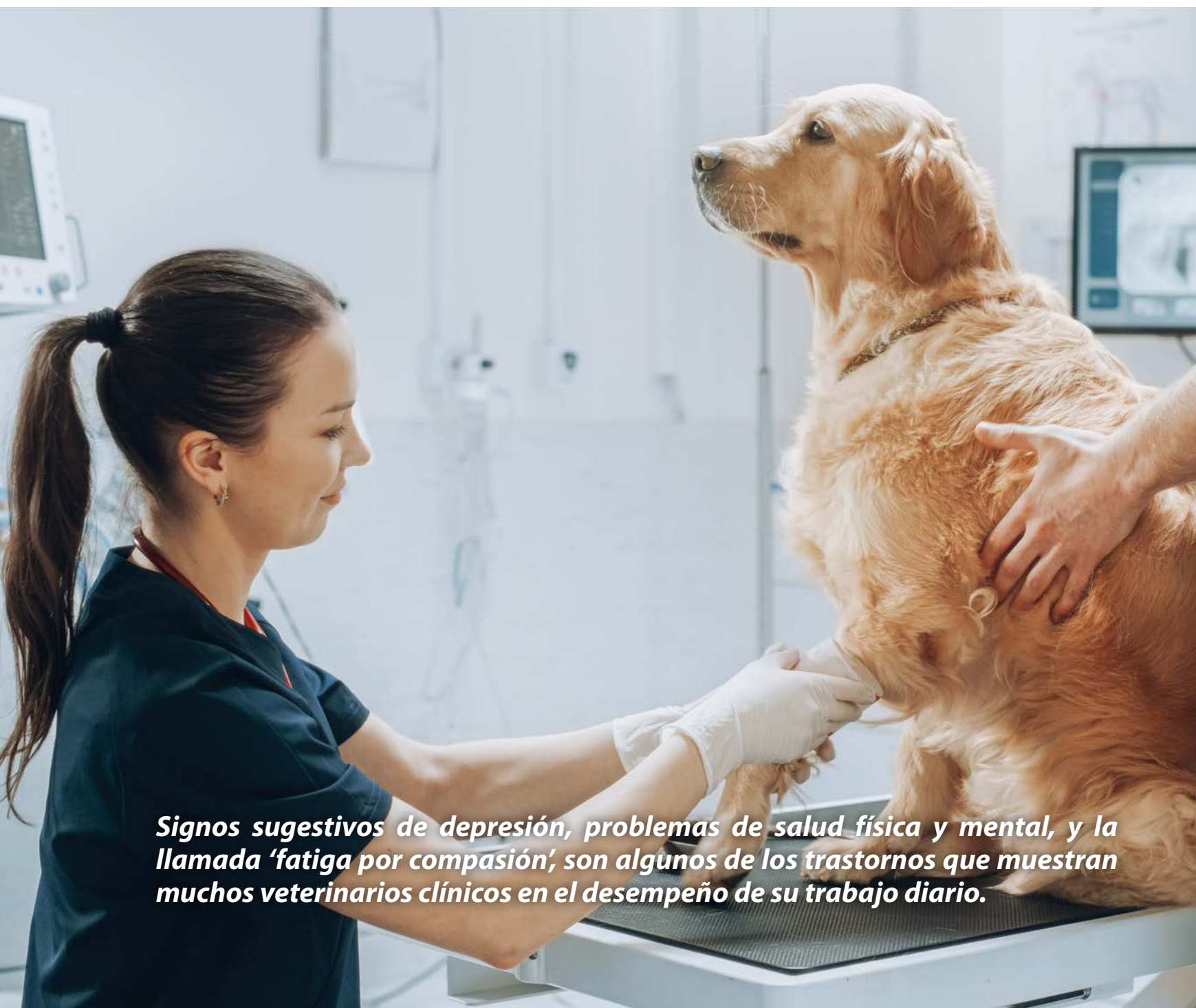


Dos de cada diez veterinarios pensarían en abandonar la profesión por el estrés y la ansiedad



Signos sugestivos de depresión, problemas de salud física y mental, y la llamada 'fatiga por compasión', son algunos de los trastornos que muestran muchos veterinarios clínicos en el desempeño de su trabajo diario.

