

## 6. CUIDADO DEL O DE LA PROFESIONAL DE LA SALUD QUE ATIENDE A MUJERES EN SITUACIÓN DE VIOLENCIA GÉNERO

Los estereotipos de las representaciones sociales acerca de los hombres y las mujeres son propios de un modelo de género tradicional vigente en nuestra sociedad. Las y los profesionales sanitarios no son ajenos a ellos y muchas veces, sesgan las actuaciones ante situaciones de violencia. Estas actuaciones sesgadas tienen por efecto ignorar, minimizar o restar credibilidad a los síntomas y al sufrimiento de las mujeres. Si en la consulta se percibe o escucha alguna situación de este tipo y se deja pasar, se están validando implícitamente, y se está produciendo un pacto tácito de inmovilidad ante factores determinantes de género. Por esto es necesario, que los y las profesionales mantengan una actitud activa, de autoobservación y mirada crítica sobre su práctica, reconociendo y evitando actuaciones clínicas que pudieran estar bajo esa influencia de los estereotipos<sup>33</sup>.

Así, insistimos en la necesidad de que todas y todos los profesionales realicen formación en incorporar la perspectiva de género y también en violencia de género, para adquirir las competencias necesarias y ofrecer una adecuada atención profesional. Entender los patrones socio-culturales del género, cómo se produce la violencia en la pareja, cómo es el proceso, las consecuencias que tiene para las mujeres en esta situación, es esencial para un abordaje riguroso del problema que ayude a superar obstáculos que se presentan en el proceso de atención.

A menudo resulta difícil para los y las profesionales tener una posición activa frente a situaciones que les pueden implicar personalmente como son las situaciones de violencia de género.

A veces, puede ser frustrante no entender por qué una mujer en esta situación de violencia no adopta medidas para cambiar su situación a pesar de los esfuerzos por orientarla, si no se conoce el ciclo de violencia, cómo se genera y cómo se mantiene.

Las y los profesionales tienen que ser conscientes de las emociones que generan en uno mismo las actitudes y comportamientos de las mujeres y de sus agresores

---

<sup>33</sup> Velasco Arias, Sara. Recomendaciones para la práctica del enfoque de género en programas de salud. Madrid: Observatorio de Salud de la Mujer, 2009. Disponible en: <http://www.msc.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/recomendVelasco2009.pdf>

porque si no se elaboran adecuadamente, se convierten en barreras para la intervención, como la sobre implicación o el rechazo y también en una sobrecarga emocional para el o la profesional que puede tener consecuencias psicológicas.

El autocuidado del o de la profesional es esencial para prevenir el burnout o síndrome del quemado<sup>34</sup>. El autocuidado como práctica debe asumirse con la convicción de procurarse cuidados acordes a sus propias necesidades. Lo que implica un proceso paulatino de toma de conciencia acerca de las propias carencias, expectativas, vulnerabilidad, y también de sus fortalezas y recursos personales. A partir de aquí, se puede elaborar un plan de acciones orientadas a su propio cuidado y bienestar general<sup>35</sup>.

Algunas de las estrategias que pueden ser de utilidad para el autocuidado podemos señalar:

- Formación para comprender la complejidad de la violencia de género y adquirir competencias para la intervención.
- Buscar espacios para compartir información y experiencias con profesionales.
- Tomar conciencia de las propias ideas, creencias, vivencias, afectos que ayuden a entender nuestras reacciones y nuestra forma de relacionarnos con estas mujeres en situación de VG y desarrollar habilidades de afrontamiento que disminuyan los aspectos negativos de la experiencia en la atención a estas mujeres.
- Seguir patrones de vida saludables y promover espacios de trabajo saludables que ayude al bienestar.

---

<sup>34</sup> Maslach, C. (1982). Burnout: The cost of caring. Nueva York: Prentice-Hall Press

<sup>35</sup> Cantera, L. & Cantera, F. (2014). El auto-cuidado activo y su importancia para la Psicología Comunitaria. *Psicoperspectivas*, 13(2), 88-97. Recuperado de <http://www.psicoperspectivas.cl> doi:10.5027/PSICOPERSPECTIVAS-VOL13-ISSUE2- FULLTEXT-406







## **Capítulo 7**

# **GLOSARIO DE TÉRMINOS**

