

Estilos de apego y riesgo psicosocial de desgaste por empatía en psicólogos y psiquiatras

Solana Salessi^{1,2}

1. Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Centro de Investigación y Transferencia, Rafaela, Santa Fe, Argentina.

2. Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad Católica de Santa Fe, Santa Fe, Argentina.

Enviado: 5 de diciembre de 2023.

Aceptado: 15 de enero de 2024.

Autor de correspondencia: Solana Salessi. Email: solanasalessi@gmail.com

Resumen

El impacto de los estilos de apego de los profesionales de salud mental sobre su propia vulnerabilidad psicosocial no ha sido exiguamente explorado en la literatura. Por tal motivo, la presente investigación se propuso analizar posibles vinculaciones entre tres estilos de apego adulto (seguro, ansioso y evitativo) y el síndrome de desgaste por empatía (SDE), entendido como riesgo psicosocial entre profesionales de salud mental. Sobre una muestra de 324 psicólogos y psiquiatras santafesinos se recolectaron datos mediante escalas validadas. Análisis correlacionales indican vinculaciones significativas entre SDE, apego seguro y apego ansioso. Análisis de regresión lineal múltiple muestran que ambos explican el 16% y 11% respectivamente de la varianza del desgaste por empatía. Los hallazgos señalan al apego seguro como factor protector frente al desgaste por empatía, e iluminan el riesgo psicosocial que conlleva el apego ansioso en profesionales psicólogos y psiquiatras.

Palabras clave: apego; empatía; riesgo.

Attachment Styles and Psychosocial Risk of Empathy Burnout in Psychologists and Psychiatrists

Abstract

The impact of mental health professionals' attachment styles on their own psychosocial vulnerability has not been extensively explored in the literature. Therefore, the aim of this research is to analyze possible connections between three adult attachment styles (secure, anxious, and avoidant) and empathy burnout syndrome (EBS), which is understood as a psychosocial risk among mental health professionals. Data were collected using validated scales from a sample of 324 psychologists and psychiatrists from Santa Fe. Correlational analyses indicate significant links between EBS, secure attachment and anxious attachment. Multiple linear regression analyses show that both explain 16% and 11% respectively of the variance in empathy burnout. Findings point out secure attachment as a protective factor against empathy burnout and highlight the psychosocial risk associated with anxious attachment in psychologists and psychiatrists.

Keywords: Attachment; Empathy; Risk.

Introducción

En la actualidad el estudio del apego en población adulta está recibiendo cada vez más atención. Prioritariamente, el interés se centró en analizar las implicancias del estilo de apego del paciente y del profesional sobre la alianza terapéutica y los resultados de la psicoterapia. En este sentido, las investigaciones señalan que pacientes con apego seguro presentan mejores resultados psicoterapéuticos que pacientes con apego inseguro (1) y, paralelamente, los terapeutas con estilo seguro logran una alianza terapéutica más efectiva (2,3). No obstante, a la fecha son exiguas las investigaciones que intentan vincular los estilos de apego del terapeuta y su propia vulnerabilidad o psicosocial.

En línea con la literatura previa, en este estudio el riesgo psicosocial se operacionalizó en los términos del síndrome de desgaste por empatía. Este se define como un cuadro de traumatización vicaria relacionado a los efectos negativos de brindar asistencia a personas que sufren (4-6). Antecedentes demuestran relaciones significativas entre estilos de apego, burnout y bienestar psicológico (7-9). Partiendo de tales evidencias se conjetura que los estilos de apego podrían emerger como un predictor del riesgo de desgaste por empatía en los profesionales de la salud. Por lo que, el objetivo de este estudio fue explorar las vinculaciones entre el estilo de apego (seguro, ansioso o evitativo) del terapeuta y su riesgo de desarrollar síndrome de desgaste por empatía en una muestra de profesionales de salud mental de Santa Fe, Argentina.

