TRABAJO FINAL DE GRADO

Presentado para acceder al título de

Licenciatura en Acompañamiento Terapéutico

Título: “Estrés Crónico en acompañantes terapéuticos y su impacto en el vínculo terapéutico”

Autoras:

Gutiérrez Maturana Susana Beatriz
Nº DNI:27.121.132

Villar Ortiz Elsa Soledad
Nº DNI:31.203.462

Tutor:
Profesor: Silva, Gustavo.

Lugar:
Rosario

Fecha de presentación
14/09/2026

Firma autor/es





Índice

Agradecimientos 3

Resumen 4

Introducción 5

Tema 5

Planteamiento del Problema 5

Objetivos de la investigación 8

Capítulo 1- Marco conceptual. El acompañamiento terapéutico, su ejercicio profesional y los factores estresores 9

Acompañamiento terapéutico: Rol y función, en diversos contextos laborales 9

1.1 Subjetividad 10

1.2 Las solicitudes familiares incongruentes: La presión del entorno del acompañado y su repercusión en el profesional 10

1.3 Las Demandas impropias de las Instituciones y el malestar en el acompañante terapéutico 11

1. 4. Precarización laboral por falta de una figura legal a nivel nacional 12

Capítulo 2. Estrés crónico en el acompañamiento terapéutico. Conceptos, repercusiones y estrategias de afrontamiento 15

2- Estrés, concepto y tipos 15

2.1 Estrés crónico: sus manifestaciones en la práctica del acompañamiento terapéutico 17

2.2 Estrategias de afrontamiento de los acompañantes terapéuticos 18

Capítulo 3: Abordaje metodológico 20

3. Diseño, muestra e instrumentos de recolección de datos 20

3.1 Enfoque y tipo de Estudio 20

3.2 Población, Muestra e Instrumento 21

3.3 Técnicas e instrumento de recolección de datos 22

Capítulo 4- Resultados de la recolección de datos 24

Análisis e integración de los resultados obtenidos en la investigación mixta en función de los objetivos planteados 24

Características centrales de los factores estresores asociados al rol del acompañante terapéutico en diferentes ámbitos de inserción laboral 24

Estrategias de afrontamiento utilizadas por los acompañantes frente a situaciones de estrés laboral 28

Repercusiones del estrés crónico en la práctica profesional y su incumbencia en la calidad del vínculo terapéutico 28
Conclusión de la investigación 30
Referencias Bibliográficas: 32
Anexo I 34
Introducción al cuestionario tal cual se presentó a los encuestados de las provincias de Buenos Aires y Neuquén 34
Anexo I.I 35
Resultados del cuestionario 35
Anexo II 51
Guia de entrevista completa 51
Anexo II. I 53
Respuestas a entrevistas semiestructuradas a profesionales en acompañamiento terapéutico 53
Anexo III 66
Estrategias y recomendaciones de afrontamientos del estrés crónicos en los acompañantes terapéuticos 66

Agradecimientos

En primer lugar, quiero agradecer profundamente a mi familia, a mis hijos, y de manera especial a mi hijo Kevin, quien fue mi sostén técnico e informático: gracias por acompañarme, resolver cada obstáculo que surgía con el trabajo y tener la paciencia de sostenerme a lo largo de todo este proceso. Asimismo, agradezco al tutor por sus correcciones precisas y apropiadas, por guiarme con prudencia y sugerirme reorientar la investigación hacia un enfoque más sólido, medible y con mayor sustento teórico. A mi compañera de trayectoria, por compartir este recorrido hasta el final. Y de modo muy personal debo agradecer a mi pareja, quien siempre creyó en mí, me sostuvo en la cotidianidad y alentó desde el primer momento para estudiar esta carrera, que representaba un sueño, algo que jamás imaginé que podría alcanzar en la vida.

Por último, debo agradecerme a mí misma. Debido a que siempre fue un gran desafío estudiar, pero mi deseo y sueño de una carrera universitaria fueron más fuertes que cualquier obstáculo. El interés por comprender las dificultades que atravesamos diariamente en esta profesión que abrazo con amor, fue lo que me llevo a elegir este tema de investigación. Hoy puedo decir que, tras noches de desvelo, mucho tiempo y esfuerzo dedicado por este sueño, se está haciendo realidad. Gracias a todos. **Susana Beatriz Gutiérrez Maturana.**

Llegar hasta acá no fue un camino fácil. Detrás de este logro hay esfuerzo, aprendizajes, cansancio y momentos en los que pensé en abandonar. Por eso, quiero agradecer a todas las personas que me acompañaron y me ayudaron a hacer realidad este sueño.

A mi abuelo, que, aunque ya no está físicamente conmigo, sé que me acompañó en cada paso de este proceso. Su recuerdo fue una fuente de fuerza y motivación para seguir adelante. Este logro también es para él. A mi hija, mi gran motor y una de las razones por las que nunca dejé de intentarlo. En los momentos más difíciles, pensar en ella me impulsó a levantarme y seguir.

A mis padres, por apoyo y por enseñarme siempre a perseverar. A mi marido, por su acompañamiento y por comprender mis tiempos. A Susana, mi compañera y amiga, gracias por nunca soltarme la mano, y por motivarme cada vez que pensé en abandonar. Me llevo de esta carrera una amiga para la vida. A mis amigas, gracias por estar, alentarme, escucharme y acompañarme en cada desafío. Gracias por creer en mí y celebrar mis logros como propios.

A cada uno de ustedes, gracias por ser parte de este camino. Hoy cierro esta etapa con orgullo y con la certeza de que todo esfuerzo valió la pena. **Villar Ortiz Elsa Soledad.**

Resumen

El siguiente estudio se propuso analizar como inciden, los tres principales factores de riesgo identificados como centrales para el acompañamiento terapéutico; la presión familiar, las demandas institucionales y la precarización laboral, en el desarrollo del estrés crónico y su impacto sobre la calidad del vínculo clínico. Para abordarlo, se optó por un diseño de enfoque metodológico mixto, que convino la aplicación de un cuestionario con entrevistas semiestructuradas en profundidad, integrando así ambos tipos de datos. Aplicados en función a los objetivos planteados a profesionales de las provincias de Buenos Aires y Neuquén.

Tras la tabulación de los datos y el análisis de las entrevistas, podemos decir que los hallazgos muestran que la sobrecarga sostenida, las exigencias que exceden el rol, la demora en los pagos y la falta de condiciones laborales dignas, constituyen los principales factores estresores en la práctica cotidiana. Cuando estas condiciones se sostienen en el tiempo, las estrategias de afrontamiento resultan insuficientes y el desgaste se vuelve crónico. Desencadenando sufrimiento físico y psíquico que repercute de manera directamente en la calidad del vínculo terapéutico.

Finalmente, la importancia de comprender el impacto profundo del estrés crónico en quienes ejercen esta labor, pone en manifestó la urgencia de un marco legal que de reconocimiento y regule esta profesión, protegiendo así a quienes cuidan de otros.

Introducción

Tema

Un análisis de los factores estresores laborales y su incidencia en el desarrollo del Estrés Crónico en acompañantes terapéuticos y cómo repercute en la calidad del vínculo terapéutico.

Planteamiento del Problema

Para abordar este tema, debemos reconocer la importancia que tiene actualmente el acompañamiento terapéutico, siendo primordial para sostener los tratamientos de salud mental, dentro y fuera de las instituciones, como así también la inclusión en las escuelas de nuestro país. Esta práctica clínica se despliega fundamentalmente en el terreno de lo cotidiano y está dirigida a todas aquellas personas que lo necesiten, en continua interacción con especialistas y equipos interdisciplinarios. Tal como plantea G. Rossi, (2007) "la práctica del at no es aislada, sino en equipo con otras prácticas". (Rossi, 2007, p.8). Entendemos así que dicho profesional se encuentra inserto en una trama de redes, que se vuelve compleja debido a las demandas institucionales y el entorno familiar, que configuran el escenario diario de su intervención. En base a esto, comprendemos que el at no trabaja en un consultorio cerrado, sino que se introduce directamente en lo cotidiano del usuario. Trabaja donde las cosas transcurren, lidiando todo el tiempo con lo que pasa en el momento y el entorno. En ese día a día, la herramienta principal que tiene para que un tratamiento funcione es el vínculo terapéutico, que requiere de una escucha y una presencia óptima del profesional.

Es propio citar aquí a Facundo Ferreiros (2016) quien, en su trabajo, Hacia una pedagogía del cuerpo vivido, menciona que, "el cuerpo ya no es una maquina inerte, sino una unidad intencional y significativa. Ese cuerpo que es registro de todas mis experiencias vividas, y por tanto posibles. Ese cuerpo que es desafío para pensarnos como sujeto-cuerpo pedagógico" (F. Ferreiros, 2016 p.3). Lo que nos lleva a reflexionar que en la práctica profesional se pone en juego tanto lo objetivo como lo subjetivo de la tarea, y es por ello que para ofrecer una intervención sólida y de calidad, el mismo debe estar estructurado y firme en su corporalidad y pensamiento, ya que no existe separación entre el pensar, el sentir y hacer.

Para sostener esta labor en el territorio, que suele desarrollarse durante jornadas extensas y usualmente con varios casos en un mismo día, debido a factores económicos que desarrollaremos más adelante, el profesional debe poner en marcha una cantidad de recursos que tiene a su disposición. Como mencionamos anteriormente entendemos que el

acompañante no es una máquina, pues pone su propio cuerpo, su tono de voz y forma de expresarse. Además de su mirada y paciencia constante para contener al otro, a un otro, que muchas veces se encuentra desbordado, apático, desconectado de realidad, como si estuviera al margen de trama social y sin encontrar un lugar en su entorno. Sin embargo, la realidad es que el profesional no está solo con el acompañado. Frecuentemente, nos encontramos con familias que también se desbordan y generan al acompañante demandas contradictorias, o con instituciones que exigen cuestiones que van en contra de nuestro rol y función. A lo que se suma la enorme precarización laboral que sufre esta profesión (bajos honorarios, retraso en los pagos, la falta de una ley nacional que los proteja, exigencias burocráticas de las obras sociales, y sistemas de contratación, impuestos, monotributo, etc.)

Interpretando los aportes de Ferreiros (2016) la acumulación de estas situaciones produce un malestar que excede el cansancio laboral cotidiano. Todo lo que nos pasa, todo lo que nos exigen y todo lo que no podemos resolver, se acumula en el cuerpo. Esa carga sostenida en el tiempo pasa de ser solo un cansancio a transformarse en estrés crónico, donde el cuerpo ya no actúa como recurso, sino como una fuente de dolor y limitación.

En concordancia con lo expuesto y parafraseando al Dr. Daniel López Rosetti, quien nos permite entender que, cuando las presiones que recibimos del entorno superan ampliamente los recursos que tenemos para hacerles frente, el cuerpo y la mente colapsan, y ese estrés que vivimos a diario se vuelve crónico, trayendo consecuencias serias en nuestra salud, nuestras acciones y forma de vinculamos.

Es aquí donde aparece el verdadero problema de nuestra investigación. Cuando un acompañante terapéutico está cansado físicamente, agotado mentalmente y estresado de forma crónica, es casi imposible que pueda ofrecer esa disponibilidad corporal y afectiva a la persona que acompaña. El cuerpo duele, la paciencia se agota y la escucha se bloquea. Esto nos lleva a pensar que el desgaste del profesional no es solo un problema individual, sino que daña directamente la calidad de la atención que ofrece.

Nuestro principal interés en investigar esta problemática, surge de la necesidad de visibilizar cómo los acompañantes terapéuticos vivencian cotidianamente esta realidad y cuáles son las consecuencias que puede generar en su bienestar personal y profesional.

Necesitamos entender como esta situación impacta desfavorablemente con el vínculo terapéutico y no solo para visibilizar la salud laboral del acompañante terapéutico y darle un valor trascendental. Sino para entender cómo deben velar por su salud física y mental. Asimismo, aportar herramientas que sirvan de soporte para cuidar a los que cuidan.

En nuestra formación y práctica hemos aprendido a funcionar bajo lo que llamamos la subjetividad heroica, según los aportes de Elena de la Aldea (2014) quien en su material refiere que…

La subjetividad heroica genera también cierto grado de malestar: lo que se hace nunca termina de estar bien del todo. Jamás se cumplen los objetivos y el trabajo termina transformándose en algo pesado, imposible de disfrutar. Resulta excesivamente frustrante que nunca nada alcance, que nunca nada sea suficiente. Y resulta difícil también valorarlas propias potencias al no conseguir darle un final acabado al problema. (E. de la Aldea 2014, p8)

Trabajar bajo la creencia de que el que cuida a otros debe ser inquebrantable, estar siempre disponible y tener la capacidad de contener todo sufrimiento ajeno, sin que esto le produzca ningún tipo de daño o desgaste es ilógico. Esta idea, lejos de ser una virtud, se convierte en una trampa silenciosa que nos va consumiendo poco a poco, haciéndonos creer que cansarnos o necesitar ayuda es una falla profesional.

Esta exigencia de ser fuertes permanentemente, coloca al profesional en una situación de alto riesgo que puede derivar en un colapso, el mismo que es referenciado por López Rosetti, cuando analiza los límites de nuestra resistencia como profesionales. Dando a conocer que estrés se convierte en patológico cuando la demanda que proviene del medio externo o interno supera nuestra capacidad de respuesta. Cuando esto ocurre, se pone en marcha un mecanismo de alerta permanente que, sostenido en el tiempo, va desgastando progresivamente nuestros sistemas de defensa, generando alteraciones físicas, emocionales y mentales que terminan enfermando a la persona.

Finalmente, comprendemos que esta realidad no constituye una generalidad ni un destino inevitable. Trabajar de at y afrontar las vicisitudes de la profesión no quiere decir que inevitablemente derivará en un estrés crónico, ni que obligue a replantearse si continuar o no con esta labor, que algunos abrazamos con mucho orgullo y compromiso. Por el contrario, aquí se pone en juego la capacidad de cada profesional, poniendo en prácticas sus propios recursos y estrategias de afrontamiento. Dichas herramientas, le permiten gestionar la carga laboral y evitar que ese estrés diario se vuelva crónico. Asimismo, entendemos desde una postura ética que rige nuestra práctica, la persona acompañada no conoce, ni tiene porque hacerlo, todas las dificultades, burocracia o cansancio que enfrentan los profesionales en su día a día, debido a que no sería correcto descargar en ellos todas las angustias y frustraciones.

Establecer límites entre lo laboral y personal es lo que les permite ofrecer un acompañamiento de calidad y cuidado, sin descuidar de ellos nosotros mismos.

A partir de lo expuesto, nos planteamos el siguiente interrogante respecto a la investigación que realizaremos con respecto a este primer semestre del año:

¿De qué manera la presión del entorno familiar del acompañado/a, las demandas institucionales, sumados a la precarización laboral, inciden en el desarrollo del estrés crónico en los acompañantes terapéuticos y cómo esté afecta la calidad del vínculo terapéutico?

Objetivos de la investigación

Objetivo General

Analizar la incidencia de los factores de riesgo derivados de la presión familiar del acompañado, las demandas institucionales y la precarización laboral, en el desarrollo del Estrés Crónico en acompañantes terapéuticos, evaluando su impacto en la calidad del vínculo clínico establecido con la persona acompañada durante el periodo 2026.

Objetivos Específicos

- Describir las características centrales de los tres factores estresores asociados al rol del acompañante terapéutico en diferentes ámbitos de inserción profesional.
- Identificar las estrategias de afrontamiento que utilizan los acompañantes frente a las situaciones de estrés laboral.
- Explorar las repercusiones del estrés crónico en la práctica del profesional en este primer semestre del año 2026 y como afecta la calidad del vínculo terapéutico.

Capítulo 1- Marco conceptual. El acompañamiento terapéutico, su ejercicio profesional y los factores estresores

Acompañamiento terapéutico: Rol y función, en diversos contextos laborales

"El Acompañamiento Terapéutico es un recurso clínico especializado que opera desde un abordaje psicoterapéutico, en forma articulada con el profesional o el equipo terapéutico que lo indica". (Gustavo Rossi, 2007, p20) Operando en la cotidianeidad del sujeto, allí donde las instituciones tradicionales encuentran su límite. Lo que nos demuestra que el at actúa como un agente de salud que interviene específicamente en el lazo social, funcionando como un puente entre el paciente, su entorno familiar, institución y el equipo tratante.

Esta inserción, en el territorio diario nos ayuda a comprender lo que la autora Graciela Bustos (2021) definen como un apuntalamiento dentro del entramado vincular. "El A.T. es un espacio vincular creado para alojar a otro que sufre y requiere apoyos emocionales para enfrentar esta situación" "es allí donde emerge la figura del at quien posibilita un intercambio horizontal que produce modos de subjetivación suplementarios indispensables para la mejoría de los pacientes (Bustos, 2021, p6).

En este sentido, la práctica no se reduce a una compañía pasiva, sino que se configura como una presencia comprometida. El acompañante busca alojar la subjetividad del acompañado mediante una lógica de la alteridad, donde él se posiciona como un semejante, pero, fundamentalmente, como un otro diferente capaz de proponer nuevos sentidos a la existencia. según nos explica M.L. Frank (2012), "El acompañamiento terapéutico propone a modo de presencia, una oferta vincular, que implicará como cualquier vínculo un esfuerzo de trabajo psíquico para uno y para otro, promoviendo si se establece el vínculo, transformaciones en la subjetividad de ambos" (Frank 2012, p9).

En cuanto a su dimensión operativa, el acompañante terapéutico despliega sus funciones en los escenarios naturales donde transcurre la vida del sujeto, tales como el domicilio, la vía pública, instituciones educativas o espacios de salud y demás. En estos entornos, el profesional desarrolla tareas de contención, mediación y estimulación, orientadas a la organización de la rutina y a fomentar la autonomía.

Para llevar adelante esta labor, el at debe poner en juego una objetividad técnica que no implica frialdad o distancia emocional, sino la capacidad de mantener una mirada profesional y una neutralidad ética, vinculada al concepto de abstinencia, que le permita diferenciar sus propios sentimientos de las necesidades del acompañado. Esta posición

profesional es la que garantiza que el poner el cuerpo no se transforme en una relación de amistad, sino en un recurso estratégico para la recuperación del lazo social. Al intervenir en cada caso, el acompañante utiliza su propia subjetividad de manera regulada para establecer un encuadre móvil que se adapta a las particularidades de cada caso y contexto.

