

Radiografía del deterioro emocional en la profesión veterinaria

EL OTRO DÍA RECORDÁBAMOS EN PETIT COMITÉ LAS ASPIRACIONES PROFESIONALES QUE TENÍAMOS CUANDO ÉRAMOS PEQUEÑAS, ALLÁ POR LOS AÑOS 90... CUANDO SOÑÁBAMOS QUÉ PROFESIONES PODRÍAMOS DESEMPEÑAR, VETERINARIA ESTABA EN TODAS LAS QUINIELAS. AL FIN Y AL CABO, NOS PERMITÍA UNIR NUESTRO AMOR POR LOS ANIMALES CON LA BUENA ACCIÓN DE SALVARLES Y ACCEDER A ELLOS, SIN ADULTOS QUE MIDIERAN NUESTRA PASIÓN Y ENTREGA.

Por: INÉS SERRA Y DEBORAH BLASCO. PSICÓLOGAS DE DUELO ANIMAL Y FORMADORAS EN DUELO, AUTOCUIDADO Y BIENESTAR. RAÍCES ETERNAS
www.raiceseternas.es



La veterinaria ha sido, históricamente, una de las profesiones con mayor carga vocacional. Sin embargo, esa misma entrega se ha convertido en un arma de doble filo. Lo que comienza como una pasión por la vida animal está derivando, en un porcentaje alarmante de profesionales, en un fenómeno de **deterioro vocacional** sistémico. Como psicólogas dedicadas al duelo animal y al acompañamiento de equipos clínicos, observamos que el problema no es la falta de competencia técnica, sino un ecosistema emocional que se ha vuelto insostenible.

Una profesión en alerta

Si revisamos algunos estudios del sector, nos encontramos con un **70 % de veterinarios en España confesando haber sufrido episodios de ansiedad o estrés laboral severo**. En un contexto europeo, España presenta una de las tasas de precariedad laboral más altas, y esto a pesar de ser un país referencia en formación científica y médica. Los profesionales de veterinaria reconocen sentir a diario cinismo, agotamiento, desmotivación o tristeza, y más de la mitad admite estar batallando con el síndrome de *burnout*.

Con esta radiografía, una se pregunta: ¿los desafíos emocionales podrían estar comprometiendo la reputación profesional del mundo de la veterinaria? Si bien la clínica veterinaria sigue siendo una práctica de calidad médica y sanitaria intachable, la salud emocional impacta de forma inevitable en valores que definen la reputación y percepción de confianza que genera en clientes y en el propio colectivo. En otras palabras, la salud emocional y mental impacta en la efectividad, eficiencia, calidad, motivación y fidelización de clientes.

Causas del deterioro emocional

Como en otras profesiones, no hay una única causa que resulte en este deterioro /desgaste,

pero sí podemos identificar claramente cinco pilares que parecen estar empujando este deterioro:

1. Fatiga y desgaste. Todos escuchamos hablar de la *fatiga por compasión* y el *desgaste empático*. Ambos síndromes están presentes en el mundo veterinario por su exposición continuada al trauma lo que les coloca como espectadores del dolor, enfermedad y muerte a diario. Esta profesión, a su vez, viene acompañada de numerosos **dilemas éticos** que pueden generar una profunda frustración moral.

2. Gestión de expectativas y exigencia de los clientes. Los profesionales veterinarios a menudo requieren habilidades de mediación para gestionar la exigencia, ira o frustración de sus clientes. Están expuestos a situaciones de alta intensidad reactiva y se les exige máxima infalibilidad (el error clínico es apenas tolerado). Todo esto es consecuencia natural del apego con el que las familias viven la relación con sus animales y el permiso que se auto conceden para cuestionar la profesionalidad o vocación del equipo clínico, llevando a proyectar **transferencia de culpa** sobre el profesional.

3. Factores laborales y sociales. Las largas jornadas, las guardias extenuantes, la responsabilidad médica, la toxicidad en redes sociales, la falta de apoyo emocional o supervisión en casos clínicos, entre otros, agravan la salud mental y emocional de veterinarios/as, llegando a traspasar a planos personales como la autoestima.

4. Sanciones sociales. Pocas personas hablan de que el verdadero techo de cristal veterinario está en la idealización que se tiene de una profesión que debería basarse en el 'amor por los animales' y que criminaliza el deseo de crear negocios rentables y sostenibles para sus profesionales. Existe una cierta sanción social a los honorarios y costos del sector veterinario, forzándoles a justificar constantemente su política de precios y hacer públicas sus dificultades e injusticias económicas, reforzando su vulnerabilidad personal y profesional.