El pasado mes de noviembre se presentó en el Colegio de Veterinarios de Valencia (ICOVV) el proyecto 'Calidad de Vida', dentro de la celebración del Congreso de la Asociación de Veterinarios Españoles Especialistas en Pequeños Animales (AVEPA), entidad que promovió la realización de este estudio en colaboración con la Universidad Autónoma de Barcelona (UAB). El informe, abordado bajo el proyecto llamado Vetbonds, aporta luz sobre la situación emocional de la profesión en España y evidencia que existen motivos para la preocupación. Sobre todo, si tenemos en cuenta que, según la escala aplicada, un 49% de los veterinarios encuestados mostrarían síntomas sugestivos de ansiedad, un 20% de ellos signos sugestivos de depresión, mientras que un 38% valoró como "malo o regular" su estado de salud (físico) y un 47% su estado mental. De ahí que para el *codirector del proyecto Vetbonds*, el doctor **Jaume Fatjó Ríos**, *veterinario-etólogo especialista en el comportamiento animal*, que trabaja en el Departamento de Psiquiatría y Medicina Legal de la UAB, "existe una problemática propia frente a la que conviene reaccionar".

Cabe señalar que la imagen que se suele tener del veterinario clínico es la de un profesional vocacional, que disfruta con la atención a los animales, del trato con las personas y que logra hacer de ello su forma de vida. Pero la realidad actual es bien distinta. Según ha revelado este informe existe una cara mucho más cruda, no tan conocida, pero cuyo análisis ha generado abundante literatura científica al respecto en otros países. Es el caso de Reino Unido o EE.UU., donde se ha dado la voz de alarma debido a los elevados índices de suicidio existentes. En el ámbito doméstico, según nos confirma el doctor Fatjó Ríos, en los últimos años se observó en el colectivo veterinario "un malestar y una preocupación crecientes por todo aquello que tiene que ver con la calidad de vida y la salud mental en el ámbito laboral. Por eso, nuestro objetivo ha sido obtener un retrato de la situación de este colectivo, a partir de una muestra lo más amplia posible y utilizando herramientas de medida validadas", concluye. Así, el estudio *Proyecto Calidad de Vida* aborda, entre otros conceptos, problemas como el estrés o el burnout entre la profesión veterinaria, alertando sobre el concepto de "fatiga por compasión" que padecen muchos veterinarios clínicos. Una figura que ayudaría a entender, en parte, las razones por las que dos de cada 10 encuestados habrían pensado en abandonar la profesión en los siguientes 12 meses. Ante este panorama profesional, desde la AVEPA y la UAB se quiso ahondar más en la situación de los veterinarios clínicos. "El primer dato que llamó nuestra atención es la gran cantidad de veterinarios y ATVs de toda España que han participado en el estudio, más de 1.200. Lo cual confirma que, en efecto, estamos ante un problema que nos preocupa a todos y al que debemos prestar atención", matiza Fatjó.

Respecto al concepto de "fatiga por compasión" que padecen muchos veterinarios clínicos, desde AVEPA nos confirman que este problema pueden experimentarlo todos los profesionales que ayudan a personas o animales que sufren. Y que está integrada por tres componentes principales. El burnout, que alude a ese sentimiento de "no poder más" que a menudo siente el profesional; el estrés traumático secundario, que resulta del impac-

to emocional que tiene para el profesional el contacto repetido con situaciones donde un animal o las personas que lo cuidan lo pasan mal; y, por último, el estrés moral, muy importante en veterinaria, y que aparece cuando el profesional debe actuar en contra de sus convicciones éticas o morales. Un ejemplo de esta fatiga moral sería no poder atender a un paciente de la forma adecuada por una limitación económica.

La denominada "fatiga por compasión" pueden experimentarla todos los profesionales que ayudan a personas o animales que sufren

Red de ayuda

Como señalábamos anteriormente, llama la atención que hasta un 20% de los veterinarios que participaron mostraron signos sugestivos de depresión, unos datos que, para el codirector del proyecto, son preocupantes. "Es importante destacar que se trata sólo de indicadores que, en ningún caso, sustituyen la intervención de un profesional de la salud mental. Sin embargo, pueden ser una primera alerta para que la persona reflexione sobre su situación y pida ayuda". De igual manera ocurre con los niveles de ansiedad reportados por los participantes en el estudio, "ya que uno de cada dos compañeros muestra un grado de ansiedad elevado. De nuevo, tal y como hemos comentado respecto a la depresión, estos datos son orientativos y no reemplazan la evaluación realizada por un psicólogo o un psiquiatra", afirma.

Para tratar de paliar esta situación, el ICOVV, que ya ofrece de manera gratuita una primera asistencia psicológica, está valorando la ampliación de este programa con una red de ayuda formada por otros colegiados, de tal manera que se puedan detectar antes los síntomas y plantear soluciones. Así, en relación con la prevención de la fatiga por compasión, AVEPA cuenta con tres objetivos fundamentales.