1.1 Subjetividad

Para hablar de subjetividad elegimos traer a colación a la autora Denise Najmanovich, quien refiere que "La subjetividad es la forma peculiar que adopta el vínculo humano-mundo en cada uno de nosotros, es el espacio de libertad y creatividad, el espacio de la ética." (Najmanovich, 2001, p 5). En otras palabras, entendemos que la subjetividad no es una característica fija, ni algo dado de una vez y para siempre, sino que la podemos interpretar como una construcción que se va configurando a lo largo de la vida y de la historia, de los vínculos y las experiencias de cada persona.

Esta concepción resulta especialmente relevante en el ámbito de la salud mental, ya que permite comprender que cada paciente vive, interpreta y otorga sentido a su padecimiento de un modo singular. “El sujeto no es una sumatoria de capacidades, propiedades o constituyentes elementales, es una organización emergente. El sujeto sólo adviene como tal en la trama relacional de su sociedad.” (Najmanovich, 2001, p. 4).

En este marco, el acompañamiento terapéutico requiere reconocer esa singularidad para orientar una intervención respetuosa de los tiempos, significados y modos de transitar la experiencia de cada sujeto.

1.2 Las solicitudes familiares incongruentes: La presión del entorno del acompañado y su repercusión en el profesional

En este punto es propio explicar que cuando hablamos de las demandas familiares hacemos referencias que, en el marco de la clínica del acompañamiento terapéutico, la presión familiar del acompañado, no debe entenderse simplemente como una exigencia externa, sino como parte de la compleja trama vincular en la que el profesional queda inserto. Comprendiendo que a menudo el at se convierte en el receptor de las ansiedades y frustraciones de un núcleo familiar agotado por la cronicidad de la patología de su ser querido.

Mayormente esta demanda se manifiesta como una expectativa desmedida sobre el profesional, a quien se le adjudica el rol de solucionador o depositario de todas las urgencias del sistema familiar.

Por consiguiente, la problemática que aparece en estas situaciones tiene que ver con la desdibujación del rol específico del at por parte del entorno. Como generalmente la familia del acompañado desconoce los límites técnicos de la función, el profesional se vuelve objeto de demandas contradictorias, donde se le exige cumplir tareas que exceden lo terapéutico, confundiéndolo con niñero, docente particular o parte del servicio doméstico, dependiendo de la necesidad inmediata del hogar. Esta falta de encuadre claro, obliga al at a estar en constante vigilancia de su rol, para no quedar atrapado en funciones que alivian la logística familiar, pero desvirtúan el objetivo clínico, causando un agotamiento excesivo.

Este escenario genera una sobrecarga emocional en el profesional, debido a que las familias suelen depositan en él una expectativa de solución mágica. El acompañante queda atrapado entre la necesidad de sostener el tratamiento del paciente y la presión de una familia. Esta dinámica, si no es supervisada, se transforma en un factor estresor crítico, ya que el profesional se encuentra en una encrucijada, donde debe poner límites sin quebrar la alianza terapéutica, enfrentando el riesgo de un desgaste por empatía y una saturación ante los conflictos parentales o convivenciales.

1.3 Las Demandas impropias de las Instituciones y el malestar en el acompañante terapéutico

Cuando hablamos de demandas impropias de las instituciones ya sea, escuelas, neuropsiquiátricos, hogar convivencial, centros de día, entre otros, podemos decir que la mayoría de ellas generan una tensión particular debido a la multiplicidad de actores involucrados.

Por ejemplo, el ámbito escolar, suele demandar una adaptación del alumno al sistema educativo que prioriza el orden y el rendimiento, lo cual puede entrar en conflicto con los tiempos subjetivos del acompañado.

Asimismo, instituciones, como centros de días o hogares de adultos mayores, establecen normativas y dinámicas propias que suelen chocar con los tiempos y posibilidades reales de cada persona.

Siguiendo con el enfoque de las demandas escolares, espacio que concentra la mayor inserción laboral de acompañantes, las peticiones se convierten en exigencias. Se

espera que este profesional resuelva situaciones vinculares, conductuales o pedagógicas de manera inmediata, depositando sobre él responsabilidades que deberían ser compartidas por todo el equipo institucional. De este modo el acompañante queda relegado a un rol de mediador constante. En este escenario las presiones por cumplir con los requerimientos administrativos y las exigencias del sistema escolar terminan generando un agotamiento mental significativo.

La falta de un encuadre claro dentro de la organización escolar y la necesidad de responder a directivas que no siempre coinciden con un plan estratégico terapéutico, configuran un factor estresor que impacta directamente en la autonomía y el bienestar del profesional.

Algo semejante ocurre en instituciones de salud y centros de internación. En estos espacios el acompañante terapéutico suele enfrentarse a una sobredemanda de tareas que exceden su función específica, siendo ubicado frecuentemente por la estructura institución en el un rol de cuidador o vigilante, lo que desdibuja por completo su perfil clínico.

Las exigencias de obtener resultados inmediatos en cuadros complejos, sumadas a la falta de espacios adecuados de supervisión y a las trabas burocráticas impuestas por las obras sociales, generan un clima de tensión constante. Cuando la institución no reconoce la singularidad de este trabajo y lo utiliza como un mero recurso de control, se produce un agotamiento emocional que deriva en estrés crónico y una profunda frustración. Esto ocurre al percibir que el encuadre terapéutico es vulnerado por lógicas puramente administrativas o asistenciales.

1. 4. Precarización laboral por falta de una figura legal a nivel nacional

Para abordar el tema de la precarización laboral, es necesario referirnos al reconocimiento jurídico del acompañante terapéutico dentro del marco normativo actual. La articulación entre la Ley Nacional de Salud Mental N.º 26.657 (2010) y la Ley de Discapacidad N.º 24.901 (1997) incluye el andamiaje jurídico fundamental para la inserción de esta disciplina argentina, operando como un puente entre el derecho a la salud comunitaria y la garantía de su cobertura.

Por un lado, la Ley N°26.657 promueve un modelo de atención interdisciplinario e inclusivo que exige abordar los padecimientos desde la cotidianeidad del sujeto. De este modo legitima la figura del acompañante terapéutico como un actor clave para evitar la institucionalización y sostener los lazos sociales.

Por otro lado, la Ley N°24.901, a través de su Sistema de Prestaciones Básicas, funciona como la herramienta operativa que obliga a las obras sociales y entidades de medicina prepagas a financiar de forma integral los apoyos necesarios para la autonomía de las personas con discapacidad.

De este modo, mientras la ley de salud mental fundamenta la necesidad clínico-institucional del dispositivo, la ley de discapacidad brinda a las personas el respaldo legal para exigir su financiamiento, consolidando al acompañamiento terapéutico como un recurso indispensable y formalmente reconocido dentro del sistema sanitario y salud del país.

A pesar de que la Ley de discapacidad, representa un respaldo legal para el financiamiento de los tratamientos, en la práctica cotidiana del acompañamiento terapéutico este marco normativo choca con una profunda precarización laboral. Al no estar formalmente incluidos en el Nomenclador Nacional de Discapacidad, los acompañantes carecen de un piso arancelario unificado y regulado por el Estado. Esto deja el valor de sus honorarios sujeto a criterios arbitrarios de cada obra social o entidad de medicina prepaga.

Esta vulnerabilidad se ve agravada por la falta de control institucional sobre las entidades de salud, que dilatan sistemáticamente los pagos, con demoras que suelen oscilar entre los sesenta y noventa días, e incluso más, licuando los ingresos del trabajador en contextos inflacionarios. Ante este escenario, el recurso de amparo se convierte en una herramienta agridulce; si bien garantiza el derecho del asistido, expone al acompañante terapéutico a condiciones laborales sumamente precarias, desprovistas de aguinaldo, vacaciones pagas o licencias.

Asimismo, muchos profesionales se aferran al concepto de falsa autonomía, donde los acompañantes son considerados supuestos trabajadores independientes, aunque en la práctica deben cumplir con horarios rígidos, responder a directivas institucionales y presentar informes obligatorios tanto a escuelas y equipos tratantes, como a las obras sociales. Esta burocracia sobrecarga al profesional, generando una relación de dependencia encubierta, debido a que se lo obliga a facturar como prestador externo, asumiendo él mismo los costos del monotributo, los seguros, su obra social, gestiones contables y los periodos de receso escolar en los que no percibe ingresos.

Toda esta problemática pone de manifiesto la urgente necesidad de una Ley Nacional de Acompañamiento Terapéutico que regule la profesión en todo el país, establezca una matrícula unificada y exija un nivel de capacitación reconocido para evitar que personas sin preparación adecuada o con formación breve ejerzan el rol. Asimismo, resulta imperioso que garantice condiciones dignas de contratación y reconozca definitivamente al acompañante

terapéutico como un trabajador de la salud mental con todos sus derechos plenamente protegidos.

Por todo lo expuesto, podemos afirmar que esta precarización funciona como un estresor directo que afecta la salud mental del profesional, quien necesitan de un ingreso digno y seguro para cubrir sus necesidades básicas y sobrellevar la carga familiar.

En este sentido es posible trazar una analogía entre la crisis socioeconómica que atraviesa el país y la realidad del acompañamiento terapéutico, donde la precarización laboral y las fallas del sistema no operan de forma aislada, sino como un ciclo vicioso estructural.

En relación a esto, una investigación realizada por un conjunto de autores demuestra científicamente que “La falta de condiciones laborales adecuadas, caracterizada por jornadas extendidas, pluriempleo y la inestabilidad de contratos (precariedad), actúa como el factor principal para la insatisfacción y el desarrollo del estrés crónico”. Castro-Castillo, Moreno-Martínez y Bravo-Pesantez, 2025, p814). Este escenario genera un profundo desgaste y agotamiento, debilitando el componente humano en quienes tienen por labor cuidar de otros.

Estos aportes permiten afirmar claramente que la responsabilidad por esta crisis no puede recaer sobre el eslabón más débil del sistema, el acompañante terapéutico, sino que evidencia una clara y sistémica desprotección estatal frente a esta profesión.

Capítulo 2. Estrés crónico en el acompañamiento terapéutico. Conceptos, repercusiones y estrategias de afrontamiento

2- Estrés, concepto y tipos

El concepto de estrés abarca diversos aspectos y tipos, dependiendo la postura del autor. Para explicar este término, recurrimos a la definición que expone el Dr. Daniel López Rosetti (2022), en su libro, Estrés sufrimiento y felicidad, quien explica que el estrés no como una enfermedad en sí misma, si no "un fenómeno normal que nos alcanza a todos" (p23), aclarando que "vivir implica cierto nivel de estrés" (p23). Es decir que el estrés está presente en nuestras vidas cotidianas. Por ello, y tal como plantea el autor, no siempre es nocivo, ya que todas las personas requerimos de una cuota de activación necesaria para afrontar las demandas diarias. Este proceso genera una respuesta física y mental que mantiene al cerebro en estado de alerta frente al entorno. La clave está en reconocer cuándo dichas demandas superan nuestra capacidad de resistencia generando sufrimiento, manifestándose a través de diversos síntomas de carácter agudo o crónica.

Asimismo, este autor distingue dos variantes fundamentales:

Por un lado, el Eustrés, o estrés positivo, que consiste en una respuesta psicobiológica adaptativa. Este tipo de estrés no se padece, sino que se aprovecha; funciona como motor de activación que moviliza al organismo de forma funcional para responder para responder a las demandas del entorno y una vez cumplido el objetivo el cuerpo vuelve a su estado natural de equilibrio. Algunos ejemplos son, rendir un examen o llegar a tiempo a un compromiso importante

Por otro lado, el Distrés, o estrés negativo, que aparece cuando la carga laboral y la demanda del entorno son excesivas y sostenida de forma desmedida durante un largo periodo, superando la capacidad de recuperación del organismo. Esto altera las funciones cognitivas y afectivas del sujeto, generando profundo sufrimiento. Este tipo de estrés se manifiesta a través de una amplia variedad de síntomas, que van desde cefaleas, hasta afectaciones en la salud mental, como trastorno de ansiedad, entre otros.

Ahora bien, al situarnos en nuestro objeto de estudio "el análisis de los factores estresores que generan malestar en la práctica del Acompañamiento Terapéutico", resulta clave comprender como este estrés se vuelve crónico ante la persistencia de altas demandas y precarización laboral, en un contexto de falta de respuesta institucionales y estatales. Asimismo, es fundamental aclarar que el estrés al que nos referimos, no se limitan a un mero cansancio físico, sino que genera un amortiguamiento o anestesiamiento emocional, que se

manifiesta en apatía e intolerancia, impactando directamente de forma negativa en la dimensión vincular y en el desempeño laboral.

En este sentido, López Rosetti (2022) explica que el estrés prolongado puede configurar una cadena de estrés. Este proceso se manifiesta como una secuencia progresiva que comienza con la percepción de una situación amenazante, lo cual lleva al sujeto a alterar hábitos y conductas, muchas veces de manera inconsciente. Dicho mecanismo desencadena síntomas físicos y psicológicos, que pueden derivar en la activación de patologías genéticamente predeterminada, provocando que el profesional pierda el disfrute por sus actividades habituales, sus tareas cotidianas y laborales, agravando su cuadro clínico. A veces, cuando la persona comienza a tomar conciencia de esta problemática, suele tornase más ansiosa, susceptible o emocionalmente inestable, profundizando aún más su malestar.

Ampliando esta línea de investigación, tomamos los aportes de Alonso Fernández, (1997), "el estrés crónico es la sobrecarga emocional implicada en actividades o situaciones un tanto continuadas, en particular en relación con el trabajo. (p99). Entendiendo que, al persistir en el tiempo, se convierte en patología por sobrecarga, afectando directamente la conducta humana y la capacidad de vincularse. Desde esta perspectiva podemos agregar que estrés es un fenómeno complejo que implica estímulos, respuestas, y diversos procesos psicológicos que median entre ambos.

Para este autor, el estrés se subdivide en dos modalidades:

- **Los agudos**, que equiparan a los acontecimientos vitales, suponen una sobrecarga emocional de alta incidencia y duración breve, por ejemplo, la pérdida de un ser querido o de un trabajo.
- **Los crónicos**, se caracteriza con una sobrecarga emocional sostenida, derivada de actividades o situaciones de trabajo continuas, que desbordan la capacidad de resistencia del individuo.

Ambos autores coinciden en distinguir dos vertientes fundamentales del estrés: por un lado, el estrés positivo o eustrés: entendido como el motor necesario para adaptarse adecuadamente a los requerimientos vitales. Y por el otro, el estrés negativo o distrés: que expresa el fracaso ante la adaptación. A estos estados negativos se les asocia sentimientos de inseguridad, frustración y sufrimiento, los cuales pueden derivar en patología o enfermedad.

Concluyendo que el concepto del estrés crónico, podemos afirmar que dicho estrés se genera como una respuesta de desadaptación ante una sobrecarga sostenida, provocando un profundo impacto en el ámbito laboral. Como aclara López Rosetti (2022) "cuando nuestra

capacidad de resistencia o abordaje de las demandas no se corresponden con la naturaleza de las mismas, se rompe el equilibrio y esto repercute de manera integral en nuestro ser" (L. Rosetti 2022. p26) comprendemos que esto lleva a una alteración de las facultades afectivas. Alonso-Fernández (1997) complementa esta perspectiva al abordar las patologías del trabajo, sosteniendo que la sobrecarga laboral crónica somete al profesional a un estado de agotamiento psíquico que deteriora progresivamente su conducta relacional. De este modo, ambos autores concuerdan que el estrés en exceso deja de ser una mera tensión laboral para transformarse en un factor disruptivo que aliena al sujeto, limitando su capacidad de empatía y resquebrajando la integridad emocional necesaria para sostener un vínculo interhumano eficaz.

Finalmente, al analizar el estrés laboral en el ejercicio del acompañamiento terapéutico, es preciso distinguirlo de las condiciones que se presentan en otros empleos tradicionales, como tareas administrativas o en relación de dependencia, donde las herramientas de labor son objetos externos. En cambio, como señala Ferreiros (2016), en el acompañamiento el cuerpo vivido no es un instrumento más, sino el lugar mismo donde se constituye la experiencia y el vínculo con el otro. Para ello utiliza como herramienta esencial de trabajo su propia subjetividad, su capacidad de escucha, su paciencia, su empatía y fundamentalmente, su cuerpo para vincularse con otro que padece y requiere ser sostenido y subjetivado. Por consiguiente, si el profesional se encuentra sobrecargado, agotado, o afectado por condiciones laborales adversos, lo que se pone en riesgo y se daña directamente es el corazón de la práctica, la calidad del vínculo con ese otro que padece y que necesita de un acompañante entero, disponible y capaz de sostener su proceso.

2.1 Estrés crónico: sus manifestaciones en la práctica del acompañamiento terapéutico

El ejercicio del acompañamiento terapéutico implica una práctica clínica expuesta a situaciones complejas y estresantes, donde el profesional pone en juego su propia subjetividad en cada intervención. Por ende, mantener una postura objetiva durante el desarrollo de su labor se vuelve un verdadero desafío. Comprendiendo que cuando las exigencias laborales se sostienen en el tiempo y superan los recursos de afrontamiento del profesional, el proceso adaptativo falla, dando lugar a que el at desarrolle un cuadro de estrés crónico. Ante esta situación, resulta fundamental analizar cómo se manifiesta esta problemática, cuáles son sus consecuencias en la salud integral del trabajador y como impacta en su cotidianeidad de si práctica.

Desde la perspectiva de López Rosetti (2022), el distrés crónico se manifiesta mediante amplia variedad de síntomas que afectan la salud de manera integral. En primer lugar, se observan las expresiones en el ámbito somático o físico, donde el cuerpo manifiesta el agotamiento que la mente no logra procesar. Entre las manifestaciones más frecuentes se encuentran el cansancio persistente, que no cede con el descanso habitual, las cefaleas tensionales, las alteraciones gastrointestinales y los trastornos del sueño, tales como el insomnio, o las interrupciones nocturnas frecuentes.

En paralelo a los síntomas corporales, el distrés también desencadena una amplia gama de afecciones psicológicas y emocionales, que superan la capacidad de afrontamiento del sujeto. Lo cual genera una sobrecarga mental, a tal punto que puede derivar en cuadros de ansiedad, generar inestabilidad, apatía e irritabilidad, desembocando en un progresivo embotamiento o anestesiamiento psíquico, estado en que el profesional pierde intensidad y capacidad de expresar sus emociones**.**

En este punto, es necesario resaltar la gravedad de dicho embotamiento en la práctica del acompañamiento terapéutico, debido al experimentar apatía, desmotivación y una disminución de la capacidad empática, al profesional se le dificulta alojar y sostener el sufrimiento del acompañado de forma disponible y receptiva.

