores asociados a este fenómeno, para ello el trabajo de Campos-Vidal *et al* (2017) permite conocer la evidencia sobre los factores relacionados con la fatiga por compasión, esto entre la población médica que trabaja en oncología y cuidados paliativos. De allí se encuentra fundamental evidenciar la relación o la vinculación que hacen de la fatiga por compasión con el Síndrome de burnout y adicionalmente correlacionada negativamente con la satisfacción por compasión. Cabe mencionar que el nivel de este fenómeno varía entre profesionales, presentándose mayormente en enfermeros y médicos. Por esta línea de planteamientos, Leyva *et al* (2017) evidencian la importancia de diferenciar muy bien el síndrome de burnout de la fatiga por compasión, donde el Burnout, se gesta a partir de la interacción de la persona con unas variables psicosociales negativas del ámbito laboral, resultando en un agotamiento físico, emocional y mental derivado de la exposición recurrente a situaciones altamente demandantes y con un fuerte impacto emocional. Por tanto, se conoce como el estrés vivido por colaboradores en su entorno laboral, mientras que la fatiga por compasión es consecuencia de la relación profesional con el otro (Moreno et al., 2004).

De esta manera, el área de cuidados paliativos y oncología representan un riesgo para el completo bienestar físico y emocional del personal asistencial debido a que se pueden identificar riesgos altos y moderados de Fatiga por Compasión. La investigación llevada a cabo por Rodríguez y Rivas (2016) muestra que un 80% de los profesionales en la salud pueden presentar el síndrome en cuestión. Para ello es vital minimizar los

efectos de la Fatiga por Compasión en profesionales sanitarios y no sanitarios que prestan atención en unidades de Cuidados Paliativos a través de una intervención terapéutica. Para ello es fundamental concientizar a la población de los problemas psicológicos que puede conllevar la atención a personas en final de vida fomentando acciones dirigidas a desarrollar los recursos necesarios para realizar una atención empática, comprensiva e integral. Al mismo tiempo, Córdoba *et al* (2021) a través de una revisión documental identifican que, en contextos hospitalarios, el personal que acompaña a los pacientes durante el proceso de muerte se le reprime demostrar sentimientos y experimentar el duelo por la pérdida de sus pacientes. Seguido de los trámites administrativos, la despersonalización sanitaria y el alto número de pacientes a cargo impiden que exista por parte del personal de salud un correcto abordaje sus emociones, llevándolos a presentar agotamiento psicológico y fatiga por compasión.

Relacionado a los factores que pueden sostener la fatiga por compasión en profesionales, con ello un factor determinante durante la prestación de un servicio asistencial es el estado emocional del personal que ofrece la asistencia. En una relación de ayuda, la empatía es un recurso fundamental que permite comprender el sufrimiento de la persona afectada, pero que puede generar un efecto negativo como disminuir la capacidad de respuesta del profesional o repercutir en el bienestar emocional. Con esto, el trabajo de Laspala (2018) permite identificar los factores que favorecen a la aparición de fatiga por compasión en personal asistencial, logrando entrever que el sostenimiento de este desgaste puede derivar en cuadros severos de traumatización. De la misma manera,

Cuartero (2018) nos permiten evidenciar que los profesionales vinculados al fin de vida no son necesariamente del área clínica como tal, ya que, en su trabajo con profesionales de trabajo social se logra reconocer que estos experimentan dicho fenómeno, concluyendo que su capacidad para empatizar y ayudar a los pacientes se puede ver disminuida por el agotamiento que se ha generado. Por esto, factores como el autocuidado, condiciones laborales adecuadas y la oferta de salud al trabajador repercuten en el desarrollo de conductas y emociones desadaptativas. Es de esta manera como las estrategias de prevención se centran en dotar al profesional sanitario de habilidades y conocimientos para lograr una calidad de vida y bienestar laboral, encontrando que de la mano de la formación y la capacitación se promueve la toma de conciencia en el personal sanitario sobre los problemas psicológicos que pueden llegar a presentar como consecuencia de la atención a personas del área paliativa, haciendo un llamado además a fomentar la prevención y el abordaje a través de diferentes intervenciones (García, 2017).