5. Habilidades personales y perfil psicológico. No podemos ignorar que en el deterioro emocional de cualquier profesional también inciden aspectos atribuibles al carácter, formación y exposición individual a situaciones críticas. En ocasiones, las profesiones médicas atraen a perfiles

de alta autoexigencia, dispuestos a cronificar su malestar en lugar de ocuparse de él o que no disponen de herramientas de gestión emocional y resiliencia. Somos una sociedad que arrastra la pobreza educativa emocional en formaciones catalogadas de 'alto nivel', algo que no ayuda a remontar el desgaste emocional o a gestionarlo.

No cabe duda de que todos estos factores, en mayor o menor medida, terminan por quebrar el sentido de propósito.

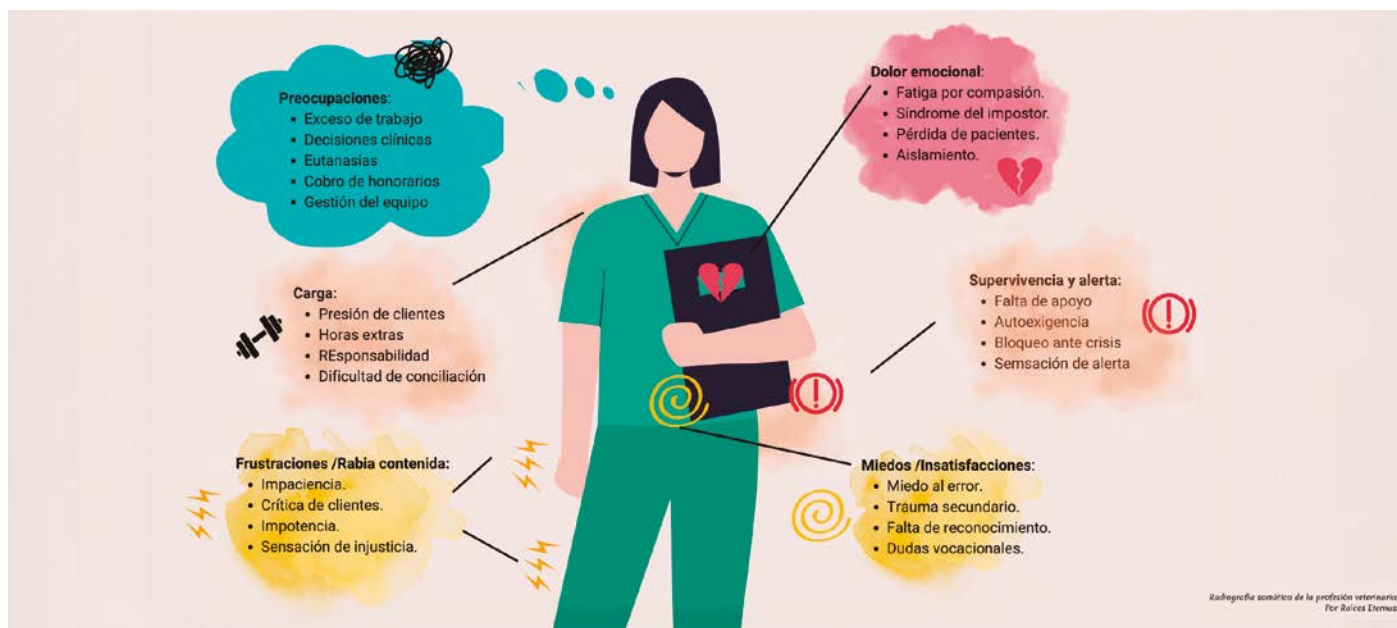
Desafíos y consecuencias en la salud

Cuando todas estas causas se mantienen en el tiempo, se produce un claro deterioro vocacional. El profesional deja de disfrutar de su trabajo, siente desapego por los pacientes (y clientes) y opera en "modo automático" para sobrevivir. Un escenario desolador que contrasta con la ilusión con la que vivían ese amor platónico que tenían con su profesión y que les empujó a estudiarla. Algunas de las consecuencias de este deterioro ya las estamos viendo:

1. Trastornos del sueño. El cerebro no logra desconectar provocando episodios de insomnio y pesadillas.

2. Trastornos psicósomáticos. Ya sabemos que la somatización es la expresión física del malestar psicológico. Son frecuentes cuadros de sintomatología gastrointestinal, contracturas tensionales, cefaleas, brotes de origen nervioso, bajada de defensas... No cabe duda de que el agotamiento es un círculo vicioso que requiere mucha higiene mental.