Finalmente, la agudización de esta sintomatología no puede aislarse de las condiciones concretas en las que se desarrolla la práctica. Tal como señalan los posicionamientos institucionales de la Asociación de Acompañantes Terapéuticos de la República Argentina (AATRA), los factores contextuales asociados a la precarización laboral, tales como la inestabilidad en la contratación, la discontinuidad en los cobros, la falta de reconocimiento institucional y la sobrecarga horaria, actúan como estresores secundarios permanentes. Esta vulnerabilidad del marco laboral potencia el desgaste psíquico del trabajador, transformando la exigencia cotidiana en un factor de riesgo directo para su salud integral y para la efectividad de la intervención clínica.

2.2 Estrategias de afrontamiento de los acompañantes terapéuticos

En el marco de esta investigación, resulta indispensable referirnos a las estrategias de afrontamiento que habitualmente implementan los acompañantes, entendidas no como meras acciones aisladas de autocuidado personal, sino como aquellos recursos clínicos e institucionales que el profesional despliega para gestionar, procesar y maniobrar los efectos del estrés crónico derivado de su práctica. Lejos de reducirse al ámbito privado, estas

estrategias forman parte esencial del encuadre y del vínculo que se construye con el acompañado.

Siguiendo los planteos de Kuras de Mauer y Resnizky (1985), y Rossi (2007), se destacan tres pilares fundamentales que actúan como estrategias regulatorias de la práctica: la supervisión periódica, el espacio de análisis o terapia personal y la inserción en un equipo interdisciplinario.

- **La supervisión periódica**, constituye un espacio de intercambio y reflexión con un profesional con experiencia, donde se revisan las intervenciones, se analiza el manejo y límites del vínculo y se obtienen herramientas conceptuales para comprender situaciones complejas y abordarlas de manera adecuada.

- **El espacio de análisis o terapia personal**, permite al profesional reconocer sus propios sentimientos, reacciones y limitaciones, evitando que estas interfieran en su labor, o que se confunda el sufrimiento propio con el del acompañado. Además, este espacio le permite fortalecer su capacidad de autocuidado, partiendo de la premisa de que para cuidar a otros es indispensable sostener un espacio de autopercepción y cuidado propio.

- **La participación en un equipo interdisciplinario**, brinda la posibilidad de compartir miradas, coordinar acciones de intervención apropiadas para el caso en particular y evitando que recaiga sobre el acompañante la totalidad de la responsabilidad del acompañamiento.

Estos dispositivos operan como un soporte indispensable o terceridad, que permite sostener el encuadre, procesar los efectos de la transferencia y prevenir la identificación excesiva con el padecimiento de la persona acompañada. De este modo, estas estrategias no constituyen recursos complementarios ni opcionales, sino condiciones estructurales ineludibles para preservar la salud mental del profesional, y asegurar la continuidad y efectividad del lazo terapéutico.

Capítulo 3: Abordaje metodológico

3. Diseño, muestra e instrumentos de recolección de datos

El abordaje metodológico constituye un eje esencial en el proceso de investigación, orientado a garantizar la coherencia entre en problema planteado, los objetivos y las técnicas utilizadas para alcanzar resultados válidos. Tal como hace referencia Sabino (1994), todo trabajo científico debe expresar con claridad sus bases metodológicas. Asimismo, sostiene que el método no debe entenderse como un esquema rígido ni universal, sino como una guía flexible que orienta la lógica del descubrimiento científico y la selección de instrumentos adecuados, concibiendo a la investigación como un proceso creativo y dinámico.

Para abordar este objeto de estudio, la investigación se estructurará en torno a tres ejes fundamentales:

I. **Laboral e Institucional**: Centrado en examinar la precarización del ejercicio profesional, la ausencia de un marco regulatorio nacional unificado y las exigencias inadecuadas que provienen del entorno institucional, como factores determinantes de estrés crónico.

II. **Psico-Corporal**: Enfocado en identificar las manifestaciones sintomáticas del estrés crónico en el cuerpo vivido del acompañante, así como las estrategias que emplea el profesional para sobrellevarlo.

III. **Clínico-Vincular**: Orientada a evaluar el impacto y repercusión del estrés crónico sobre la calidad del vínculo terapéutico dentro de la práctica cotidiana con la persona acompañada.

3.1 Enfoque y tipo de Estudio

A partir del marco propuesto, podemos afirmar que este estudio adopta una metodología mixta, que combina enfoques cualitativos y cuantitativos, con el propósito de lograr una comprensión integral del estrés crónico en las condiciones laborales actuales de los acompañantes terapéuticos en Argentina.

La integración de ambos enfoques responde a la necesidad de abordar el fenómeno en sus dos dimensiones constitutivas:

- **Dimensión Cuantitativa**: Permite medir la frecuencia e intensidad del estrés laboral en una muestra representativa de acompañantes, identificar los factores estresores más

recurrentes, tales como precarización laboral, demandas institucionales y exigencias familiares.

- **Dimensión Cualitativa**: Resulta indispensable para comprender de qué manera el estrés percibido impacta subjetivamente en la práctica diaria, en la disponibilidad corporal y en la calidad del vínculo transferencial con la persona acompañada.

Al referirnos al alcance y temporalidad, esta investigación se define como descriptiva-correlacional, dado que busca detallar las condiciones laborales e identificar la relación existente entre el desarrollo del estrés crónico y sus efectos en el vínculo clínico. Asimismo, el diseño se clasifica como experimental y transversal, debido a que las variables se observan en su entorno natural y sin manipulación directa, habiéndose recolectando la información en el transcurso del mes de julio del 2026, para evaluando el primer semestre del año.

3.2 Población, Muestra e Instrumento

La población de este estudio está conformada por Acompañantes Terapéuticos que ejercen como tal dentro de las provincias de Buenos Aires y Neuquén, Argentina. Lugar donde radican las investigadoras de este trabajo, abarcando diversos ámbitos de desempeño, niveles de experiencia y realidades institucionales.

La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia e intencionalidad, diferenciado según la técnica de recolección:

1- **Muestra para el instrumento cuantitativo**: Integrada por acompañantes terapéuticos que respondieron al cuestionario virtual distribuido a través de redes a grupos profesionales de WhatsApp.

2- **Muestra para el dispositivo cualitativo**: Conformada por una submuestra intencional de 8 acompañantes terapéuticos (4 de la Provincia de Buenos Aires y 4 de la Provincia de Neuquén). Para esta instancia se seleccionaron profesionales que presentan indicadores de alta exigencia laboral: pluriempleo o carga horaria extendida, prestación de servicios en múltiples instituciones y condiciones estructurales de precarización contractuales.

Ambas herramientas resultaron apropiadas y funcionales por tres motivos fundamentales:

- **Accesibilidad y alcance**: Permite llegar a acompañantes terapéuticos de diversas regiones y con diferentes realidades institucionales. Sorteando barreras del traslado, adaptándose a las complejas agendas y superposiciones horarias del colectivo profesional mediante una participación asincrónica.

- **Anonimato y honestidad**: resultan clave al momento de abordan temáticas sensibles como la precarización laboral, el malestar institucional o las tensiones con el entorno de la persona acompañada. El formato virtual digital resguarda la identidad del profesional, promoviendo respuestas más genuinas, sinceras y representativas de su cotidianeidad.
- **Amplitud y profundidad de los datos**: Al tratarse de un instrumento mixto, posibilita recolectar de manera simultánea dos tipos de información esencial. Por un lado, las preguntas cerradas aportan indicadores cuantitativos precisos. Por el otro, la inclusión de preguntas abiertas, otorga a los profesionales libertad de explayarse sobre sus vivencias subjetivas. Esto enriquece notablemente la investigación, combinando la precisión de los datos estadísticos con la profundidad cualitativa necesaria para comprender la complejidad del vínculo terapéutico.

3.3 Técnicas e instrumento de recolección de datos

1- Cuestionario de preguntas cerradas (fase cuantitativa)

Se elaboró un cuestionario virtual autoadministrado, compuesto por 25 preguntas cerradas de opción múltiple, diseñado para medir la presencia y magnitud de las variables estudiadas.

La elección de esta herramienta se estructuro en torno a los siguientes ejes claves:

- Datos demográficos y perfil profesional. Incluye lugar de residencia y ámbitos de desempeño.
- Antigüedad en la profesión y modalidad de contratación. Información fundamental para establecer comparaciones entre las realidades laborales de ambas regiones y analizar el impacto de las condiciones de trabajo en la población estudiada.
- Identificación factores estresores y evaluar la presencia e intensidad de demandas familiares, exigencias institucionales desarticuladas, la sobrecarga horaria y la precarización económica.
- Impacto en el ejercicio profesional. Mide la frecuencia y el grado en que estos factores repercuten en la tarea cotidiana y en la salud del acompañante.

Cabe aclarar que su formato virtual permitió una amplia cobertura geográfica y acceso asincrónico, con un tiempo de resolución estimado en 10 minutos para completarlo.

2-Entrevistas abiertas en profundidad. Fase cualitativa

Partiendo de que el enfoque cuantitativo nos permite medir la magnitud del estrés, pero no profundizar en su impacto subjetivo en la práctica del acompañamiento terapéutico. Este estudio se complementa con una fase cualitativa orientada a comprender dicho impacto. Para ello, se implementaron entrevistas semiestructuradas abiertas, orientadas a explorar cómo las condiciones socioeconómicas e institucionales transforman la disponibilidad afectivo-corporal del profesional y repercuten en la calidad del vínculo clínico.

La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo intencional sobre una submuestra de ocho acompañantes terapéuticos, divididos equitativamente: cuatro profesionales de la provincia de Buenos Aires y cuatro de la provincia de Neuquén. Esta submuestra se conformó bajo criterios específicos de inclusión, requiriendo que los participantes presenten sobrecarga laboral, trabajen bajo condiciones de contratación precaria ejemplo, monotributistas, desempeñen su tarea en más de una institución o tengan una carga horaria extendida que supere las 8 horas diarias.

Para fundamentar esta elección cabe destacar que la herramienta parte de la hipótesis teórica de que el acompañamiento terapéutico opera como su propio cuerpo como principal instrumento de trabajo, disponiendo la escucha y subjetividad en la cotidianidad de la persona acompañada. Por lo tanto, el desgaste de este recurso humano condiciona de manera directa la empatía y disponibilidad vincular.

El guion de la entrevista se estructuró en seis preguntas abiertas agrupadas en los siguientes ejes analíticos:

- El reconocimiento de los factores estresores cotidianos
- Su impacto específico de la precarización económica y la incertidumbre de cobro
- Las tensiones en el encuadre con familias e instituciones
- La afectación de la escucha, la empatía y presencia corporal en el vínculo terapéutico
- La identificación de estrategias de afrontamiento y redes de sostén.

El propósito fundamental de estas entrevistas radica en ofrecer un espacio para que cada profesional entrevistado pueda relatar su propia experiencia, describiendo en primera persona cómo percibe el estrés crónico, y de qué manera afecta o transforma la calidad del trabajo que construye con la persona acompañada. Asimismo, se indaga en las estrategias de afrontamiento que despliegan cotidianeidad, aportando una incalculable riqueza subjetiva y vivencial que complementa y profundiza lo datos obtenidos en la fase cualitativa.

Capítulo 4- Resultados de la recolección de datos

Análisis e integración de los resultados obtenidos en la investigación mixta en función de los objetivos planteados

En esta investigación participaron un total 134 acompañantes terapéuticos distribuidos en las provincias de Buenos Aires (51,21%) y Neuquén (48,81%) según se detalla en los gráficos del cuestionario (ver anexo I). Es propio aclarar que, si bien esta profesión no es ejercida de manera exclusiva por mujeres, la muestra analizada muestra una clara predominancia femenina alcanzando el 93,3%. Este colectivo se caracterizadas por trayectorias laborales diversas, la mayoría ejerce la labor durante más de 4 horas diarias, y una gran parte desempeña múltiples empleos en paralelos al acompañamiento.

El propósito de este apartado consiste en dar respuesta a los objetivos que guiaron esta investigación, constatando de qué manera las demandas familiares, las exigencias institucionales y la precarización laboral inciden en el desarrollo del estrés crónico en acompañantes terapéuticos. Asimismo, evaluar si este desgaste repercute en la calidad del vínculo terapéutico que se construye artesanalmente con la persona acompañada.

Características centrales de los factores estresores asociados al rol del acompañante terapéutico en diferentes ámbitos de inserción laboral

Luego de tabular los resultados del cuestionario y analizar las respuestas obtenidas en las entrevistas a los ocho profesionales de las provincias mencionadas, se constató que los factores estudiados, aunque provienen de diferentes fuentes, no actúan de forma aislada, sino que operan de forma combinada y se potencian mutuamente, generando una carga excesiva en los acompañantes. A partir de la integración de los datos, se observó que más de la mitad de los profesionales viven o han vivido frecuentemente situaciones de tensión o confusión en cuanto al rol y las funciones del acompañante terapéutico, propiciadas tanto por el entorno familiar como por las instituciones en la que se desempeñan.

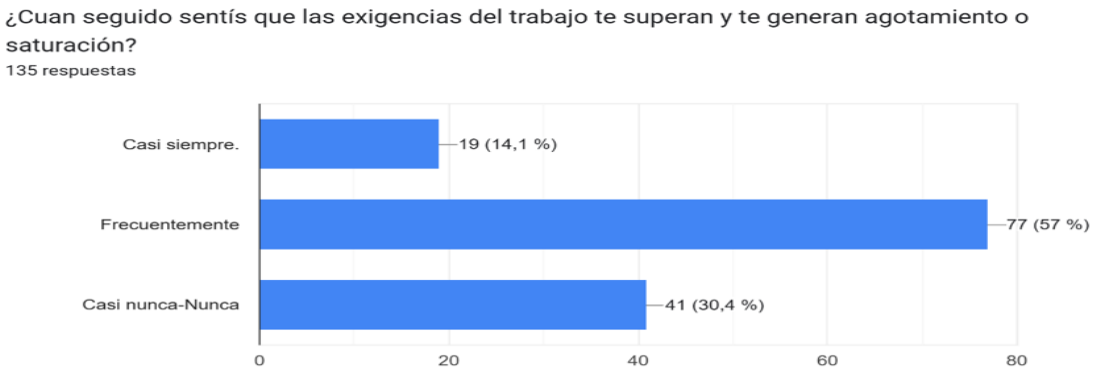
Mientras que un 43% de los acompañantes encuestados manifestó quedar frecuentemente posicionados como mediadores entre las demandas familiares y las exigencias de la institución. El 40% señalo que se le asigna de forma recurrente tareas que exceden incumbencia profesional. Los datos evidencian que las instituciones suelen flexibilizar o acomodar el rol del acompañante según las necesidades coyunturales. No obstante, aun cuando existen casos donde ambas partes coinciden, la tarea de mediar y buscar

un equilibrio entre ellas, se vuelve parte constitutiva y frecuente del ejercicio profesión. Tal como lo expresa una de las entrevistadas:

"La institución pretende que sea como una auxiliar: que no me meta en lo pedagógico, aunque en la práctica termine haciéndolo porque la docente no llega a todos." "La familia no pone límites y espera que trabaje también lo pedagógico, lo sanitario y lo terapéutico, incluso para todo el grupo familiar." (Carolina, Bs. As.)

Es evidente que estas contradicciones colocan al profesional en un estado de incertidumbre constante, viéndose obligado a resolver el día a día artesanalmente en función de las demandas emergentes, más allá de los objetivos terapéuticos plateados. Esto nos lleva a advertir como el desgaste crónico escala progresivamente, mermando la capacidad de respuestas objetivas y generando agotamiento y saturación. Tal como refleja el grafico 18

Figura 18- Frecuencia en la que las exigencias laborales superan la capacidad de respuesta, generando agotamiento o saturación.



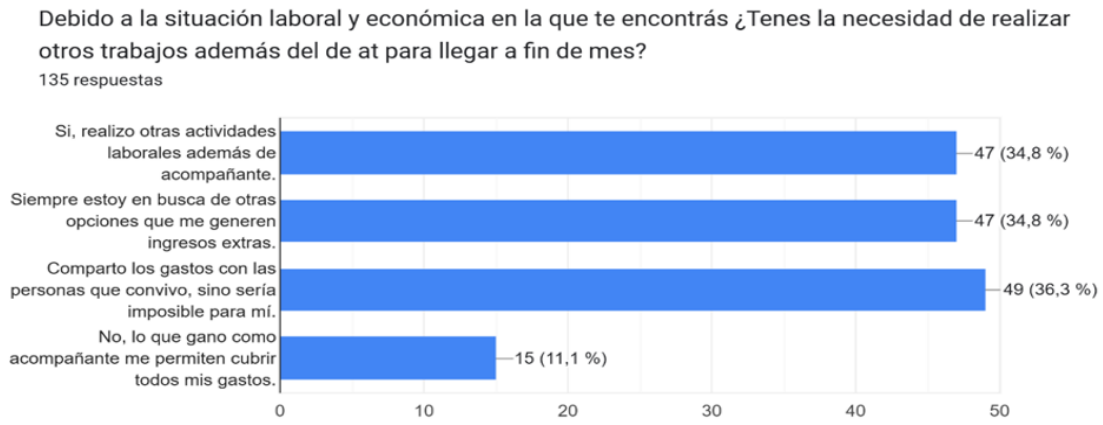
Nota: Este grafico ilustra la percepción de los acompañantes terapéutico sobre la saturación y el agotamiento (N=134). Los datos provienen del análisis de las encuestas realizadas para esta investigación.

Fuente: Elaboración propia.

Dicho gráfico demuestra que las exigencias laborales superan al profesional de manera recurrente; el 57% de los encuestados, manifiesta experimentar esta situación con frecuencia, a lo que se suma un 14,1% que sostiene percibirla casi siempre, y un 30,4% señala que ocurre casi nunca o nunca. En suma, los datos ponen de manifiesto que más del 70% de la muestra convive de manera habitual con niveles elevados de desgaste emocional y sobrecarga en su práctica cotidiana.

En lo que respecta a la precarización laboral, los resultados fueron contundentes debido a que un 93% de los encuestados considera que su remuneración es insuficiente en relación con el esfuerzo dedicado a la profesión. Solo una pequeña fracción de la población manifiesta lograr cubrir sus gastos mensuales únicamente con los ingresos percibidos como acompañante terapéutico. Ante esta realidad, una gran parte de los trabajadores debe incurrir en el pluriempleo como estrategia de subsistencia, tal como se visualiza en el grafico 23.

figura 23. Estrategias de subsistencia económica del profesional acompañante terapéutico



Nota: Este grafico muestra la distribución de respuestas de los ats (N=134) sobre la necesidad de realizar otros trabajos remunerados para llegar a fin de mes. Se observa que un 70% de los profesionales encuestados combinan el empleo de acompañante terapéutico con otros trabajos, en busca de ingresos extras Los datos provienen del análisis de las encuestas realizadas para esta investigación.