Metodología

Diseño, participantes y procedimiento

Se realizó un estudio empírico, cuantitativo y transversal, enmarcado en los lineamientos de la estrategia descriptiva-correlacional. La recolección se desarrolló en el segundo semestre del año 2022. Los participantes fueron contactados a partir del Colegio de Psicólogos 1era Circunscripción de la provincia de Santa Fe. Se envió por correo electrónico a sus colegiados la invitación a participar del estudio. Quienes dieron su consentimiento completaron un formulario electrónico. Se garantizó el anonimato y la confidencialidad de la información suministrada. El protocolo de recolección fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad que financia esta investigación.

Mediante un muestreo por disponibilidad se integró una muestra de 324 profesionales de salud mental. El 84.40% de la muestra fueron mujeres. La edad promedio de los

participantes fue de 40.67 años (DT = 11.80). La antigüedad laboral media fue de 12.57 años (DT = 9.65). El 72.50% de la muestra se desempeñaba en el ámbito privado. El 78% era Licenciado en psicología, el 81% realizaba un abordaje psicoterapéutico individual, y el 55.47% trabajaba con población adulta.

Los participantes respondieron un cuestionario integrado por el *inventario de desgaste por empatía versión abreviada* (6), que consta de 9 ítems distribuidos en las dimensiones de involucración profesional, cuidado personal y vulnerabilidad; y la *escala de estilos de apego para adultos* (10), compuesta de 14 ítems que miden los estilos de apego adulto evitativo, ansioso ambivalente y seguro. Los ítems fueron presentados en formato Likert (1= totalmente en desacuerdo; 5= totalmente de acuerdo).

Estrategia de análisis

El procesamiento y análisis de los datos se realizó con auxilio del paquete SPSS (versión 22.0). Se realizaron análisis exploratorios de la matriz de datos con miras a detectar la presencia de valores perdidos y atípicos. Se analizó la distribución de las variables mediante el cálculo de estadísticos descriptivos y coeficientes de asimetría y curtosis. Se establecieron evidencias de confiabilidad de las escalas utilizadas a partir del cómputo del coeficiente Alfa de Cronbach.

Se ejecutaron análisis correlacionales entre todas las variables de interés incluyendo. Se corroboró el cumplimiento de los supuestos subyacentes a las pruebas paramétricas y se ejecutó un análisis de regresión lineal múltiple para determinar si los estilos de apego predicen en forma significativa la varianza del síndrome de desgaste por empatía. Finalmente, se calcularon pruebas de diferencias de medias (t de Student) y análisis de varianza de un factor (ANOVA) con el fin de explorar posibles variaciones del síndrome de desgaste en función de las variables sociodemográficas.

Resultados

La prueba de Little indicó que el patrón de valores perdidos respondía completamente al azar (MCAR; $\chi^2_{(324)} = 152.08$, $p = 0.215$), y no representaron más del 5%. No se detectaron problemas de asimetría y/o curtosis extrema, ni observaciones atípicas. Para todas las escalas se obtuvo evidencia de adecuada confiabilidad. En la Tabla 1 se presentan los estadísticos descriptivos, los coeficientes de confiabilidad y las correlaciones bivariadas entre las variables estudiadas.

Tabla 1: Estadísticos descriptivos, índices de correlación y coeficientes de confiabilidad

VARIABLES	M	DE	1	2	3	4	5	6	7	α
1. Involucración	2.97	0.80	-	0.52	0.50	0.80	<i>ns</i>	0.37	<i>0.21</i>	0.72
2. Cuidado	3.19	0.86		-	0.47	0.70	<i>ns</i>	<i>0.25</i>	0.25	0.71
3. Vulnerabilidad	2.86	0.91			-	0.73	<i>ns</i>	0.58	<i>0.17</i>	0.76
4. SDE	3.15	0.90				-	<i>ns</i>	0.65	-0.54	0.78
5. Apego Evitativo	2.23	0.81					-	0.52	-0.37	0.74
6. Apego Ansioso	2.89	0.90						-	-0.33	0.72
7. Apego Seguro	3.27	0.95							-	0.79

de las variables bajo estudio.