RADIOGRAFÍA SOMÁTICA DE LA PROFESIÓN VETERINARIA



3. Ideación suicida. Es una realidad dolorosa que las tasas de suicidio en el sector veterinario sean significativamente superiores a la media poblacional, la desesperanza con la que viven las consecuencias reiteradas y progresivas en su salud y prestigio ponen en jaque su valor y capacidad resolutoria.

4. Abandono de la clínica. Profesionales brillantes con 10 o 15 años de experiencia deciden dejar la asistencia directa para refugiarse en la industria o la Administración, perdiendo el sector un valor clínico incalculable.

El futuro empieza con miedo

Lo que sucede en la clínica veterinaria está haciendo espejo a lo que sucede en las aulas. Son muchos los estudiantes que ya presentan signos de ansiedad antes de graduarse, temiendo no solo no estar a la altura técnica, sino no poder soportar la presión emocional que intuyen en sus mentores.

Si bien muchas universidades y escuelas educativas están implantando acciones específicas para dotar a sus estudiantes de herramientas emocionales y dar respuesta a sus preocupaciones, todavía somos un país en el que graduamos científicos excelentes, pero carentes de herramientas que les protejan de los desafíos de esta profesión.

Hacia una solución: el autocuidado como competencia clínica

Como formadoras en bienestar, defendemos que la salud mental debe dejar de ser un tema tabú en los congresos veterinarios para convertirse en una **competencia clínica más**.

Es urgente implementar:

- **Protocolos de comunicación en el duelo.** Herramientas que legitimen el duelo desautorizado y reduzcan el impacto emocional tanto en el cliente como en el equipo.
- **Supervisión externa y espacios de desahogo.** Los equipos necesitan escenarios seguros para procesar dilemas éticos y la carga moral que supone la práctica diaria.
- **Educación al cliente.** Reivindicar el valor del acto clínico y la complejidad de la medicina veterinaria moderna.

Cuando mencionamos estas medidas, no nos referimos a tratar la salud mental y emocional de los profesionales con protocolos diseñados para altos volúmenes. Este es un gran paso, pero también es un abordaje impersonal que puede percibirse como solitario.

El autocuidado requiere que se implementen acciones en varios niveles:

- **Personal.** Cada profesional es responsable de capacitarse para hacer frente a los desafíos de su trabajo, de instalar en su ADN la actitud de reparación o mejora, de aprender recursos y reflejar actitudes positivas que impacten en sus ciclos, en su vida y en la de su entorno.
- **Equipo.** La salud (al igual que la enfermedad) tiene un componente comunitario extremadamente importante que a menudo ignoramos. El equipo no es solo un conjunto de personas compartiendo un espacio físico, sino que debe convertirse en una red de seguridad psicológica. Cuando un equipo cultiva la comunicación asertiva y el apoyo mutuo, se reduce drásticamente el impacto de los errores clínicos y se mitiga el sentimiento de soledad o aislamiento. Un entorno donde se permite decir "hoy no puedo con esta eutanasia" o "necesito diez minutos tras esta consulta" es un entorno que previene el abandono de la profesión. Validar el impacto emocional de forma colectiva no solo cohesiona al grupo, sino que crea un escudo protector frente a la fatiga por com-

pasión, transformando la clínica en un refugio de resiliencia en lugar de un foco de estrés.

- **Institucional.** Además de patrocinar acciones y dar visibilidad a la salud de la profesión, las instituciones deberían destinar recursos a impulsar acciones que puedan calar en la clínica. Ser ejemplo de lo que se debe hacer e impulsor del cómo.

¿Las claves?

Cuidar a quienes cuidan a través de una colaboración interdisciplinaria que refresque los discursos sobre salud profesional. Solo así lograremos que la ilusión de aquellas niñas de los años 90 no se pierda en el agotamiento, sino que se transforme en una carrera plena, digna y, sobre todo, saludable. Porque, al final del día, la salud del paciente empieza por la salud emocional de quien sostiene el bisturí. 🐾

EL DETERIORO EMOCIONAL
NO SOLO AFECTA AL
PROFESIONAL, SINO QUE
IMPACTA DIRECTAMENTE EN
LA CALIDAD ASISTENCIAL,
LA CONFIANZA
DEL CLIENTE Y LA
SOSTENIBILIDAD DEL
SECTOR