Fuente: Elaboración propia.

Las notas y testimonio de las entrevistadas completan y profundizan esta problemática estructural, reflejando como la necesidad de multiplicar los espacios laborales impacta de forma directa en el desgaste cotidiano.

"*Trabajo casi gratis... cumplo jornadas de 12 horas diarias y lo que recibo apenas me alcanza para sobrevivir*." (Verónica, Bs As).

"*Para sostenerme debo sumar muchos empleos: seis acompañamientos más otro trabajo, para lograr ingresos mínimos. Esto me genera una jornada extensa, de las 7 hasta las 19 horas, y un desgaste considerable*." (Mariela, Bs As)

"Soy el único sostén de mi familia, vivo con mis dos hijos menores de edad…Cuando no cobro, recurro a ayuda de familiares y voy saliendo como puedo. Este año además empecé a trasladar chicos a la escuela, como servicio de trasporte particular, para sumar algo de dinero extra a mis ingresos." (Carolina Bs. As.)

A esta problemática se le suma que casi tres de cuatro profesionales entrevistados no cuenta con espacio de supervisión regularmente. Esta instancia, como señala la bibliografía de referencia, resulta indispensable para evaluar los pormenores de cada caso y resguardar la estabilidad mental del profesional que acompaña, evitando la cronificación del estrés. La sensación de orfandad institucional y la falta de sostén se traduce en vivencias de aislamiento, tal como lo expresa una de las entrevistada:

"Cuando no hay equipo interdisciplinario... sientes que las intervenciones son nulas y te quedas solo." (Lucrecia, Nqn).

Por lo tanto, es posible concluir que la suma de todos estos factores trae como consecuencia un profundo agotamiento físico y mental, mal humor y altos niveles de malestar subjetivo. Esto se evidencia claramente en el dato de que más del 70% de la muestra manifiesta que las exigencias laborales superan frecuentemente su capacidad de respuesta provocando saturación y un desgaste sostenido.

Aquí es posible observar como la falta de definición institucional en torno al rol del at, no constituye meramente una cuestión administrativa, sino un estresor crónico directo que desborda al profesional. Al no contar con límites claros entre las demandas familiares y exigencias institucionales, sumado a la complejidad propia del trabajó clínico, el acompañante queda expuesto a un proceso de adaptación constante, que resulta altamente desgastante.

Como bien sostiene el doctor López Rosetti (2022) "Se produce una condición de estrés en todas aquellas situaciones donde las demandas a las cuales estamos sometidos superan nuestra capacidad de resistencia rompiendo el natural equilibrio propio del estado psicofísico de bienestar" (p25). Dicho autor advierte que este desgaste cuando se sostiene en

el tiempo no se limita a un mero cansancio corporal, sino además deteriora progresivamente la capacidad de vincularse y sobre todo de contener al otro. Siendo esto último la función principal del acompañante terapéutico.

Estrategias de afrontamiento utilizadas por los acompañantes frente a situaciones de estrés laboral

Considerando los datos obtenidos, resultó fundamental indagar en como los profesionales intentan gestionar este desgaste laboral dentro de su cotidianeidad. Al respecto, las respuestas reflejaron que las estrategias de afrontamiento desplegadas resultan insuficientes y a menudo se ven desbordados por la multiplicidad de demanda proveniente de todos los sectores.

Si bien los trabajadores buscan sostener su labor con la mejor predisposición, apelando a su vocación y a la satisfacción de los pequeños logros de las personas acompañadas, sus posibilidades de acción se reducen drásticamente ante jornadas extensas y la falta de espacios institucionales de contención, como las supervisiones. Esto evidencia que los recursos individuales resultan insuficientes cuando los factores estructurales, tales como la precarización y sobrecarga laboral, se sostienen en el tiempo.

Repercusiones del estrés crónico en la práctica profesional y su incumbencia en la calidad del vínculo terapéutico

Al analizar el impacto de estos estresores en el vínculo terapéutico, pudimos comprobar que el 60% de los encuestados reconoce que el estrés interviene negativamente en su trabajo de manera ocasional. Los profesionales admiten que el agotamiento sostenido termina mermando su paciencia, su disponibilidad afectiva y su escucha empática, llevándolos a adoptar una postura más rígida. Mientras que las entrevistas profundizaron este punto crítico:

"No soy un robot y no puedo estar todo el tiempo produciendo soluciones... cuando el estrés es muy intenso me cuesta estar tan disponible emocionalmente. Me vuelvo con menos tolerancia o creatividad." (Lucrecia, Nqn)

"El estrés me pasa factura: hace poco tuve un temblor en un ojo que los estudios mostraron que era producto de la tensión." (Mariela, Bs. As.)

Estos testimonios demuestran que, si bien los acompañantes realizan un esfuerzo consciente para separar los problemas cotidianos al momento de estar con su acompañado,

comprendiendo que este no tiene culpa de su malestar, resulta sumamente complejo separar las aguas. Así lo refieren otras de las voces entrevistadas:

“Trato de no descargar ese malestar en mis acompañados, porque ellos no tienen la culpa de lo que a mí me pasa. Reconozco que separar las cosas no es fácil”. (Verónica Bs. AS.)

"Llegaste al hospital y tuviste una situación que tal vez no fue tan estresante, pero vos en tu vida cotidiana estabas a fin de mes, con deudas, mal dormido... la viviste con mucho estrés." (Eugenio, Nqn).

Como consecuencia y parafraseando al López Rosetti (2022), podemos afirmar que el estrés prolongado en estos profesionales configura una cadena de estrés que altera hábitos, desencadena síntomas físicos y psíquicos y puede derivar en un sufrimiento crónico o enfermedades con predisposición genética. Dado que el acompañante terapéutico utiliza su propio cuerpo y mente como principal herramienta de trabajo, si uno de estos aspectos entra en desequilibrio el otro también lo hace. Esto no solo vulnera la salud integral, sino que agota la disposición emocional y la agudeza clínica requerida para alojar el padecimiento del otro.

Estas respuestas nos demuestran que el impacto del estrés no es solo un problema de salud individual, sino un obstáculo clínico directo. Se evidencia que, cuando el canal de la empatía se satura, la herramienta principal que posee el at, el vínculo humano, entra en riesgo, afectando directamente la calidad de la intervención.

Mas allá de los datos estadísticos, las entrevistas en profundidad permitieron visibilizar la cara oculta del estrés, reflejada en somatizaciones severas como alopecia y cuadros de tensión física. A esto se suma la encrucijada ética y emocional de profesionales que, en su rol de sostén económico de sus familias, se ven obligadas a absorber la desidia institucional y la precarización, profundizando un ciclo de desgaste que va mucho más allá de lo laboral y afecta su salud integral.

Finalmente, podemos agregar que más del 70% de los encuestados y el 100% de las entrevistadas/o reconocen que han pensado más de una vez en abandonar la profesión debido a la sobrecarga de estrés qué le genera. Los cual nos permite comprender que las estrategias de afrontamiento utilizadas resultan insuficientes, convirtiendo esta maravillosa profesión en una carga pesada de llevar. No obstante, se destaca que una gran parte de los profesionales sostienen su labor por amor a su profesión y a la satisfacción de los pequeños logros diarios.

"Saber que fuimos parte muy importante de ellos, la satisfacción de acompañar procesos de crecimiento es lo que me impulsa a seguir." (Lucrecia, Nqn)

Conclusión de la investigación

El propósito de este trabajo fue analizar de qué manera las demandas del entorno familiar, las exigencias institucionales y la precarización laboral inciden en el desarrollo de estrés crónico en acompañantes terapéuticos, y valorar como este desgaste repercute en la calidad del vínculo terapéutico que construyen con las personas acompañadas.

A partir del análisis de los resultados obtenidos, se advierte que, las demandas familiares y las exigencias institucionales constituyen una fuente constante de tensión, vinculadas en gran medida a la complejidad del propio contexto asistencial. Por un lado, las familias atravesadas por el agotamiento y carentes de redes de apoyo eficaces, suelen depositar en el acompañante expectativas que exceden su función específica. Por otra parte, las instituciones, se guían por lógicas administrativas que pocas veces se ajustan a las necesidades reales del acompañamiento.

Estas dificultades, aunque reales y persistentes, forman parte del campo propio de la práctica profesional y pueden, en mayor o menor medida, encuadrarse y delimitarse, para proteger la salud mental del profesional y promover la calidad del vínculo clínico.

Sin embargo, el verdadero foco de tensión y factor que apera como mayor estresor crónico entre la población investigada, es la profunda precarización laboral que atraviesa la profesión. Los resultados dejaron en evidencia que la demora en los pagos, por las obras sociales, que habitualmente se extienden más de noventa días en la provincia de Buenos Aires, para quienes trabajan bajo la cobertura de la obra social estatal conocida como IOMA, o Patronato en la provincia de Neuquén, sumado a la obligación de costear por cuenta propia los gastos del monotributo, seguros y gestión administrativa, la falta de un piso arancelario y ausencia de derechos laborales básicos, configuran un escenario de vulnerabilidad e indefensión para el trabajador.

La incertidumbre permanente respecto de no saber cuándo se cobrará los honorarios, o si estos alcanzaran para cubrir las necesidades básicas genera un estado de angustia y desgaste continuo, un agotamiento al que ningún esfuerzo ni vocación logra contener por completo.

Enfatizando esta problemática, no es casualidad que más de tres cuartas partes de los encuestados hayan pensado en abandonar la profesión. Queda en evidencia que no es el vínculo con el acompañado lo que los agota, ni tampoco las dificultades propias del encuadre, sino la imposibilidad material de sostenerse económicamente mientras cumple con su labor.

En definitiva, cuidar al acompañante terapéutico es condición indispensable para garantizar la calidad de la práctica. No se puede pretender que quien acompaña lo haga con entrega y dedicación plena mientras se lo mantiene en la incertidumbre permanente, desprovisto de reconocimiento legal, y de una remuneración justa. Por ello resulta urgente avanzar en la lucha por condiciones laborales dignas, el reconocimiento de derechos y la tan ansiada aprobación del proyecto de Ley Nacional de Acompañamiento Terapéutico. Esta normativa resultaría clave para otorgarle a esta profesión, un marco formal y su efectiva inclusión dentro del nomenclador oficial de discapacidad. Mientras esto no ocurra, se seguirá exigiendo al acompañante que sostenga con su propia vocación y sacrificio lo que el sistema se niega a garantizar.

En concordancia con lo expuesto, se espera que los hallazgos de esta investigación den lugar a nuevos interrogantes que permitan a futuros colegas profundizar y ampliar el campo de estudio. Para ello, se sugiere expandir el tamaño y la diversidad de la muestra en posteriores indagaciones, incorporando a acompañantes terapéuticos de otras provincias, diversos ámbitos de desempeño (salud, educación, justicia, discapacidad, entre otros) y distintas trayectorias profesionales, con el fin de obtener resultados con mayor representatividad y alcance.

Asimismo, resultaría pertinente proponer investigaciones longitudinales que den seguimiento a los profesionales que colaboraron en la investigación, en distintas etapas de su ejercicio. Esto permitiría analizar cómo el estrés crónico evoluciona a lo largo del tiempo y evaluar objetivamente de qué manera influyen las diversas herramientas de afrontamiento en la salud mental y el desempeño del acompañante terapéutico.

Finalmente, se recomienda profundizar en el estudio de variables como la resiliencia, la inteligencia emocional, el apoyo social, la satisfacción laboral y las condiciones de trabajo, con el propósito de comprender de manera integral tanto los factores de riesgo como los factores protectores asociados a la profesión. Continuar investigando sobre el estrés crónico en el acompañamiento terapéutico es la clave para evolucionar, desde un modelo basado en la resistencia individual, hacia uno de protección colectiva e institucional, que garantice la sostenibilidad de la labor y el bienestar integral; para cuidar a los que cuidan.

Referencias Bibliográficas:

- Alonso Fernández. Psicopatología del trabajo 1997 editorial EDYKA MED. https://es.scribd.com/doc/274627220/ Cap6.
- Asociación de Acompañantes Terapéuticos de la República Argentina (ATRA) Proyecto de Ley Nacional de acompañamiento: https://www.aatra.org.ar/
- Bustos, G. (2021). El Entramado vincular en Acompañamiento Terapéutico. XVIII congreso internacional Costa rica, 10 de agosto 2021. Material de cátedra / Documento de circulación académica.
- Castro-Castillo, J. R., Moreno-Martínez, J. A., y Bravo-Pesantez, C. E. (2025). Interacción entre sobrecarga laboral, precariedad contractual y responsabilidad legal en la crisis médica latinoamericana. Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía, 10(1), 799-818. https://doi.org/10.35381/r.k.v10i1.4824
- De la Aldea, E., y Lewkowicz, I. (2014). La subjetividad heroica: Un obstáculo en las prácticas comunitarias de la salud. Cuadernos de los talleres: Cuidar al que cuida.
- Ferreiros, F. (2016). Hacia una pedagogía del cuerpo vivido: la corporalidad como territorio y como movimiento descolonizador. Material de cátedra.
- Frank, María Laura. (2022). Vicisitudes entorno al vínculo en el Acompañamiento Terapéutico. Documento de cátedra / Material de circulación académica.
- Kuras de Mauer, S., & Resnizky, S. (1985). Acompañantes terapéuticos y pacientes psicóticos. Editorial Trieb.
- Ley 26657, (2010, 25 de noviembre). Ley Nacional de Salud Mental. Derecho a la Protección de la Salud Mental. Boletín Oficial de la República Argentina. https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/175000179999/175977/norma.htm
- Ley 24.901. (1997, 5 de diciembre). Sistema de prestaciones básicas en habilitación y rehabilitación integral a favor de las personas con discapacidad. Boletín Oficial de la República Argentina. https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=47677
- López Rosetti. D. (2022). Estrés sufrimiento y felicidad. Editorial Planeta.

- Najmanovich, D. (2001) Pensar la subjetividad. Complejidad, vínculos y emergencia. Revista Utopía y Praxis Latinoamericana, vol. 6, núm. 14, pp. 106-111 (Material de cátedra). Seminario de Actualizaciones.
- Rossi, G. (2007). *Acompañamiento terapéutico: Lo cotidiano, las redes y sus interlocutores.* Editorial Polemos. cap2.
- Sabino, C. (1994). Cómo hacer una tesis. Editorial Panapo. Caracas, 1994, 240 págs. Editado también por Panamericana, Bogotá, y Lumen, Buenos Aires

Anexo I

Introducción al cuestionario tal cual se presentó a los encuestados de las provincias de Buenos Aires y Neuquén

Estimado/a colega, te invitamos a participar de este cuestionario que forma parte de nuestro trabajo final de la carrera Licenciatura en Acompañamiento Terapéutico. Dicho trabajo está centrado en demostrar los tres principales ejes del estrés crónico y como esté afecta en la calidad del vínculo terapéutico.

El objetivo es visibilizar el estrés laboral producido por las demandas institucionales, exigencias inadecuadas de la familia del acompañado junto con la precarización laboral y de qué forma ese desgaste afecta la calidad del vínculo qué construimos con quien acompañamos.

Nos enfocamos en esta investigación porque sabemos que el desgaste que atravesamos día a día en nuestro rol como Acompañantes Terapéuticos en Argentina es real y pesado. Entonces, si comprendemos lo que pasa y como afecta, podremos además de visibilizarlo, ofrecer estrategias de afrontamiento, para una mejor calidad de vida y nuestra práctica profesional

Nuestra práctica en escuelas, hogares y distintas instituciones es muy compleja y tu experiencia real vale un montón para armar este diagnóstico entre todos. Así como para visibilizar la escasa valoración y reconocimiento que, muchas ocasiones, recibe nuestra profesión.

El cuestionario cuenta con 20 Preguntas cerradas que se responden de forma muy ágil.

Completar todo te va a llevar entre 5 y 10 minutos.

Confidencialidad: La participación es totalmente voluntaria y las respuestas son 100% anónimas.

Desde ya, te agradecemos enormemente el tiempo, compromiso y tu valiosa participación. Contar con tu mirada es el primer paso para visibilizar y entender los desafíos que enfrentamos en nuestra profesión.

¡Muchas gracias por tu colaboración!

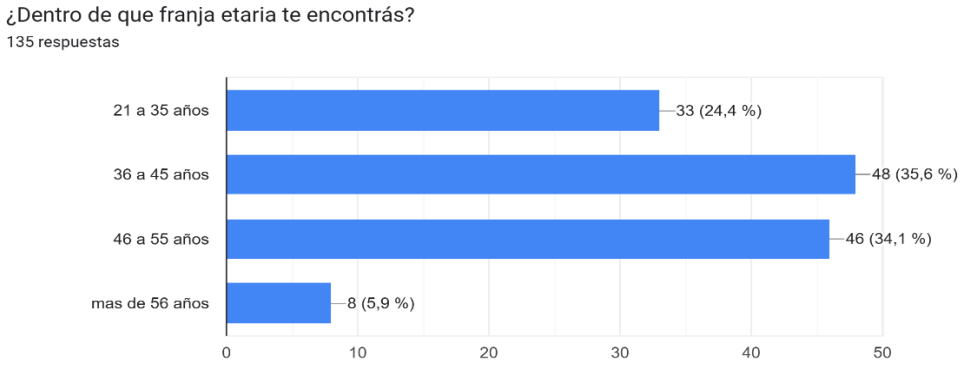
Nota: Los datos presentados a continuación responden al registro fiel y completo de las respuestas otorgadas por los profesionales encuestados, conformando su formato original previo a la tabulación.

Anexo I.I

Resultados del cuestionario

Luego de enviar el cuestionario a todos los grupos de acompañantes de ambas provincias, y otorgándoles un tiempo aproximado de una semana para responder. transcurrido el límite, se consiguieron 134 resultados que desglosaremos a continuación.