En primer lugar, contribuir a visibilizar un problema que existe pero que, hasta la fecha, ha pasado desapercibido y no ha sido conveniente atendido. En segundo lugar, ayudar a reducir el estigma que rodea a todo aquello que tiene que ver con el bienestar emocional y la salud mental. Finalmente, en tercer lugar, proporcionar al veterinario las herramientas prácticas necesarias para prevenir la fatiga por compasión y el estrés laboral. "Además de los materiales ya disponibles en la web de Vetbonds, la certificación AVEPA-Vetbonds forma a los veterinarios y a los ATVs para mejorar la relación con sus clientes, prevenir los conflictos y, de forma específica en uno de sus módulos, prevenir y ayudar a detectar la fatiga por compasión. En este sentido, los compañeros que cuentan con la certificación pueden actuar como una primera línea de contacto para otros compañeros, tal y como se ha hecho en otros países", relata el doctor Fatjó Ríos.

Sobre todo, porque como comenta el profesional, el vínculo con los animales nunca había sido tan intenso como lo es en la ac-

tualidad. Y aunque esto resulta ser muy positivo, también es cierto que, de la misma manera, eleva el grado de exigencia y expone al veterinario a mayores conflictos morales. Porque estos profesionales sufren también, como médicos o enfermeros, tanto el síndrome del burnout, es decir, el “estar quemado”, como el estrés laboral, lo que cual puede afectar negativamente a su productividad y a su capacidad de trabajo. Por otro lado, hay que tener en cuenta que los animales no se benefician de la sanidad universal, esto es un componente único para las personas, lo cual, unido a otros factores laborales propios del colectivo, *“genera situaciones de tensión añadidas, de desgaste, que son muy distintas en nuestra profesión”*, matiza el codirector del informe. Porque, según este estudio, la exposición frecuente al sufrimiento, a la muerte y al duelo, en ocasiones, pero también a la crueldad y al trato no responsable con los animales, en otras tantas, unido a las dificultades financieras que en muchas ocasiones se dan para asumir el coste de los tratamientos, expone constantemente al veterinario a dilemas éticos. Todo ello, junto con la propia cultura de entrega y de sacrificio vocacional alentada por la propia profesión, *“son factores de riesgo que alimentan ese concepto de fatiga por compasión que tanto afecta al veterinario”*.

Estrés mental y laboral

En este sentido, y para tratar de ayudar a los profesionales veterinarios, el doctor Fatjó Ríos, durante la presentación del proyecto *“Calidad de Vida”*, reclamó a las facultades de Veterinaria incluir en sus temarios asignaturas sobre cómo afrontar estas situaciones emocionales, a la vez que instó a las asociaciones y colegios a actuar preventivamente en auxilio de estos profesionales. En este contexto, cabe señalar que el ICOVV mantiene desde hace años un programa que facilita a los colegiados que así lo soliciten una primera consulta gratuita con un gabinete psicológico especializado. Con todo ello, y dado que, según el propio informe, la ayuda externa con otros veterinarios que conozcan esta problemática es clave, se pretende ampliar este plan y se está planteando la posibilidad de crear “redes de atención” formadas por colegiados con experiencia en este terreno. El objetivo principal es detectar antes, prevenir y encauzar mejor las situaciones que se puedan plantear. De hecho, este es uno de los objetivos de la certificación AVEPA-Vetbonds, que dedica uno de sus módulos a la prevención de la “fatiga por compasión”, de tal manera que los profesionales con esta certificación constituirían



El Colegio de Veterinarios de Valencia cuenta con un programa que facilita a los colegiados que lo soliciten una primera consulta gratuita con un gabinete psicológico especializado

una primera línea de intervención para visibilizar el problema, poner en marcha estrategias preventivas y facilitar el acceso de los afectados a profesionales de la salud mental. Finalmente, como señalan desde AVEPA, las respuestas dadas por los participantes del estudio a situaciones cotidianas de la profesión ilustran que el fenómeno de la “fatiga por compasión” se origina, en parte, por la situación laboral de los veterinarios clínicos. Es decir, más allá de las condiciones salariales precarias en comparación con cualquier otro profesional sanitario, el informe ponía de manifiesto algunos datos reveladores. Por ejemplo que hasta un 25% de los encuestados reconocía que, por causa de su trabajo, no podía atender adecuadamente a las personas que dependen de él/ella; un 42% decía sentirse casi siempre o siempre moralmente obligado a atender a un animal enfermo aunque sus cuidadores no puedan/quieran pagar el tratamiento; un 70% reconocía que al menos dos o tres días por semana trabajaba más horas que las convenidas y en el 83% de los casos tales horas no estaban remuneradas e, incluso, un 70% de los encuestados advertía que cada día, o varias veces por semana, dedicaba parte de su tiempo libre a tareas vinculadas a su profesión. 🐾