Nota: SDE (Síndrome de Desgaste por Empatía); M (media), DE (desvío estándar); negrita ($p \leq .001$), cursiva ($p \leq .005$), ns ($p > .005$); α (coeficiente alfa de Cronbach)

Luego de haber corroborado el cumplimiento de los supuestos de normalidad y homogeneidad de varianzas. ($KS=176$; $p=0.198$; $F_{Levene}=1.372$; $p=0.114$) se procedió al análisis de regresión lineal múltiple con el método por pasos. No se consideró necesario incluir a las características sociodemográficas como variable control puesto que ni las pruebas de diferencia de media para muestras independientes, ni el análisis de varianza de un factor arrojaron diferencias entre grupos.

Tabla 2: Coeficientes de regresión lineal para la predicción del síndrome de desgaste por empatía (SDE) a partir de los estilos de apego

Predictores	β	t	p	R ²	F	p
Apego seguro	-0.526	5.34	0.000	0.161	41.21	0.000
Apego ansioso	0.250	3.63	0.000	0.112	12.75	0.000
Apego evitativo	0.093	-1.35	0.178	0.002	1.37	0.243

Nota: β (Coeficiente beta estandarizado), R² (Coeficiente de determinación ajustado)

Discusión y conclusiones

Los resultados obtenidos muestran que el apego seguro se asocia a menor disposición al síndrome de desgaste por empatía. Mientras que, el estilo de apego ansioso conlleva mayor riesgo psicosocial de padecerlo. En cuanto al estilo evitativo, en el presente estudio no se encontraron asociaciones estadísticamente significativas que permitan clarificar sus vinculaciones. Estos hallazgos están en sintonía con la literatura publicada ⁽¹¹⁻¹⁵⁾. Los mismos pueden comprenderse si se tiene en cuenta que las personas con apego seguro son capaces de reconocer la angustia en sí mismo y en los demás, valiéndose de estrategias de afrontamiento y regulación emocional adaptativas. Contrariamente, las personas con estilo de apego inseguro ansioso tienden a sentirse abrumadas al presenciar el sufrimiento ajeno, presentando un patrón de hipersensibilidad hacia la afectividad negativa, e incapacidad de atender las necesidades del otro mientras regulan sus propias emociones. Con respecto al apego evitativo, dadas las estrategias de evitación y no reconocimiento de malestar características de ese estilo, es entendible que se bloquee el acceso a sentimientos tales como la angustia y la compasión; razón por la cual no surgen vinculaciones significativas con el síndrome de desgaste.

Entre las limitaciones del estudio, destaca principalmente el método de muestreo utilizado y el diseño transversal que impide inferencias de causalidad en sentido estricto. Entre sus fortalezas, destaca cubrir un área de vacancia, dado que las investigaciones previas se focalizan prioritariamente en profesionales que asisten a víctimas de terrorismo. O bien, analizan el riesgo psicosocial de burnout en relación a los estilos de apego del terapeuta, pero no el síndrome de desgaste por empatía.

A partir de las evidencias obtenidas es posible una toma de posición respecto al rol de los diversos estilos de apego como factores asociados a la vulnerabilidad psicosocial, las enfermedades profesionales y, en última instancia, al bienestar y rendimiento laboral. Los hallazgos señalan al apego seguro como factor protector frente al desgaste por empatía, e iluminan el riesgo psicosocial que conlleva el apego ansioso en profesionales psicólogos y psiquiatras. Las principales implicancias prácticas de estos resultados tienen que ver con la importancia de trabajar recursos personales y estrategias de afrontamiento adaptativas, de cara a fomentar vínculos terapéuticos. saludables y reducir el riesgo psicosocial de desgaste profesional.

Financiamiento

El presente estudio se realizó en el marco del proyecto “Síndrome de desgaste por empatía y estilos de apego en profesionales de la salud mental de la ciudad de Santa Fe”, aprobado por Resolución N°7256 del Consejo Superior de la Universidad Católica de Santa Fe.