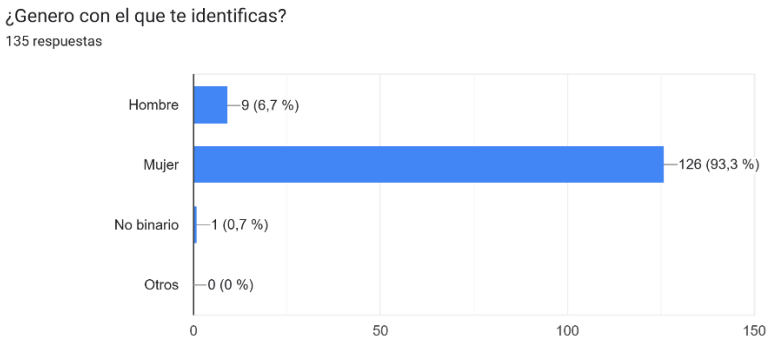
Figura 1. Distribución de los encuestados por franja etaria



Nota: Como se observa en el primer gráfico, la muestra presenta una concentración predominante en la población de adultez media, observando una paridad casi absoluta entre los rangos de 36 a 45 y de 46 a 55 años. Lo cual nos permite interpretar que la mayor población de profesionales se encuentra en manos de acompañantes con una trayectoria vital y laboral consolidada. Observándose un recambio generacional más moderado en el rango de 21 a 35 años y una disminución en el de adultos mayores de 56 años.

Fuente: *Elaboración propia.*

Figura 2. Distribución de la muestra según identidad de género

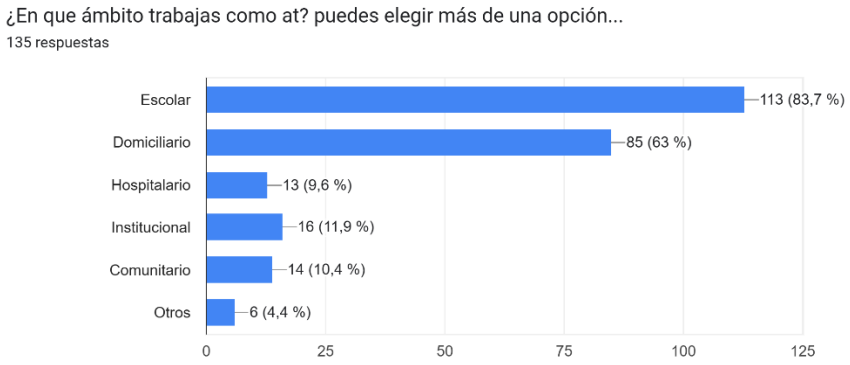


Nota: Como evidencia el segundo gráfico, se observa una marcada prevalencia del género femenino en esta profesión, alcanzando el 93,3% de las respuestas. En cambio, la

presencia masculina solo alcanzo un 6,7%, mientras que otras identidades fueron casi nulas. Lo que nos permite interpretar que dicha profesión es ejercida casi en su totalidad por mujeres,

Fuente: Elaboración propia.

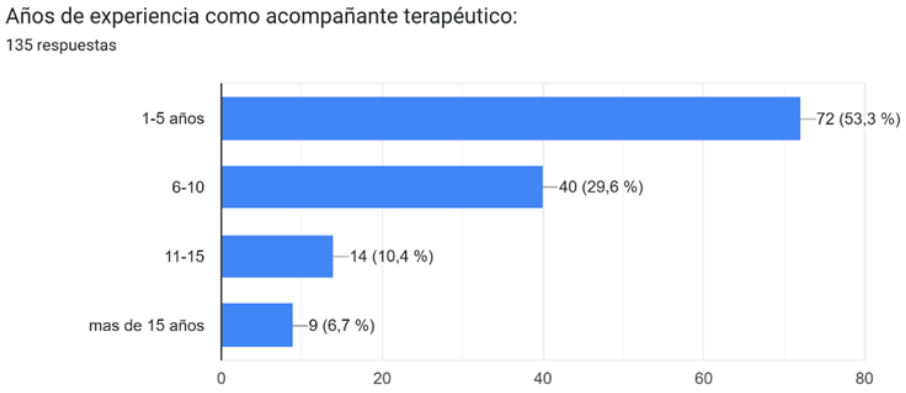
Figura 3. Ámbito del desempeño del ejercicio profesional (opciones múltiples)



Nota: En este grafico se puede visualizar como la mayor concentración laboral se da en el ámbito escolar y domiciliario, posicionándose como sectores de mayor demanda de acompañantes terapéutico. En contraste los ámbitos institucionales, comunitarios y hospitales, registran valores menores, evidenciando que la práctica territorial de los encuestado se centra casi exclusivamente en escuelas y hogares.

Fuente: Elaboración propia.

Figura4. Años de experiencia en el ejercicio de acompañante terapéutico

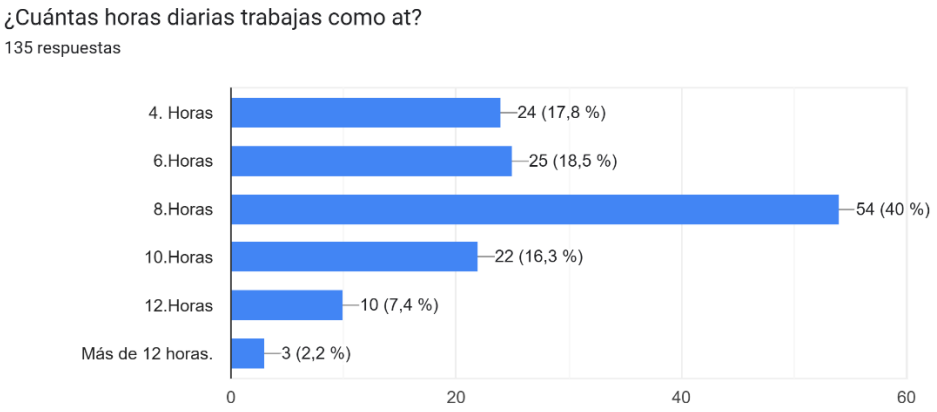


Nota: Como evidencia este gráfico, la mayoría de los profesionales presentan una trayectoria laboral joven, destacando un 53% con una experiencia de 1 a 4 años. Esto

demuestra que, a medida que aumentan los años de antigüedad disminuye notablemente la población de trabajadores. Lo que da cuenta de un colectivo mayoritariamente en etapas iniciales.

Fuente: Elaboración propia.

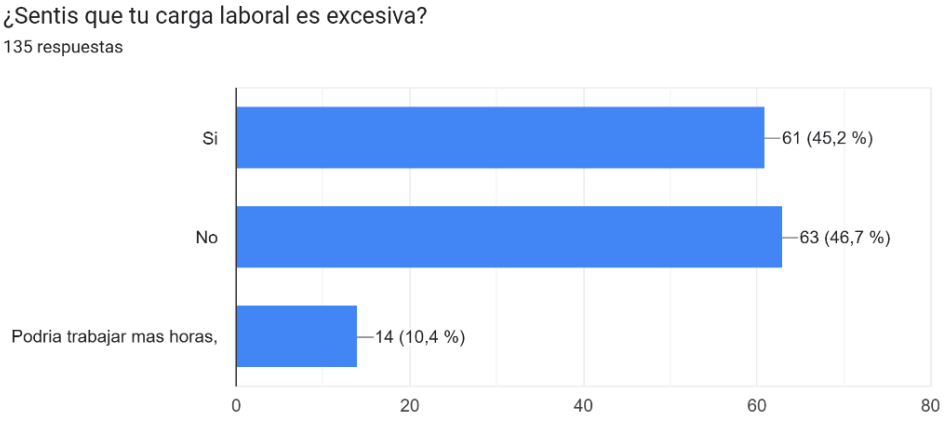
Figura 5. Carga horaria diaria dedicada al ejercicio profesional



Nota: En relación con la dedicación horaria que expresa este gráfico, observamos una mayor concentración de los encuestados de 8 horas diarias de trabajo, alcanzando un 37,8% del total de la muestra. Asimismo, las horas de 4, 6 y 10 resultan ser muy semejantes, mientras que una mínima parte de la población expuso trabajar 12 o más de 12 horas diarias.

Fuente: Elaboración propia.

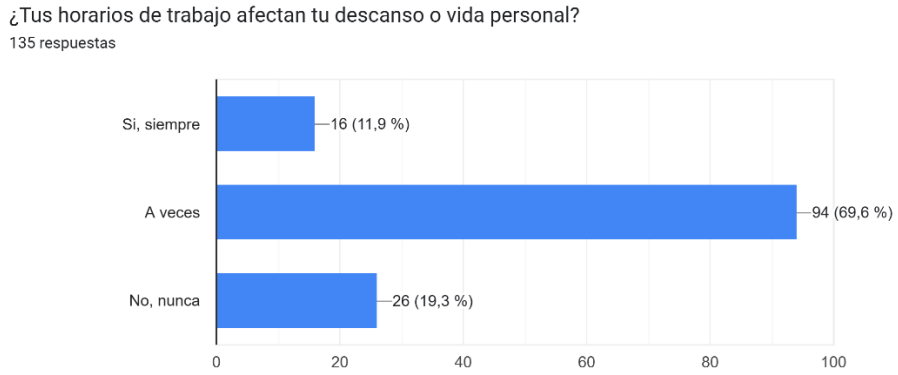
Figura 6. Percepción sobre la carga laboral



Nota: Como se observa en el grafico 6, se registra una mínima diferencia entre quienes manifiestan que su carga laboral es excesiva y quienes sostienen que no lo es. En tanto una minoría señala que podría trabajar más horas como acompañante terapéutico.

Fuente: Elaboración propia.

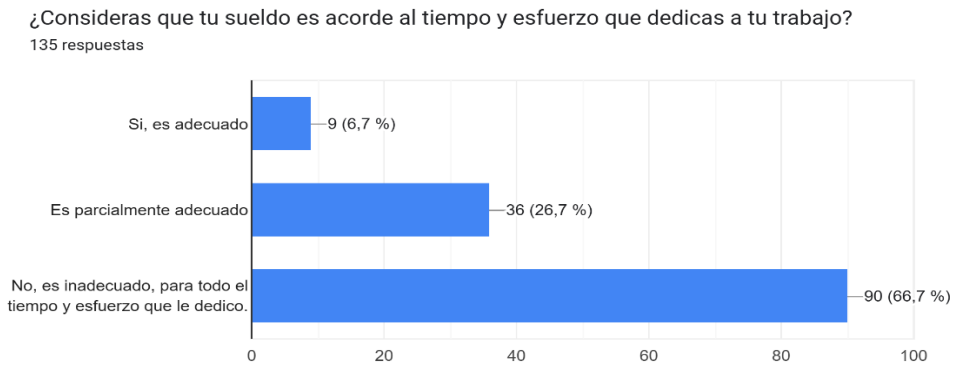
Figura 7. Reconocimiento sobre la incidencia de los horarios laborales en el descanso y la vida personal



Nota: En relación a la interferencia de los horarios laborales en el ámbito personal del profesional, la mayoría de los encuestado coinciden que ocasionalmente se ven afectados por el tiempo dedicado a su trabajo, mientras que un número menor declara que nunca se han sentido así. Siendo en menor proporción lo que indican que siempre sienten su trabajo incide negativamente en sus vidas y en su descanso.

Fuente: Elaboración propia.

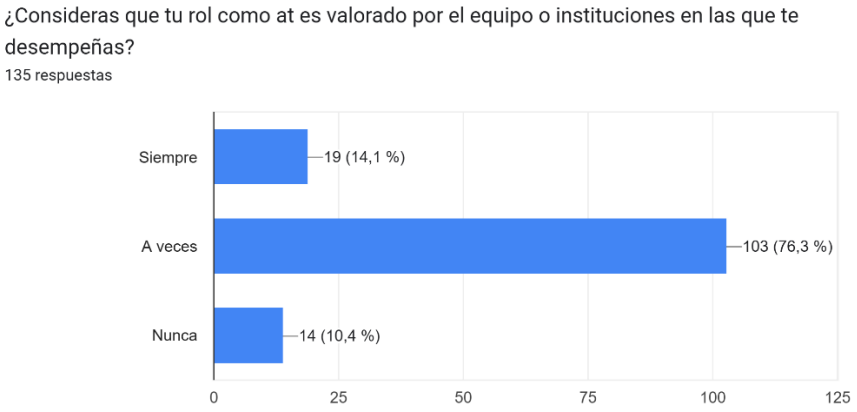
Figura 8. Valoración sobre la adecuación del sueldo en relación con el tiempo y esfuerzo dedicado



Nota: En cuanto a la percepción salarial, este grafico refleja una clara insatisfacción en los encuestados. Una amplia mayoría, el 66,7% consideran que el sueldo que perciben en su ejercicio como acompañante es inadecuado, en función al tiempo y esfuerzo dedicado. Por otra parte, un 26,7%, indican que es parcialmente adecuado, mientras que apenas un 6,7%, opina que su remuneración es adecuada para el trabajo que realiza. En suma, podemos decir que un 93% de encuestados perciben algún grado de desacuerdo o disconformidad con la remuneración recibida por su trabajo con at.

Fuente: Elaboración propia.

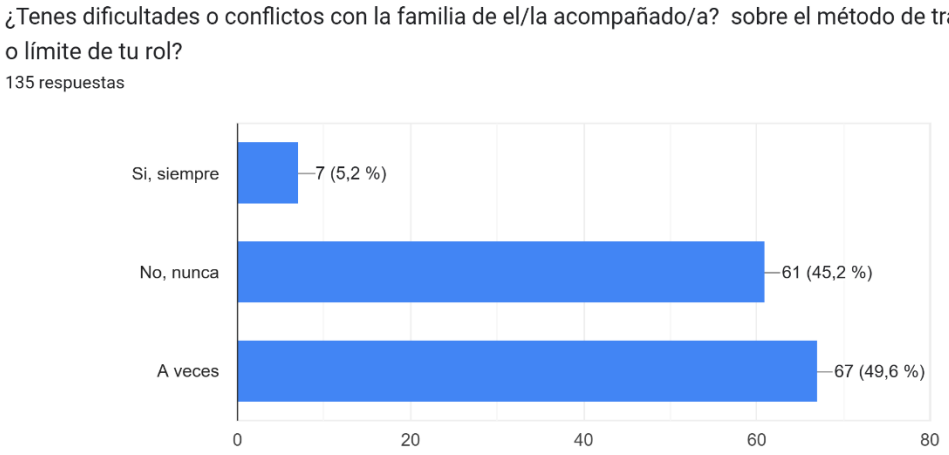
Figura 9. Apreciación sobre la valoración del rol profesional por parte del equipo o institución



Nota: Como se puede apreciar en este gráfico, la mirada sobre el reconocimiento del rol profesional muestra un claro predominio en la categoría “a veces”, ya que el 76,3% han optado por esa respuesta. Mientras que un 14,1% indica que siempre se siente respaldado por los equipos e instituciones donde ejerce su trabajo. Finalmente, solo un 10,4% manifiesta que nunca han sentido esa valoración mencionada.

Fuente: Elaboración propia.

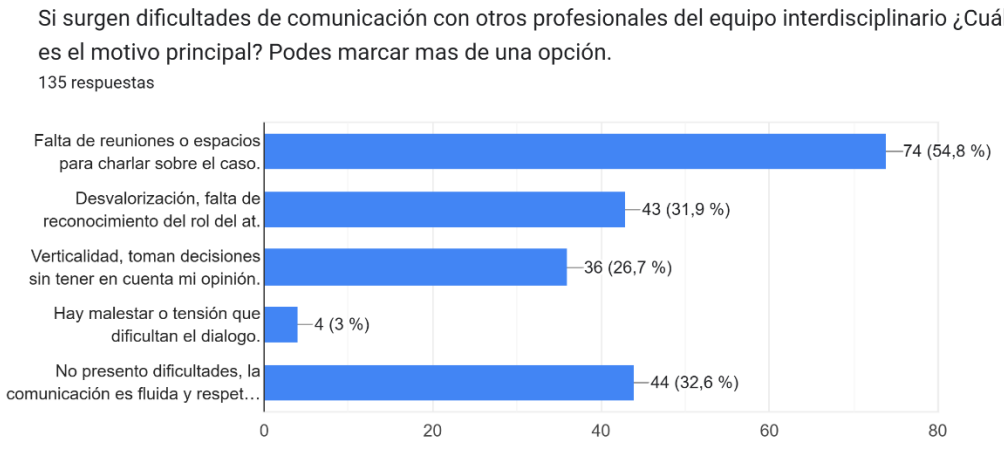
Figura 10. Frecuencia de dificultades o conflictos con el entorno familiar de la persona acompañada



Nota: En relación con la dinámica vincular con entorno familiar de la persona acompañada, se observa que casi la mitad de los encuestados, un 49,6% manifiesta vivenciar dificultades o conflictos ocasionalmente. Por su parte un 45,2% indica que nunca ha atravesados este tipo de situaciones. Dejando a un 5,2% de encuestados sosteniendo que siempre atraviesa dichas situaciones. En conjunto, estos datos revelan que, si bien la tensión con las familias no constituye un problema permanente, para la mayoría, se presenta como una variable emergente o eventual en el desarrollo de su labor profesional.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 11. Principales motivos de dificultad en la comunicación con el equipo interdisciplinario

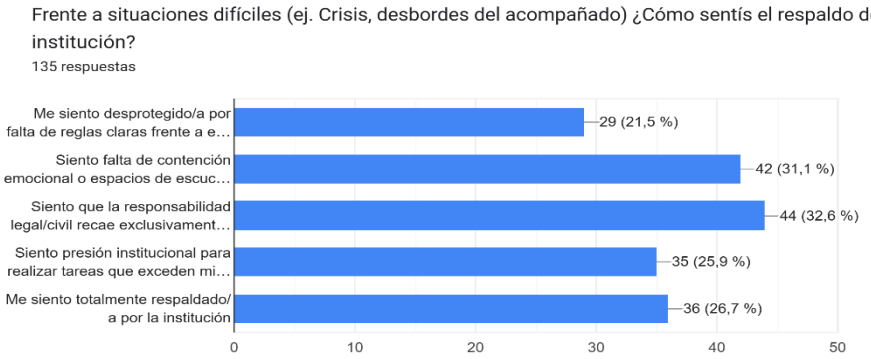


Nota: En cuanto a los factores que dificultan la comunicación interprofesional, este grafico señala que la opción más elegida fue la falta de reuniones o espacios para abordar las pertinencias del caso, resaltando un 50,4% de la muestra. Siguiéndole el desconocimiento del rol del at, con un 31,9% y la toma de decisiones sin contemplar la opinión del profesional con un 26,7%, mientras que una minoría 3% atribuye los inconvenientes a la falta de dialogo y tensiones entre profesionales. Cabe destacar que un 32,6% de los encuestados manifiesta no haber experimentado inconvenientes, valorando la comunicación fluida y respetuosa.