Desde el punto de vista de la Bioética, la compasión se considera una actitud vinculada a la generosidad, el altruismo, solidaridad, acompañamiento, consuelo o auxilio entre otros (Jiménez, Triana, y Washburn, 2002), es así como en el ámbito de la salud, las respuestas compasivas llevas consigo un reconocimiento de la fragilidad del otro lo cual va a ser indispensable para la excelencia en los cuidados. Por tanto, el trabajo Nolasco (2019) encuentra que los profesionales de enfermería y medicina son el grupo poblacional con mayor riesgo a padecer fatiga por compasión donde el 80% de los colaboradores de enfermería que además trabajaban en una unidad de cuidados paliativos, presentaban un riesgo elevado de padecer estrés. De la misma manera, se logra

reconocer que las consecuencias que puede experimentar el profesional serían baja calidad en los cuidados, distrés emocional y deseos de abandonar la profesión. A esto se le suma el agotamiento elevado, los cambios de personalidad y aumento del absentismo.

García y Medina (2021) investigan establecer el nivel de fatiga por compasión en conjunto con la actitud frente a la muerte del personal de Enfermería en las unidades de cuidados intensivo de la Clínica Santa Ana. Lo cual a través de un enfoque cuantitativo basado en la recolección y medición de información haciendo uso de la escala “The Professional Quality of Life (ProQOL-IV)”. Como resultados presentan que la fatiga en el personal de enfermería se evidencia de manera incrementada como respuesta a la carga laboral que aumento durante la pandemia por Covid19. Por consiguiente, en cuanto a la actitud frente a la muerte del personal de enfermería que labora en las Unidades de Cuidado Intensivo Covid-19 en la Clínica Santa Ana de Cúcuta, predomina la aceptación neutral, seguida de la aceptación

de acercamiento permitiendo comprender que el personal de esta clínica maneja de manera adecuada la situación.

La Calidad de vida de los profesionales de la salud va a estar guiada por la manera en se logran equilibrar los aspectos y vivencias emocionales con el rol que cumpla a nivel profesional. Es por esto, que la adecuada relación de ayuda puede movilizar cosas positivas como negativas. Borges *et al* (2019) en su estudio con personal de enfermería, establece que de una relación de ayuda con las personas que se encuentran en un estado de vulnerabilidad el profesional asistencial puede desarrollar vivencias positivas como la satisfacción por Compasión o por el contrario negativas siendo así la fatiga por Compasión el resultado. Por ello, al conocer la percepción de la Calidad de Vida del personal de enfermería de las áreas de Cuidados Paliativos, Cuidados Intensivos y Oncologías se ponen de manifiesto la coexistencia de niveles moderados tanto de satisfacción por compasión como de fatiga por compasión.

Discusión

Del recorrido investigativo y teórico recolectado en este artículo, se logra evidenciar como la fatiga por compasión en el personal asistencial requiere de un mayor abordaje en relación a los profesionales que desempeñan sus labores en el área de cuidados paliativo. Todo esto respondiendo a las necesidades emocionales de los pacientes, familiares y del mismo personal asistencial al momento de enfrentar el proceso de fin de vida. Igualmente, se logra destacar como la carga laboral y la sobre exposición a situaciones altamente desgastantes repercuten en la aparición de fatiga por

compasión, señalando además que el personal de enfermería puede verse directamente afectado en un mayor porcentaje debido a que desde esta área de atención la vinculación con los pacientes es más directa que otros profesionales de la salud.

Por ello, se rescata como la necesidad de atención, prevención e intervención con los profesionales que laboran en unidades de cuidados paliativos a raíz de que estos están expuestos a potenciales fuentes de estrés, siendo el personal que le hace frente al sufrimiento del paciente y sus familiares y que además deben trabajar en la preparación

emocional del paciente y sus familiares para la muerte. Debido a las particulares características de trabajar con personas al final de la vida, es más probable la aparición de signos de desgaste por empatía e incluso de Burnout (Campos-Méndez, 2015). Para lo cual será necesario implementar estrategias individuales de trabajo interpersonal y organizacional para reducir el impacto y prevenir la aparición de consecuencias negativas e irreversibles en el personal sanitario.

Igualmente, se logran identificar de manera clara los signos y síntomas que pueden dar cuenta de la aparición de fatiga por compasión donde se pueden evidenciar desde aspectos somáticos como el agotamiento y pérdida de fuerza, disminución de la autoeficacia, insomnio, cefaleas, tensión muscular y problemas gástricos, hasta repercusiones negativas en el ámbito social derivando en insensibilidad, indiferencia e incluso un incremento en la capacidad para ser empático con el sufrimiento del otro. Por ello, la empatía y la relación de ayuda guiada por la compasión en el personal asistencial puede conllevar a consecuencias negativas. Incluso Figley (1995), afirma que la empatía además de ser un recurso indispensable en la relación de ayuda, puede ser al mismo tiempo un factor de riesgo para quien presta los cuidados y asistencia en áreas vinculadas al fin de vida.

