

## “El cuidado emocional de los profesionales”.

Conferencia que presenta Isabel Piñón Escura para las Jornadas Nacionales de Drogodependencias de Cruz Roja. Octubre de 2010.

### Resumen:

Si nos fijamos en el título, entendemos que lo que se plantea es, ¿Quién cuida al cuidador? La responsabilidad de encargarse de cuidar al cuidador recae sin duda en la institución pero también en el propio cuidador. En nuestro entorno laboral debería habilitarse espacios que permitieran airear todos los elementos contaminantes que sobrelleva la tarea del cuidador. Uno de los principales obstáculos que surgen en este terreno es la propia resistencia de los profesionales a pedir ayuda.

Son varios los síntomas emocionales que pueden aparecer durante la tarea de cuidar.

Una de las maneras que tiene el cuidador de cuidarse, consiste en supervisar su trabajo con alguien que tenga más conocimientos tanto los casos clínicos como el trabajo en equipo. Al estar mejor cuidado se responde mejor ante el estrés y a la depresión, se toman decisiones más acertadas y se puede brindar una atención de más calidad.

Cuidarse para poder cuidar consiste, cómo no, en incrementar las relaciones humanas y los contactos con el entorno.