En conclusión, estos hallazgos revelan que las principales trabas en el trabajo interdisciplinario son de carácter estructural e institucional, asociados al tiempo y la delimitación del rol del at, antes que vinculares.

Fuente: Elaboración propia.

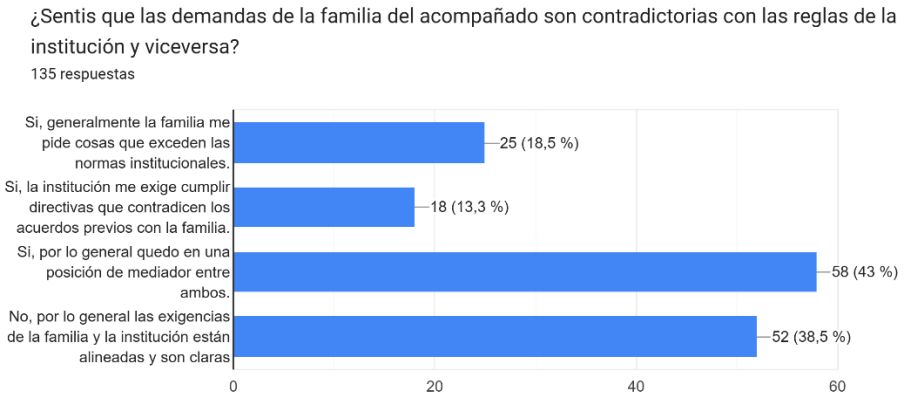
Figura 12. Sentimiento de respaldo institucional en la práctica de acompañante terapéutico



Nota: Respecto al nivel de respaldo institucional en el ejercicio diario, la opción más elegida fue la que indica que la responsabilidad recae de forma exclusiva sobre el propio profesional, alcanzando un 32,6% de las respuestas. Le sigue la falta de contención emocional o espacios de escucha con un 31,1%, la presión institucional para realizar tareas que exceden su rol con un 25,9%, y la ausencia de reglas claras ante emergencias con un 21,5%. En contraposición, un 26,7% expreso sentirse plenamente respaldado por la institución. Cabe destacar, que estos datos reflejan que, en la mayoría de los casos, la práctica cotidiana se desarrolla en contextos de escaso acompañamiento y limitada contención institucional.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 13. Percepción sobre la congruencia de demandas entre la familia del acompañado y la institución

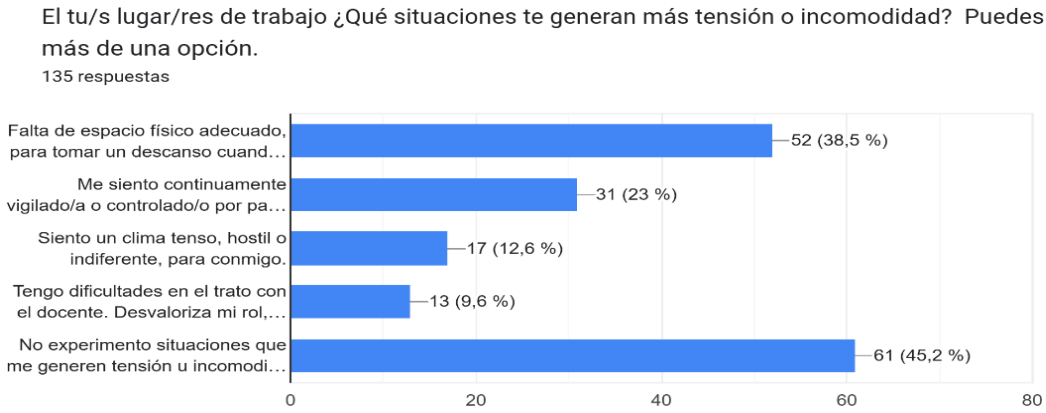


Nota: En lo que refiere a la relación entre demandas institucionales y familiares, este grafico resalta que frecuentemente el acompañante queda ubicado como mediador entre ambas partes, expresado por un 43% de los encuestados. Paralelamente, el 38,5% considera que las exigencias de ambas partes suelen coincidir y son claras. En cuanto a las situaciones de desacuerdo, el 18,5% señala que la familia habitualmente pide que el at realice tareas que no corresponden a las normas institucionales. Mientras que el 13,3% indica que la institución es quien exige al profesional pautas que contradicen con lo acordado con la familia del acompañado.

En conclusión, estos los muestran que, aunque existen casos donde ambas partes coinciden, la tarea de mediar o buscar un equilibrio entre ellas, forma parte frecuente del ejercicio de esta profesión.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 14. Situaciones generadoras de tensión o incomodidad en el lugar de trabajo

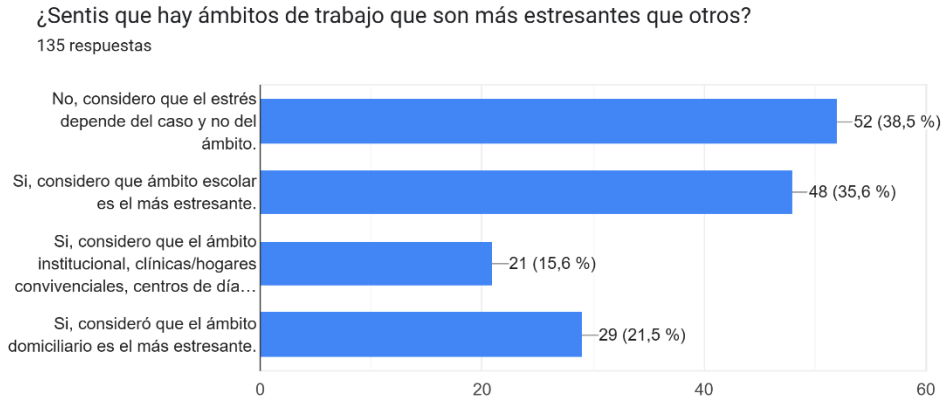


Nota: Este grafico nos permite observar cuales son los factores generadores de tensión e incomodidad en el ámbito laboral del acompañamiento. Resaltando que el 45,2% de la muestra manifiesta no experimentar este tipo de situaciones. No obstante, entre las principales dificultades señaladas por el resto de los encuestados, destacan en primer lugar, la falta de un espacio físico adecuado o la imposibilidad de contar con un momento de descanso, elegida por el 38,5%. Seguido del sentirse continuamente evaluado o vigilado por el entorno con un 23%, la vivencia de un ambiente laboral tenso o poco colaborativo con 12,6% y la falta de respeto o desvalorización en el trato profesional de un 9,6%.

En síntesis, si bien la mayoría de los encuestados no perciben incomodidades significativas, las condiciones físicas del espacio laboral y la vigilancia constante aparecen como las principales fuentes de malestar entre los acompañantes.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 15. Valoración de los distintos ámbitos de trabajo según el nivel de estrés que generan



Nota: En referencia a los resultados arrojados por este gráfico, podemos decir que, la mitad de los encuestados, el 50,4% sostiene que la tensión depende primordialmente de la complejidad del caso y no del ámbito en si mismo. Demostrando que, para la mayoría de los profesionales encuestados, la exigencia se halla ligada a la singularidad del sujeto acompañado y su dinámica subjetiva, independientemente del contexto en el que se encuentre.

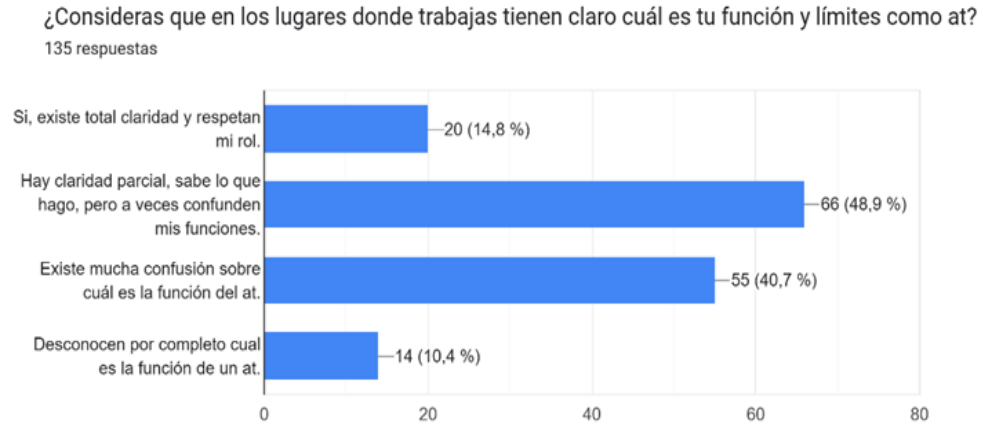
En contraposición, los encuestados identificaron que, si existen diferencias asociadas al ámbito de trabajo, el 35,6% encuentran más estresante el acompañamiento dentro de una

escuela, superando al acompañamiento domiciliario con 21,5% y al de la clínica, hogares y centro de día con un 15,6%.

En conclusión, los datos arrojados reflejan que, si bien la problemática particular del caso es la variable determinante en la vivencia del estrés, el escenario educativo se posiciona como el ámbito que demanda un mayor esfuerzo de adaptación y malestar en esta profesión.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 16. Reconocimiento institucional de las funciones y límites del at

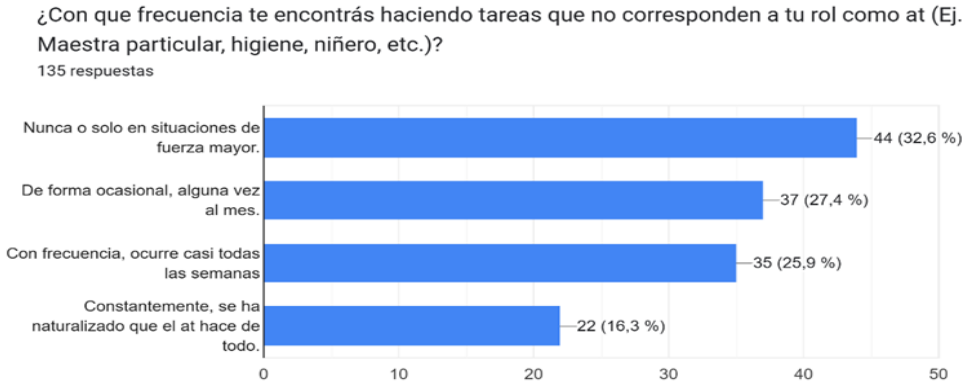


Nota: En relación con el grado de conocimiento que los ámbitos laborales poseen sobre las funciones y límites del rol que revela el grafico 16, casi la mitad de la muestra, es decir, un 48,9% percibe una claridad parcial, indicando que las instituciones comprenden la labor general, pero confunden sus incumbencias específicas en ocasiones. A esto se suma que un 40,7% señala la existencia de mucha confusión sobre la función del at. Mientras que un 10,4% manifiesta que en sus ámbitos de desempeño se desconoce por completo su rol. En contraposición, solo un 14,8% afirma trabajar en espacios donde existe total claridad y respeto por sus incumbencias.

En conclusión, los datos evidencian una problemática recurrente: la gran mayoría de los encuestados convive con algún grado de ambigüedad o desconocimiento institucional sobre sus tareas, lo que convierte a la delimitación del rol en una fuente persistente de tensión en el ejercicio profesional.

Fuente: Elaboración propia.

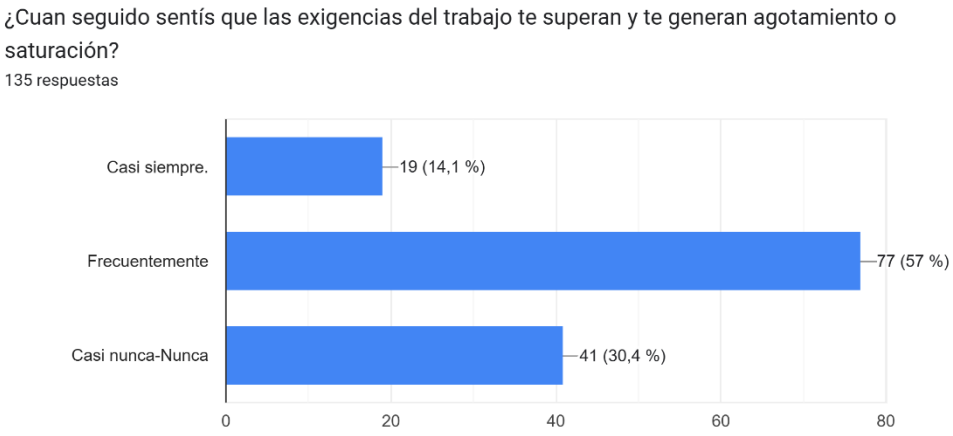
Figura 17. Frecuencia con las que se realizan tareas ajenas al rol del acompañante terapéutico



Nota: Respecto a la frecuencia con la que se asumen tareas ajenas al rol, un 32,6% señala que solo ocurre en casos excepcionales, mientras que un 27,4% indica que esto sucede de forma ocasional. Sin embargo, un 25,9% manifiesta que esta situación ocurre casi todas las semanas y un 16,3% afirma que es algo habitual en su práctica, debido a que se ha naturalizado que el at asuma funciones diversas. En síntesis, aunque predominan las situaciones puntuales o excepcionales, más del 40% de los encuestados convive con una sobrecarga impropias del rol, de manera recurrente.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 18. Incidencia con la que las exigencias laborales superan la capacidad de respuesta, generando agotamiento o saturación

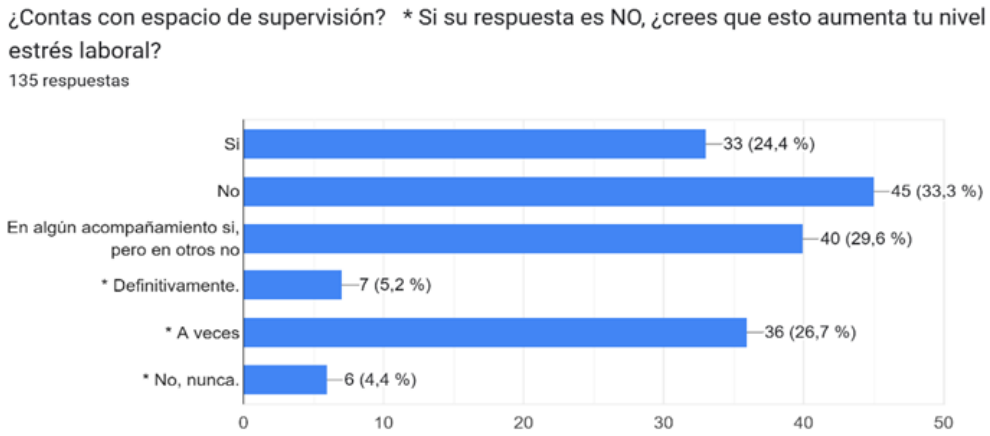


Nota: Observando este gráfico, podemos decir que en relación con la frecuencia en que las exigencias laborales superan al profesional generando agotamiento o saturación, la

mayoría de los encuestados 57% manifiesta experimentar esta situación de forma frecuente, a lo que se suma un 14,1% que sostiene percibirla casi siempre. Por su parte, un 30,4% señala que esta afectación ocurre casi nunca o nunca. En suma, los datos ponen de manifiesto que más del 70% de la muestra convive de manera habitual con niveles elevados de desgaste emocional y sobrecarga en su práctica cotidiana.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 19. Espacios de supervisión y el impacto de su ausencia en el estrés laboral

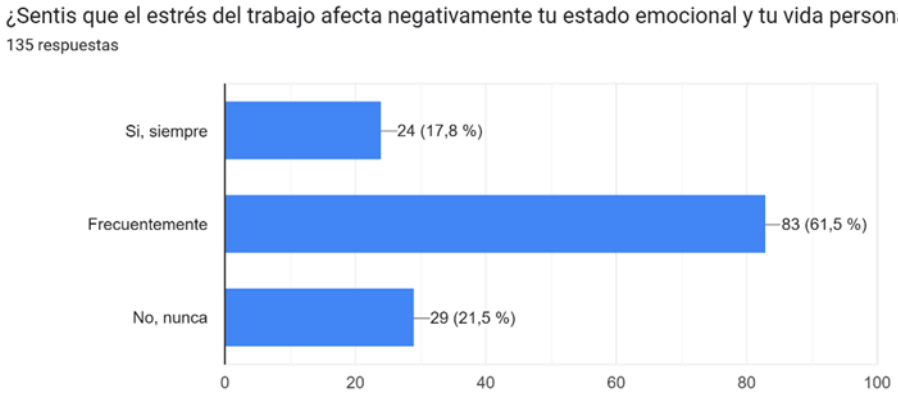


Nota: En relación con la presencia de espacios de supervisión, podemos ver que solo un 24,4% de los encuestados afirma contar con ellos de forma regular, mientras que un 33,3% señala no disponer de esta instancia y un 5,2% indica tenerla solo en algunos de sus acompañamientos.

Entre quienes respondieron de forma negativa sobre contar con supervisión, un 26,7% considera que su ausencia suele afectarles laboralmente solo a veces su bienestar, en tanto un 5,2% sostiene que se ve realmente afectado por esta falta, siendo solo un 4,4% que indica que nunca les influye dicha ausencia. En conclusión, la mayoría de los profesionales trabaja sin un espacio de supervisión sistemático, reconociendo que esta carencia repercute directamente en su malestar laboral.

Fuente: Elaboración propia.