De esta manera, se alcanza de manera eficaz el objetivo del artículo investigativo, el cual se dirigía a la comprensión del fenómeno dentro del personal asistencial en procesos de fin de vida, encontrando así que desde el área de psicología aún se requieren mayores avances investigativos y en mayor medidas más aportes prácticos y de intervención con el fin de hacerle frente a esta situación que en

la actualidad se incrementa como consecuencia de la actual pandemia por covid 19. Es por esto que los hallazgos nos capacitan a ampliar el horizonte de estudio frente a la calidad de vida de los profesionales de la salud, subrayando que el fin de la revisión documental no es evitar o reducir las vivencias negativas asociadas al cuidado, sino permitir la construcción y elaboración de herramientas que le permitan al personal de la salud poder hacerle frente a su labor asistencial sin poner su salud física y emocional en riesgo.

Conclusiones

Comúnmente, la literatura y los procesos investigativos han estado orientados en comprender y atender los procesos emocionales de los familiares y los pacientes en relación a los procesos de fin de vida, acompañamiento en duelo durante y después de la pérdida; es por esto, que este tipo de artículos tiene el objetivo de centrar la mirada en una reflexión sobre la experiencia emocional de los profesionales de la salud, lo cual permita pensarse la prevención y cuidado del burnout y la fatiga por compasión, garantizando la integridad y el bienestar del personal asistencial, lo cual va a significar mayor eficiencia laboral y una mejor relación entre el personal los pacientes y sus familias. De igual forma, es sumamente importante promover la presentación y desarrollo de algunos proyectos en el campo del cuidado emocional de los profesionales, con el fin de garantizar en todo momento el bienestar y la calidad de vida del personal médico dentro y fuera de los contextos clínicos.

La fatiga por compasión debe comprenderse como el resultado de una sobre carga en el

ejercicio humano de ayudar y ser empático con el otro, por ello la prevención va a resultar compleja en la medida en que no se pueden limitar los vínculos terapéuticos dado la vitalidad de los mismos para lograr procesos medicamente correctos. Es por esto, que la sobre carga emocional debe enfrentarse de manera consciente, promoviendo el autoconocimiento, incrementando la capacidad de reconocer y minimizar el impacto del desgaste por parte del profesional y de la organización a la cual está vinculado. Por último, las organizaciones de salud deben intervenir para ayudar a sus profesionales, con psicoeducación sobre inteligencia emocional,

apoyo en situaciones complejas e intervenciones oportunas en términos psicológicos.

Finalmente, se logra desarrollar un espacio de sensibilización, sobre la importancia de cuidar y preservar la salud mental, el bienestar emocional del personal vinculado al fin de vida, siempre teniendo presente que los espacios y los contextos clínicos se van modificando con el tiempo, por ende es necesario el desarrollo de nuevas miradas y formas de abordar los fenómenos para garantizar siempre el bienestar de todos los profesionales que trabajan con personas en situaciones complejas y de alto sufrimiento.

Referencias

- Acinas, M. P. (2012). Burn-out y desgaste por empatía en profesionales de cuidados
- Arribas García, S. (2021). Satisfacción y fatiga por compasión en profesionales de enfermería de unidades de alto impacto emocional.
- Balart, M. (2015). *La empatía: la clave para conectar con los demás*.
- Bermejo, J. (2016). Y a ti ¿quién te cuida? Revista Chilena de Endocrinología y Diabetes, (Volumen 9 N°3). 100-101. Recuperado de: http://revistasoched.cl/3_2016/rev.3.pdf
- Bermejo, J. C., Azcoitia, X., Magaña, M., Hassoun, H., & Villaceros, M. (2019). Actitudes ante la muerte en voluntarios acompañando pacientes al final de la vida: estilos de apego y fatiga por compasión. *Medicina Paliativa*, 26(1), 55-64.
- Borges, E. M. D. N., Fonseca, C. I. N. D. S., Baptista, P. C. P., Queirós, C. M. L., Baldonado-Mosteiro, M., & Mosteiro-Diaz, M. P. (2019). Fadiga por compaixão em enfermeiros de urgência e emergência hospitalar de adultos. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 27.
- BOYLE, D. A. (2016). Fatiga por compasión: el precio de la atención. *Nursing*, Amsterdam, v. 33, n. 2, p. 16-19, 2016. DOI: 10.1016/j.nursi.2016.04.010
- Campos-Méndez, R. (2015). *Estudio sobre la prevalencia de la fatiga de la compasión y su relación con el síndrome de "burnout" en profesionales de Centros de mayores en Extremadura*.
- Campos-Vidal, J. F., Cardona-Cardona, J., & Cuartero-Castañer, M. E. (2017). Afrontar el desgaste: cuidado y mecanismos paliativos de la fatiga por compasión.
- Care, P. H. (2017). Desgaste profesional por empatía en la Atención Primaria de Salud Professional exhaustion by empathy in Primary Health Care, 21(1), 4–6.
- Castillo, M. (2014). Niveles de fatiga por compasión en practicantes de psicología clínica, desde un enfoque integrativo: estudio a realizarse en estudiantes de 10mo semestre, que hacen sus prácticas pre-profesionales en la carrera de Psicología Clínica de la PUCE, durante el período de septiembre a diciembre de 2013 (Bachelor's thesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador).
- Castillo, R. (2018). *Acompañamiento Social: Construyendo relaciones que transforman*. Recuperado el 21 de 09 de 2020, de https://cendocps.carm.es/documentacion/2018_Acompa%C3%B1amiento_social.pdf
- Córdoba-Rojas, D. N., Sanz-Guerrero, D., Medina-Ch, A. M., Buitrago-Echeverri, M. T., & Sierra-González, Á. M. (2021). Fatiga por compasión y agotamiento profesional en personal de salud ante el duelo y muerte en contextos hospitalarios. *Saúde e Sociedade*, 30.
- Cuartero, M. E. (2018). Desgaste por empatía: cómo ser un profesional del