Referencias bibliográficas

1. Degnan A, Seymour-Hyde A, Harris A, Berry K. The role of therapist attachment in alliance and outcome: A systematic literature review. *Clin Psychol Psychother.* 2016; 23:47-65. doi:10.1002/cpp.1937
2. Aguilar Sandí, M. Intervenciones psicoterapéuticas basadas en la teoría del apego. *Revista Cúpula.* 2019; 33: 33-53. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v33n1/art03.pdf>
3. Rizou E, Giannouli V. An exploration of the experience of trainee integrative psychotherapists on therapeutic alliance in the light of their attachment style. *Health Psychol. Res.* 2020; 8:9177. doi:10.4081/hpr.2020.9177
4. Barnett MD, Hays KN, Cantu C. Compassion fatigue, emotional labor, and emotional display among hospice nurses. *Death Stud.* 2022; 46:290-296. doi:10.1080/07481187.2019.1699201
5. Guillén Puerto A, López Rodríguez A, Motta Tautiva P, Ortiz Hernández Y. Prevención del desgaste por empatía y promoción de la salud mental en personal sanitario Bogotá: Corporación Universitaria Minuto de Dios UNIMINUTO; 2022. 40 p.
6. Zamponi J, Rondón J, Viñuela A. Primer cuestionario validado para evaluar síndrome de desgaste por empatía. VI Jornadas Universitarias y III Congreso Latinoamericano de Psicología del Trabajo. Buenos Aires; 3-5 octubre. Buenos Aires: Facultad de Psicología; 2009.
7. Brugnera A, Zarbo C, Scalabrini A, Compare A, Mucci C, Carrara S. Attachment anxiety, reflective functioning and well-being as predictors of burn-out and psychological distress among psychotherapists: A longitudinal study. *Clin Psychol Psychother.* 2023; 30: 587-598. doi.org/10.1002/cpp.2823
8. Silva RG, Figueiredo-Braga M. The roles of empathy, attachment style, and burnout in pharmacy students' academic satisfaction. *Am J Pharm Educ.* 2019; 83:6706. doi:10.5688/ajpe6706

9. Fuchshuber J, Hiebler-Ragger M, Kresse A, Kapfhammer H, Unterrainer H. The influence of attachment styles and personality organization on emotional functioning after childhood trauma. *Front. Psychiatry*. 2019; 10:643. doi: 10.3389/fpsy.2019.00643
10. Ortiz-Granja D, Acosta-Rodas P, Lepe-Martínez N, Del Valle M, Ramo V, Bolaños Pasquel M, et al. Development and validation of a brief scale to assess attachment in adults: psychometric analysis in Latin America. *Rev. Ecu. Neuro*. 2019; 20: 35-46. doi.org/10.46997/revecuatneurol29100035
11. West A. Associations among attachment style, burnout, and compassion fatigue in health and human service workers: A systematic review. *J Hum Behav Soc Environ*. 2015; 25: 571-590. doi: 10.1080/10911359.2014.988321
12. Pardess E, Mikulincer M, Dekel R, Shaver P. Dispositional attachment orientations, contextual variations in attachment security, and compassion fatigue among volunteers working with traumatized individuals. *J Pers*. 2014; 82: 355-366. doi: 10.1111/jopy.12060.
13. Poore M. An investigation of attachment orientation, compassion fatigue, compassion satisfaction and resilience in hospice and palliative care nursing staff. (Doctoral Thesis). Southampton: University of Southampton; 2016.
14. Ortiz-Granja D, Acosta-Rodas P, Rubio D, Lepe-Martínez N, Del Valle M, Cadena D, et al. Consideraciones teóricas acerca del apego en adultos. *Avances en Psicología*. 2019; 27: 135-152. doi.org/10.33539/avpsicol.2019.v27n2.1793
15. Salessi S, Suárez Losavio J, Clemente MB. Síndrome de desgaste por empatía y estilos de apego en profesionales de la salud mental. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. Buenos Aires; 24-26 noviembre. Buenos Aires: Facultad de Psicología; 2021.