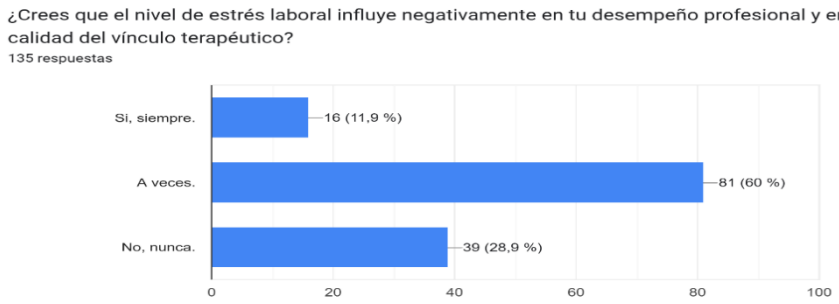
Figura 20. Impacto del estrés laboral en la vida personal y el estado de ánimo del acompañante terapéutico



Nota: El grafico numero 20 expone como el at se ve afectado por el estrés laboral tanto en su estado emocional, como en su vida personal. Evidentemente, la gran mayoría de los encuestados, el 61,5% señala que este impacto ocurre de manera frecuente, a lo que se suma un 17,8% que afirma percibirlo siempre. Por el contrario, un 21,5% manifiesta que nunca experimenta esta interferencia. En síntesis, cerca del 80% de la muestra evidencia que la carga de tensión del trabajo no se limita al espacio institucional, sino que trasciende negativamente hacia la salud emocional y la vida cotidiana del profesional.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 21. Impacto del estrés laboral en el desempeño profesional y en la calidad del vínculo terapéutico

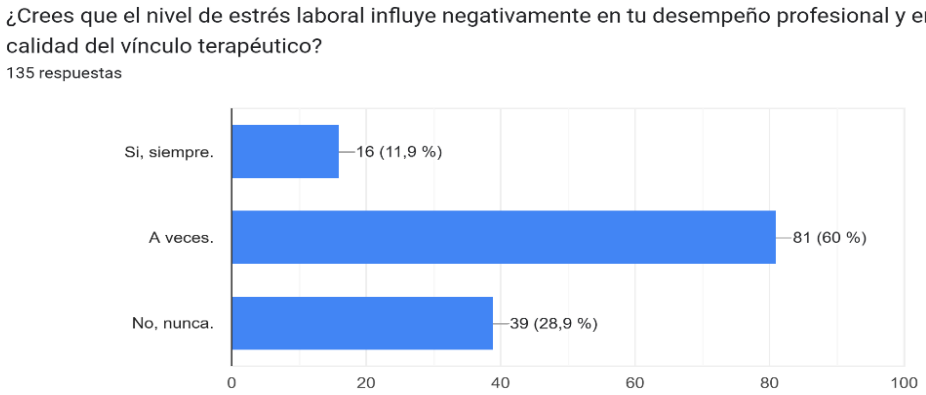


Nota: En lo concerniente al impacto del estrés laboral sobre el desempeño y la calidad del vínculo terapéutico, este gráfico demuestra que, la mayoría de los encuestados un 60% reconoce que esta interferencia ocurre a veces. Por su parte, un 28,9% sostiene que nunca ven afectada su práctica profesional, mientras que un 11,9% indica que el estrés influye siempre de manera negativa. En síntesis, los datos reflejan que, si bien una parte importante

manifiesta que el vínculo terapéutico se mantiene al margen tensiones laborales, la gran mayoría percibe que el estrés acumulado representa un riesgo eventual para la calidad de la intervención.

Fuente: Elaboración propia.

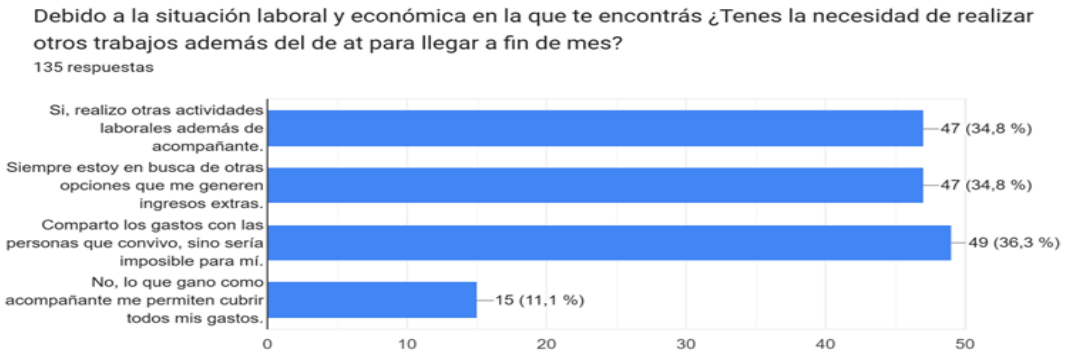
Figura 22. Consideraciones sobre continuar o no con esta profesión debido al estrés crónico que genera la misma



Nota: Ante la consulta de este gráfico, un 63% de los encuestados manifiesta que eventualmente se le ha pasado por la cabeza cambiar de trabajo. A este grupo se añade un 13,3% que indica que siempre lo piensa, sumando más del 76% de la muestra con ideas de dimisión o desvinculación de esta profesión. En contraste, un 23,7% afirma que nunca lo ha pensado, a pesar del malestar ocasionado por el estrés. En conclusión, los datos reflejan un alto índice de profesionales que se plantean abandonar su labor como at, debido la sobrecarga directa de sostiene el ejercicio del acompañamiento.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 23. Estrategias de subsistencia económica del profesional

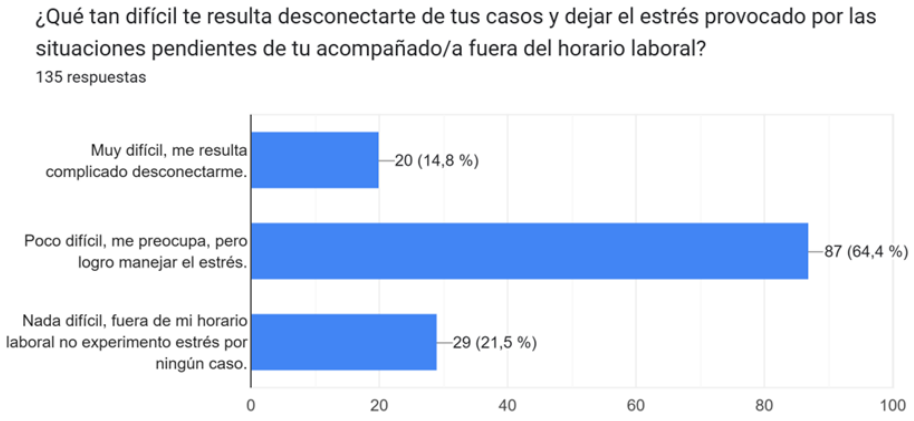


Nota: En relación con las respuestas de este gráfico, notamos que solo un 11,1% de los encuestados afirma que los ingresos derivados de la práctica del acompañamiento terapéutico le permiten cubrir la totalidad de sus gastos. En contrapartida, la gran mayoría debe recurrir a distintas estrategias para alcanzar la estabilidad financiera: un 36,3% señala que debe compartir gastos con su grupo conviviente o pareja para sostenerse, mientras que un 34,8% realiza otras actividades laborales de forma concomitante y otro 34,8% se encuentra en búsqueda activa de ingresos extras.

En síntesis, cerca del 90% de la muestra evidencia que los honorarios de acompañante terapéutico resultan insuficientes por sí solos. Esta situación impone una sobrecarga laboral adicional, ya que obliga a ejercer varios trabajos paralelos o depender de otros apoyos económicos.

Fuente: Elaboración propia.

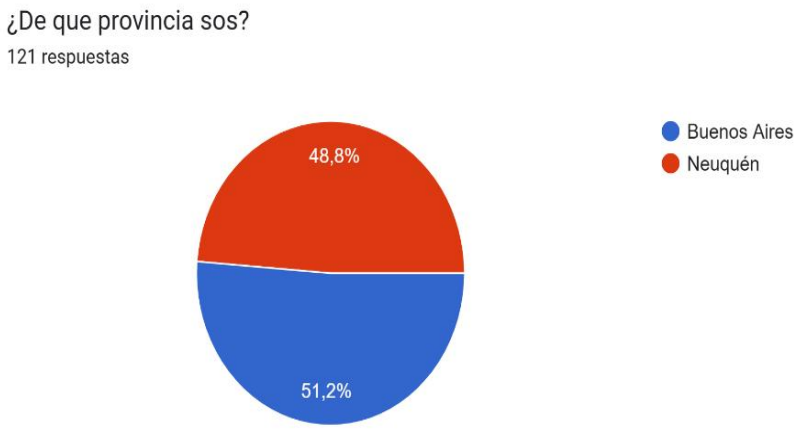
Figura 24. Dificultad para lograr desconexión laboral y gestionar el estrés fuera del trabajo



Nota: En lo referente a la capacidad de desconexión fuera del horario laboral, este gráfico muestra que un 64,4% de los encuestados, manifiesta que las situaciones del acompañado le preocupan, aunque logra manejar el estrés. Contrariamente, un 14,8% señala que le resulta muy difícil o imposible desconectarse, mientras que un 21,5% afirma que no experimenta estrés por sus casos fuera de su jornada. En síntesis, cerca del 80% de la muestra reconoce que las preocupaciones por su trabajo trascienden su horario laboral, lo cual les exige realizar un esfuerzo extra para separar las tensiones del trabajo de su vida personal.

Fuente: Elaboración propia.

Figura 25. Distribución geográfica de los 121 profesionales encuestados



Nota: Finalmente, respecto a la procedencia geográfica de los encuestados en este último gráfico, señala que el 51,2% ejerce su labor en la provincia de Buenos Aires, mientras que el 48,8% lo hace en la provincia de Neuquén. Esta selección de jurisdicciones responde a la radicación territorial de las autoras de la presente investigación, lo que permitió conocer y comparar la práctica del acompañamiento terapéutico entre la provincia de Buenos aires, principal centro urbano y con mayor desarrollo histórico de esta profesión y el contexto particular del sur patagónico, donde la inserción y regulación de esta profesión son recientes.

Fuente: Elaboración propia.

Anexo II

Guia de entrevista completa

Presentación para el entrevistado

Somos estudiantes de la carrera Licenciatura en Acompañamiento Terapéutico de la Universidad del Gran Rosario (UGR). Estamos realizando nuestro Trabajo de investigación final. Nos enfocamos en tres factores que consideramos detonantes del desgaste crónico en el acompañante: las demandas del entorno familiar, las exigencias institucionales y la precarización laboral. Entendemos que estas condiciones pueden afectar directamente la calidad del vínculo terapéutico.

Introducción:

Antes de empezar, te quiero contar un poquito de qué trata nuestro trabajo, para que entiendas hacia dónde van dirigidas las preguntas.

Somos acompañantes terapéuticos de la carrera Licenciatura en Acompañamiento terapéutico de la UGR, que nos encontramos realizando nuestro trabajo de investigación final. El cual se centra en exponer lo que vivimos día a día quienes ejercemos esta profesión. Entendiendo que el estrés laboral que sestemos cotidianamente, se puede volver crónico según ciertos estresores propios del rol de at. Nos enfocamos en tres factores que consideramos detonante del desgaste crónico:

I. Las demandas y exigencias de las familias de las personas que acompañamos.

II. Las exigencias o reglas de las instituciones donde trabajamos, que a veces son confusas o ilógicas.

III. La precarización laboral: bajos salarios, tener varios acompañamientos para poder subsistir, pagos atrasados, falta de regulación nacional, desconocimiento del rol en nomenclador de discapacidad, etc.

Es lógico pensar que, si uno llega cansado, enojado por un sueldo que no alcanza, o dividido entre lo que le pide la familia y lo que le exige la institución, esa energía se transmite. Nos volvemos menos pacientes, menos creativos, o simplemente estamos ahí, pero nuestra presencia no es significativa. Por ello, el objetivo de esta charla es entender: ¿De qué manera sentís que todo ese estrés termina afectando la calidad del vínculo que construís con tu acompañado/a? Porque la persona que tenemos enfrente merece lo mejor de nosotros, pero a veces las condiciones nos juegan en contra.

Tus respuestas son totalmente anónimas y lo más importante es que me cuentes tu experiencia real, con tus palabras. No hay respuestas correctas ni incorrectas.

1- Según tu experiencia diaria como at ¿Cuáles consideras que son las principales situaciones o exigencias que más te generan estrés? ¿podrías contarme como impactan en el desarrollo de tus acompañamientos?

2- Entiendo que muchas veces nos encontramos en medio de lo que pide la familia y lo que exige la institución, aunque sean demandas diferentes ¿Cómo vivís y manejas esta situación? Y ¿Cómo repercuten en tu paciencia o tu forma de trabajar?

3- Sabiendo que en nuestra profesión los salarios suelen ser precarios y mal remunerados ¿De qué forma sentís que la situación económica, los cobros atrasados, o la incertidumbre de no saber cuándo vas a cobrar, influyen en tu estado de ánimo y como llegas al acompañamiento?

4- ¿Cómo manejas tu economía en base a esta situación mencionada? ¿compartís gastos con otras personas con quien vives? Si es que existen obvio, o ¿realizas trabajos alternativos para llegar a cubrir tus necesidades básicas?

5- Si decimos que nuestro cuerpo y mente es nuestra herramienta de trabajo, cuando pasamos por una etapa de mucho estrés, agotamiento o presión ¿Sentis que eso cambia la forma de vincularte con tu acompañado? o por el contrario ¿te centras exclusivamente en el acompañamiento para no pensar en el resto?

6- Frente a todo este desgaste del que venimos hablando, ¿Qué estrategias utilizas en tu día a día, para seguir brindando lo mejor de vos en cada acompañamiento? ¿Qué es lo que te sostiene y motiva a seguir trabajando de at?

Anexo II. I

Respuestas a entrevistas semiestructuradas a profesionales en acompañamiento terapéutico

8 entrevistados de la provincia de Buenos Aires y Neuquén.

Provincia de Buenos Aires. 4 entrevistadas

Carolina 45 años. San Nicolas de los arroyos

Carga horaria: 2 acompañamientos: Domicilio 5hs de lunes a sábados y escolar 4hs diarias.

Experiencia como at; 7 años

1- Respuesta: Estoy convencida de que lo más fácil es el vínculo con la persona acompañada: ahí todo fluye bien. Lo verdaderamente difícil, tanto en domicilio como en institución, es sobrellevar a la familia y ver cómo lo tratan. Tenemos ideas distintas sobre cómo trabajar, y sobre todo, la familia no pone límites. Eso es lo que más perjudica: uno termina trabajando solo, sin ayuda del entorno, y todo se vuelve mucho más cuesta arriba.

2- Respuesta: Siento que la familia y la institución quieren cosas distintas, y ahí me quedo yo en el medio. La institución pretende que sea como una auxiliar: que no me meta en lo pedagógico, aunque en la práctica termine haciéndolo porque la docente no llega a todos. En cambio, la familia espera que trabaje también lo pedagógico, lo sanitario y lo terapéutico, incluso para todo el grupo familiar, no solo para el acompañado.

3- Respuesta: Uno tiene que llegar siempre con la mejor sonrisa, aunque por dentro estemos agotadas. Es difícil ir a trabajar alegre cuando llevan meses sin pagarnos, y la gente no entiende cómo seguimos haciéndolo. Pero uno sabe que lo que hace cada día le hace falta a esa persona, y por eso igual seguimos adelante. Aun así, la angustia de ver llegar las cuentas sin poder pagarlas y esperar eternamente el sueldo nos hace mucho daño. Por eso digo siempre: necesitaríamos un gremio que nos ampare, y también espacios de terapia que hoy no podemos costear con lo que ganamos. Si no nos cuidamos, vamos a terminar enfermas nosotras.

4- Respuesta: Soy el único sostén de mi familia, vivo con mis dos hijos menores de edad, que estudian y no quiero que trabajen, aunque sean adolescentes, solo que se formen. Cuando no cobro, recurro a ayuda de familiares y voy saliendo como puedo. Este año además empecé a trasladar chicos a la escuela, como servicio de trasporte particular, para sumar algo de dinero extra a mis ingresos. Hay que sacar de todos lados y sin embargo no se puede dar uno ningún gusto. Nos pagan poco y sin saber cuándo volverá a llegar el dinero, así que hay que estirarlo al máximo para que rinda hasta el próximo cobro, que nunca se sabe cuándo será.

5- Respuesta: Me cuesta muchísimo desconectarme de los casos cuando finaliza la jornada laboral. Hay días en que uno dice basta, hasta acá llegamos, no damos más. Por suerte mi acompañada, la que realizo en domicilio, ya mayor y con problemas de bipolaridad, se encuentra actualmente en una etapa tranquila, pero sé que, si me tocara acompañarla en sus peores momentos de crisis, como en el pasado, no podría sostener el acompañamiento, con la presión que tengo encima por la falta de dinero, sin poder cubrir ni siquiera las necesidades básicas, comer, pagar cuentas y demás, es demasiado la preocupación económica no se va de la cabeza y pesa demasiado. Aclaro que yo el acompañamiento domiciliario lo cobro a 120 días de facturado o más, vivo reclamando a la obra social, mando mail, hasta he viajado a reclamar en persona a otras cuidades y sigo sin respuestas. Me deben 4 meces y aun no se cuando me pagara IOMA.

6- Respuesta: Quise tirar la toalla cientos de veces. Me quedo porque no tengo estudios completos y no podría hacer otra cosa, pero también porque me gusta: es un trabajo hermoso y es lo que quiero hacer. Sin embargo, hace poco un psicólogo me dijo algo que me hizo pensar mucho: "estás pagando por trabajar". Y es cierto: uno gasta de su propio bolsillo en cosas para ofrecerle al acompañado y al final no alcanza. Llego a casa tan mal que hasta mis hijos lo notan y no saben cómo consolarme. Sigo aquí porque no encontré otra opción, y si pudiera, aunque me duela en el alma, ya me habría ido.

Natalia 50 años. Técnica en Acompañamiento Terapéutico

Localidad: Arrecife

Carga horaria: 4 casos:1 escolar,3 ambulatorios. Además, es auxiliar de escuela. Total: 12 hs diarias.

Experiencia: 8 años de acompañante terapéutico.

1- **Respuesta:** Según el contexto sea escolar o ambulatorio, las demandas o exigencias de la familia o institución generan estrés, pero se los puede sortear teniendo una formación adecuada en conjunto al desarrollo del rol específico sabiendo sortear cada demanda en su momento.

2- **Respuesta:** La paciencia se ve interpelada por distintas demandas, pero siempre apelo al diálogo para seguir en condiciones psicológicas aptas en pos de un acompañamiento positivo.

3- **Respuesta:** Teniendo asumido que la realidad no es una profesión que por el momento se pueda vivir exclusivamente de ella.

4- **Respuesta:** Antes de elegir esta profesión ya era auxiliar de la educación por eso hoy puedo desarrollarme como tal.

5- **Respuesta:** Estar presionado y bajo el stress es lógico sentirse condicionado y no poder llevar adelante el acompañamiento, es igual a trabajar en un ambiente no propicio, eso resulta negativo para un tratamiento Terapéutico.

6- **Respuesta:** Siempre intento buscar el apoyo interdisciplinario de los equipos que llevan adelante el tratamiento del paciente, en especial la terapia psicológica, que muchas veces me sirvió para obtener herramientas.

Mariela. 54 años. Técnica en acompañamiento terapéutico.

