

## Editorial invitado

# La RTS, espacio de cuidado profesional

---

**Rosa M. Carrasco Coria**

Miembro del Consejo Asesor Editorial de la RTS

---

Quiero empezar este editorial agradeciendo al nuevo equipo de redacción de la RTS su generosidad y compromiso hacia la profesión por haber asumido el reto de liderar esta publicación emblemática y significativa para tantas generaciones de trabajadoras sociales.

Los proyectos como la RTS tienen historia, tienen presente y tienen futuro porque alguien cree en ellos, porque alguien los quiere y entiende su importancia, porque los cuida y los hace crecer. Este alguien son las compañeras de los sucesivos equipos de redacción, también las miembros de las juntas del Col·legi, pero no solas sino con la ayuda de todos y todas nosotros, profesionales, académicas, estudiantes, investigadores, lectoras.

La RTS necesita nuestra implicación, pero ¿es posible que nosotras también la necesitemos? ¿Podríamos decir que la RTS cuida a las profesionales? Siguiendo esta idea, desde este editorial me reafirmo en la convicción de que los espacios de investigación, de reflexión y de compartir conocimiento ofrecen una forma de bienestar para las profesionales del Trabajo Social y de las relaciones de ayuda en general.

En estos tiempos la desmoralización, la alienación y la pérdida de sentido disciplinario están ganando terreno. Los motivos son varios y van desde el cambio de los paradigmas que hasta ahora orientaban la acción profesional hasta las decepcionantes políticas sociales, pasando por la carencia de referencias teóricas donde sustentar la práctica y el agotamiento de las profesionales. Cualquiera de estos factores, y otros de los que no hago mención, requieren un análisis profundo, pero en las próximas líneas haré especial énfasis en el sufrimiento emocional de las trabajadoras sociales.

Desde el inicio de la formación de una trabajadora social se remarca la importancia de establecer un vínculo adecuado entre profesional y usuaria para facilitar la relación de ayuda.

La comprensión del otro, el acompañamiento, la identificación de los sentimientos que emergen en cada momento, la comunicación sincera, la empatía, nos acercan a la persona atendida y nos facilitan las referencias indispensables para ajustar una intervención adecuada, personalizada y ética. Parecería que la capacidad para establecer esta alianza está directamente relacionada con el éxito de la intervención profesional.

Pero la proximidad cotidiana con historias de desesperanza, con la parte más cruda y, a menudo, injusta de nuestra sociedad, no es inocua para las profesionales de la relación de ayuda. Empatizar con personas que sufren enfermedades graves y pérdida de autonomía, con víctimas de

situaciones de violencia, con infancia desprotegida, con personas que malviven sin los mínimos indispensables, personas sin hogar, solas... ponerse en su lugar puede generar en las profesionales sentimientos de sufrimiento asimilados a los de las personas atendidas. A pesar de la capacidad profesional y los conocimientos aplicados a la relación asistencial, cada vez es más frecuente identificar síntomas de agotamiento emocional, incluso físico, en las compañeras. Hablamos de fatiga por compasión o en sus formas más graves *burn out* y trauma secundario.

Tomar conciencia de las propias emociones y de los sentimientos que nos provoca la intervención profesional, especialmente en el trabajo de casos, es el primer paso para intentar realizar una gestión consciente de las reacciones que nos genera el contacto, el diálogo y la comprensión del otro. Ajustar el grado de implicación emocional en la relación de ayuda es tan importante como mantener una actitud empática; en una buena práctica profesional ambas capacidades se integran y se complementan.

Escuchémonos, mirémonos, centremos la atención también en nosotras, pongamos límites al riesgo de enfermar a causa de la exposición continuada a la expresión de sufrimiento de las personas que atendemos.

El Trabajo Social nació como disciplina con la convicción de poder reducir las desigualdades sociales, está claro que este objetivo, esta misión fundacional, lleva forzosamente a la frustración colectiva. Las trabajadoras sociales somos un recurso en nosotras mismas, pero no podemos echarnos sobre las espaldas (ni sobre el corazón) la reiterada vulneración de derechos humanos que evidenciamos diariamente y que es el resultado de la carencia de presupuestos y políticas sociales valientes y coherentes con las necesidades de las personas.

Las organizaciones también tendrían que velar por minimizar la exposición de sus trabajadoras a los riesgos psicosociales derivados de la práctica profesional. La prevención del desgaste emocional pasa por: repensar la organización del trabajo y los tiempos de descanso, favorecer las propuestas innovadoras, facilitar itinerarios de desarrollo profesional, garantizar una formación individualizada, ofrecer espacios grupales para la reflexión, promover encuentros para compartir experiencias y conocimientos, participar en actividades de supervisión, leer, recuperar y reubicarse en los modelos teóricos de intervención, hacer investigación y escribir para ordenar la práctica y para socializarla.

Entre estas alternativas, la RTS suma y se nos revela como un espacio de cuidado profesional que no siempre tenemos presente.