- trabajo social y no desfallecer en el intento.
- Fernández, C. M. (2019). 3. Fatiga por compasión entre el personal de enfermería en los cuidados al final de la vida. *trabajo*, 2(21).
- Figley, C.R. (1998). Burnout as systematic traumatic stress. A model for helping traumatized family members. En C.R Figley, *Burnout in families. The systematic costs of caring*.
- García Calderón, Y. P., & Medina Ramírez, M. G. (2021). Fatiga por Compasión y Actitud Frente a la Muerte del Personal de Enfermería en el Cuidado de Pacientes con Covid 19 en las Unidades de Cuidado Intensivo en la Clínica Santa Ana de San José de Cúcuta.
- García, M. D. C. H. (2017). Fatiga por compasión entre profesionales sanitarios de oncología y cuidados paliativos. *Psicooncología*, 14(1), 53.
- Jiménez, A., Triana, M., y Washburn, J. (2002). *Compasión y salud. Isegoría*, (27), 211-223.
- Lasपालas, C. P. (2018). Minimizar la fatiga por compasión en profesionales del ámbito de los cuidados paliativos pediátricos.
- Leyva, A. F., Galán, Á. O., Troya, J. C., Masero, O. I., & Fernández, M. D. R. (2017). Impacto de la fatiga por compasión en la gestión de cuidados. *Atención necesidades comunitarias para la Salud*, 23.
- Lomas Amagua, F. C., & Ubieda Masabanda, T. P. (2020). *Efectos de la fatiga por compasión en cuidadores de pacientes paliativos. Estudio realizado desde el enfoque Cognitivo Conductual en 24 profesionales de la salud en el Hospital Gineco Obstétrico Pediátrico de Nueva Aurora Luz Elena Arismendi de la ciudad de Quito durante el período 2020* (Bachelor's thesis, PUCE-Quito).
- Marín-Tejeda, M. (2017). Prevención de burnout y fatiga por compasión: evaluación de una intervención grupal. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 9(2), 117-123.
- Moreira Fueyo, J.M. Alvarez Baza, M.C. (2002). Clima organizacional y estrés en unidad de alto riesgo. *Emergencias*. 14:6-12.
- Moreno-Jiménez, B., Morante, M.E., Garrosa, E., y Rodríguez, R. (2004). Estrés traumático secundario: el coste de cuidar el trauma. *Psicología conductual*, 12(2), 215-231.
- Nolasco Bas, M. (2019). Compassion fatigue or the price nurses pay for end-of-life care: coping strategies. Bibliographic review.
- Pintado, S. (2018). Programas basados en mindfulness para el tratamiento de la fatiga por compasión en personal sanitario: una revisión. *Terapia psicológica*, 36(2), 71-80.
- Procel, C. G., Padilla, Y. S., & Loiza, G. P. (2018). Fatiga por compasión en los profesionales del servicio de emergencia. *Dominio de las Ciencias*, 4(1), 483-498.
- Rojas Bertier, N. (2019). La fatiga por compasión y la sobrecarga emocional

en enfermeras oncológicas
pediátricas.

Roncallo, P. (2018). Los profesionales sanitarios ante la muerte perinatal. *CIF: G85795185*, 35.