Localidad: Capitan Sarmiento

Carga horaria: 6 acompañamientos, 1 escolar 4 hs diarias, 5 domiciliarios de pocas horas diarias, y un trabajo de unas horas a la semana en un centro comunitario como coordinadora de actividades con personas en situación de vulnerables.

Experiencia laboral 5 años

1 Respuesta: Las principales exigencias provienen del entorno familiar y de los profesionales que desconocen nuestra función, por lo que debemos explicar reiteradamente qué hacemos. En las instituciones, también se confunde nuestro rol: muchas veces terminamos asumiendo tareas pedagógicas que no nos corresponden, porque el docente no puede atender a cada alumno. A esto se suma que las familias a veces nos asignan sentidos

equivocados, como sucedió en un caso donde me contrataron como "castigo" por una materia desaprobada; tuve que trabajar mucho con la familia y el equipo para revertir esa idea y construir el vínculo de a poco. En mi experiencia, lo que más agota es el trabajo con la familia: hay que remarla constantemente, sobre todo al iniciar cada acompañamiento, y muchas veces se extiende fuera del horario acordado, atendiendo consultas por teléfono. Todo esto genera un gran desgaste y dificulta poder desconectarse y tener vida propia.

2 Respuesta: Con respecto a cómo repercute y la paciencia, la verdad que abordar los acompañamientos creo que tiene que ver mucho con el amor a la profesión que uno le tiene y eso hace que pueda soportar a veces cosas que en cualquier otro trabajo no lo haría.

La mirada del profesional de la salud, me permite tolerar situaciones que suelen ser estresantes, y me lleva a poner en práctica toda mi empatía, no solo con el acompañado, sino también con la familia, que muchas veces no cuenta con herramientas y está agotada.

Lo que más me cuesta es la relación con las instituciones, porque les cuesta reconocer nuestro rol y los objetivos planteados. Tuve una experiencia en una institución donde, aunque se lograron muchos avances con el niño acompañado, fue muy difícil con el personal: en una ocasión quisieron expulsarlo y yo me paré frente a las autoridades defendiendo su lugar y su derecho, aunque eso me trajo complicaciones. No dudé en hacerlo para resguardar al niño y a su familia.

3 Respuesta: La situación económica es un aspecto central. Trabajo por vocación, pero necesito cobrar y trato de dejar todo lo demás fuera del acompañamiento; sin embargo, es difícil cuando pasamos meses sin cobrar, recibimos pagos tardíos y bajos, y no se actualizan aportes. Aun así, ponemos el cuerpo en la tarea, aunque esto influye en el desgano. Para sostenerme debo sumar muchos empleos: seis acompañamientos más otro trabajo, para lograr ingresos mínimos. Esto me genera una jornada extensa, de las 7 hasta las 19 horas, y un desgaste considerable. Trato de no trasladar ese cansancio al acompañamiento, porque entiendo que el acompañado no tiene la culpa de esta situación.

4 Respuesta: Para sostenerme, combino dos acompañamientos particulares que suelen ser difíciles de mantener en el tiempo porque las familias dejan de poder pagarlos, con otro empleo distinto que me brinda un sueldo mínimo y cierta estabilidad. Así voy llevando los gastos básicos. A esto se suma que la actividad con obras sociales genera cortes: entre renovaciones quedamos períodos sin cobrar, y como no puedo faltar ni tomarme días porque

pierdo esos ingresos, debo asistir sí o sí, sin pausas. Si los pagos llegaran en término, la situación sería muy distinta.

5 Respuesta: Considero fundamental cuidar también mi propia salud física y mental. Me esfuerzo por no trasladar mis tensiones a los acompañados, porque entiendo que no son responsables de esa situación. Sin embargo, el estrés me pasa factura: hace poco tuve un temblor en un ojo y perdida de cabello, los estudios mostraron que era producto de la tensión. Trato de bajar un cambio y detenerme, aunque cuesta mucho dejar de pensar en todo lo pendiente. Además, la incertidumbre constante, no saber cuándo se termina un acompañamiento, sin ingresos fijos mensuales y los problemas con las facturas de las obras sociales generan más estrés. De todas formas, voy sobrellevándolo como puedo.

6 Respuesta: Muchas veces me pregunté si seguir o no, pero siento que esta profesión llegó a mi vida de una manera especial. Más allá de todo lo difícil, que es mucho, lo que me sostiene es ver esos pequeños cambios en las personas que acompaño. En los adultos mayores, ver esa lucecita y esa sonrisa que se enciende cuando llegan a reconocerme, más allá de todo lo que les pasa. En los niños, ver cómo se van abriendo, cómo saben que son escuchados, mirados y valorados. Eso me recuerda por qué sigo, aunque la frustración también sea parte del camino.

Busco también otras miradas y acompañamiento, y por sobre todo tengo mi fe: cuando no puedo más, digo "hice lo posible" y lo dejo en manos de Dios, rezo por ellos y sus familias. Tengo la certeza de que este no es un trabajo cualquiera: hay que hacerlo con el alma y con el corazón, porque cada persona es única y necesita ser vista y escuchada. Y en esa escucha hay que ponerlo todo.

Verónica. 52 años,

Localidad: San Nicolas.

Carga laboral: cuenta con 3 acompañamientos, 2 de ellos escolares y uno domiciliario, cumpliendo 13 horas diarias aproximadamente. Además, los sábados trabaja de servicio doméstico, 4horas por la mañana. Experiencia: acompañante terapéutico hace 8 años

1- Respuesta: Las principales dificultades vienen de la familia: descuidan aspectos básicos como higiene y materiales de trabajo, y delegan en mí la responsabilidad de poner límites, sin acompañarlos ellos mismos. Cuando señalo algo que hay que corregir, suelen

ignorarlo, lo que dificulta mucho la labor. A veces, por desconocimiento o lástima, consienten actitudes que, en lugar de ayudar, limitan aún más la integración del adolescente.

A esto se suma el ambiente en la escuela: el equipo se muestra hostil, cuesta comunicarse y hay resistencia a cualquier sugerencia, lo que genera mucha tensión hacia mi rol. En el domicilio también es difícil: siento una vigilancia constante —por la presencia de familiares o incluso cámaras— y aunque nos llevamos bien, no tengo espacio propio para trabajar libremente, lo que me genera una incomodidad permanente.

2-Respuesta: Por suerte son los acompañamientos que tengo gracias a Dios gracias a Dios Ninguno de los acompañamientos que tengo me demandan algo raro por ahí sí el de secundario que por ahí la familia me pide que le explique algo que no entiende debido a que las materias son bastante complicadas siempre dentro de lo normal no tengo problema en ese sentido con respecto a la familia que me demanden cosas que no son propias a mi rol y el domicilio Tampoco porque hemos encontrado una dinámica de comunicación que nos sirve a veces cuando la madre quiere algo me deja alguna nota o me manda un mensaje y nos comunicamos bastante bien de esa manera así que no tengo ningún problema.

3-Respuesta: La precariedad laboral me afecta profundamente. Vivo en una ansiedad constante: reviso todo el tiempo si hay novedades de mis facturas en la obra social, cuándo cobraré, a quién pedir prestado para ir tapando los huecos. Siento que trabajo casi gratis, que nadie valora el esfuerzo: cumplo jornadas de 12 horas diarias y lo que recibo apenas me alcanza para sobrevivir, sin poder vivir dignamente.

Al no saber cuándo me van a pagar, no puedo planificar nada, ni siquiera comprar algo en cuotas. Entro en un círculo vicioso: pido prestado para sostenerme, cuando por fin cobro lo devuelvo y me quedo igual. Es el estrés más grande que cargo: me desgasta, me desespera y aunque trato de que no se note en mis acompañamientos, es mi preocupación permanente.

4- Respuesta: En cuanto a la economía Bueno yo vivo con mi hija mi yerno y nieto y compartimos gastos Además tengo el otro hijo adolescente Así que compartimos gasto compartimos los quehaceres de la casa y vamos manejando tanto la economía como el quehacer día a día y además en la casa de adelante vive mi mamá entonces los servicios Se reparten en cinco personas que aportamos para pagar todos los servicios en común eso me alivia al no cargar con todo el peso de la casa yo sola y poder administrar mi sueldo cuando lo cobro en distintas partes.

5- Respuesta: Por suerte logro manejarme, aunque hay días en que me siento más decaída o irritable, como cualquier persona. Trato de no descargar ese malestar en mis acompañados, porque ellos no tienen la culpa de lo que a mí me pasa. Reconozco que separar las cosas no es fácil: en otros trabajos me resultaba más sencillo dejar todo afuera, pero aquí es distinto, porque uno se preocupa genuinamente por lo que les ocurre a ellos. Sé también que si los trato mal por mi propio desgaste, eso se vuelve en contra: ellos lo sienten y responden de la misma manera.

6- Respuesta: Lo que me sostiene en este trabajo es principalmente que queda cerca de mi casa: no debo viajar ni tomar transporte, voy y vengo rápido. También lo elijo porque a mi edad, 53 años, es difícil conseguir otra ocupación, y hoy es lo que me permite sostenerme económicamente. Como estrategia para sobrellevarlo, busco tener ratos de calidad para mí: salgo a caminar, hago algún deporte y trato de empezar cada día con buena actitud. Además, como mis hijos ya son grandes, me ayudan con la casa y los gastos, así puedo disponer de tiempo para descansar y relajar la cabeza.

Provincia de Neuquén 4 entrevistados

Nombre: **Laura**

Ciudad: Cutral-Có

Edad: 46 años.

Trabajo: Acompañante Terapéutico en Poder Judicial.

Horas: 8 hs diarias.

2- **Respuesta**: Con respecto a las exigencias que provocan estrés, pienso que son no tener acompañamiento necesario para poder tener las herramientas para poder trabajar con el acompañado. Sobrecargarse yo sola con las situaciones que se dan a diario.

Es lo que en mi caso me genera más estrés, dado que a veces no encuentro el eslabón para poder trabajar en conjunto, y poder dar respuestas a las exigencias que vienen de parte de terceros, como: la familia, institución educativa o propia institución donde uno trabaja.

Además de que uno se coloca su propia exigencia y después poderlo trabajar con un equipo acorde a cada situación, es la única forma de poder conllevar bien el trabajo.

3- **Respuesta:** Según la situación hay muchas familias que confunden el rol del at con otros roles. Es muy cotidiano que se confunda con el de maestra de apoyo en lo que es ámbito escolar.

Es una exigencia que se tiene y que no debe realizar el At, sino que este debe cumplir su rol con profesionalismo y libertad de poder trabajar y desarrollar los conocimientos que cada uno va obteniendo. A veces estas exigencias repercuten en mi paciencia, pero no hacia el acompañado sino hacia la familia/institución. Paralelo a esto trato de que nunca afecte mi desempeño laboral.

4- Respuesta: En mi caso al ser sueldo provincial no dependo del monotributo o tener que lidiar con las burocracias de las obras sociales. Esto es un factor a favor dado que cuando trabajaba de manera independiente era una incertidumbre mes tras mes de no saber cuándo iba a cobrar y aun así tener que seguir trabajando.

5- **Respuesta**: Con respecto a esta pregunta, no siento que cambie la forma de vincularme con mi acompañado dado que al trabajar en juzgado no tenemos un acompañamiento fijo y diario, sino que varía diariamente.

6- Respuesta: Antes de trabajar en provincia trabaje como acompañante domiciliario con dos hermanas que estaban judicializadas y la verdad que, a pesar de tener pagos muy atrasados, burocracia del sistema de salud siempre brinde lo mejor de mis conocimientos y nunca deje de capacitarme. Acompañar a este dúo fue el mejor acompañamiento que tuve, siento que brindé todo lo que pude y me fui feliz sabiendo todos los avances que había conseguido.

Nombre: **Eugenio**

Ciudad: Neuquén Capital

Edad: 32 años.

Trabajo: Acompañante Terapéutico en Hospital Provincial Heller.

Horas: 8 hs diarias. Guardias semana por medio.

1- **Respuesta:** Los momentos de mayor stress que se viven en el hospital son por instancias que confluyen en varias cuestiones, confluye la vida personal del at en ese momento, como está atravesando su cotidianidad, su existencia material, económica, relacional, es todo un impacto. Las áreas del sujeto, trabajador AT, van dialogando, van

teniendo todo el tiempo una adaptación, una estabilidad, una inestabilidad que eso repercute en la práctica y ahí repercute en cuales son las situaciones estresantes o no.

Hay momentos en que tal vez una situación no era tan estresante, pero vos tu vida cotidiana la hace que sea estresante porque estas a fin de mes, con deudas, estas mal dormido. Llegaste al hospital y tuviste una situación que tal vez no fue tan estresantes, pero vos la viviste con mucho estrés, entonces depende las condiciones en las que este el at ese día también, lo cual no estoy justificando que nuestra práctica se base según nuestra vida cotidiana, sino que hay veces que nosotros atravesamos situaciones y las vivimos de diferentes menores.

Puntualmente una situación que me genera mucho estrés es cuando el paciente esta descompensado, con cierta violencia, con prepotencia, con amenazas, esas son situaciones que me ponen en aprieto porque no sabes dónde termina la situación. Se que en el interior de la persona no nos va hacer daño, pero cuando están en esta situación de descompensación psicopatológica tenes temor a que no sabes en que va a terminar la situación, entonces es lo que me genera estrés, hasta que llega la intervención de la medicación, internación y ahí el paciente sedado va cediendo y su situación de ira una vez compensado se va revirtiendo esa cuestión emocional y conductual, cuando el paciente puede lograr volver en sí.

2- **Respuesta:** En mi caso en nuestra labor no está mediada por la institución en cuanto al seguimiento y generalmente las familias no se meten en la intervención del At . no hay grandes solicitudes al At en el ámbito público, en el ámbito privado puedo decir que si dado que siempre se le van pidiendo más cosas al At.

3- **Respuesta:** Al ser sueldo provincial se cuál es mi sueldo mes a mes, pero me paso, como mencione anteriormente de trabajar en issn y tener que pasar por la burocracia del papelerío y pago de las obras sociales.

4- **Respuesta:** Con respecto a esta pregunta, considero que no modifica mi forma de vincularme con la persona acompañada, ya que mi desempeño laboral en el ámbito del hospital provincial, implica intervenciones que no son fijas ni cotidianas. Los acompañamientos varían de acuerdo con las necesidades y disposiciones de cada caso, por lo que no se establece un vínculo diario y continuo con una misma persona.

5- **Respuesta:** Trabajar de at es un desafío gigante, es ir todos los días a la clínica de lo cambiante, el padecimiento subjetivo, entonces sino lo humanizas y buscas estrategias personales para generar bienestar es muy desgastante. Ves la cotidianidad y ves como en algunos casos esta debilitada su red de apoyo.

Escuchar a un paciente cada 10 o 15 días es una cosa, pero estar todos los días con el mismo paciente cambia todo. Hay que sostener los dispositivos y te consume la energía, y eso requiere de mucho autocuidado y espero que en algunos momentos nos cuiden, pero por ahora nos queda cuidarnos y cada día intervenir cada día con mayor claridad intervenir y ver que podemos y que no podemos y hasta donde llegamos.

Nombre: **Ángela.**
Ciudad: Neuquén Capital.
Edad: 38 años.
Trabajo: Acompañamiento escolar/domiciliario.
Horas: 10 hs diarias

1- **Respuesta:** Las situaciones que hoy por hoy generan más estrés en nuestro trabajo es el trabajo en conjunto ya sea entre la escuela y la familia como el equipo la escuela y la familia. Falta mucho trabajo interdisciplinario y cada área plantea objetivos propios sin mediar con las demás situaciones terapéuticas. Nosotros al ser el punto de anclaje y mediación entre todos los actores que rodeamos los acompañamientos nos vemos inmersos en las disyuntivas de esos objetivos y las diferentes formas de trabajo. En los acompañamientos siempre esto repercute porque demora más tiempo la vinculación el buscar llegar a un punto medio en la acción en el trabajo.

2- **Respuesta:** Lo que más puede generar estrés además de las exigencias del acompañamiento, tiene que ver con las cargas horarias, lo que presupone la familia que vamos a trabajar o las instituciones educativas que vamos a trabajar, con respecto a los pagos y demás. Generalmente una carga completa que por lo general no lo hacemos porque a veces los chicos no la necesitan.

3- **Respuesta:** En mi caso me pasó que con una de las obras sociales que trabajé era por reintegro. y la familia de mi acompañado se dejó el dinero de 2 meses de mi trabajo, manifestando que la obra social aún no pagaba, cuando averiguo resulta que ellos se habían gastado la plata y tuve que iniciar acciones legales, por eso es tan importante

realizar el encuadre como corresponde. Porque nos sobre exige la familia, la institución, pero ninguno nos acompaña a luchar por el tema de los pagos, dado que todos los meses tenemos pago de monotributo, seguros, nunca sabemos con exactitud cuándo cobramos y eso me genera estrés y angustia porque nunca tenemos una fecha fija de cobro y las familias nunca se ponen en nuestro lugar.

4- **Respuesta:** El estrés que conlleva cada uno todos los días no podemos aislarlo, si bien sabemos cómo es nuestro trabajo, siempre trato de ser lo más responsable y objetivo. En mi caso no me pasa que me repercuta que mi estrés se vea afectado en mi trabajo, pero a veces pienso en un montón de cosas cuando estoy trabajando. la mente, el cuerpo y la mente no los puedo separar.

5- **Respuesta:** Lo principal para seguir trabajando y eligiendo esta profesión, es lo que amamos por eso nos seguimos capacitando, intentamos todos los días, nos gusta el rubro. el servicio es difícil de trabajar, pero no lo cambiaría. Amo mi profesión y ver todos los avances en nuestros usuarios, ver todo lo que logran, porque nosotros somos una ayuda, pero es lo que más motiva a seguir con este trabajo, es lo que me motiva día a día para seguir.

Nombre: **Lucrecia**

Ciudad: Zapala.

Edad: 32 años.

Trabajo: Acompañamiento escolar/domiciliario. Horas: 12 horas diarias

1**Respuesta**: Creo que las situaciones que más me requiere como exigencia son las situaciones que me requieren prevención, porque siento que todo el tiempo prevenimos. Tenemos que prevenir situaciones que le generen estrés, le generen un detonante a nuestro acompañado.

pasa que hay situaciones cuando uno recién toma los acompañamientos entre ese acercamiento con el vínculo que uno va construyendo. por ejemplo, cuando hay que trabajar y hay una fibra roja que le gustó mucho a nuestro acompañado y justo esa fibra la quiere usar otro compañero y resulta que no la quiere prestar y ahí viene el detonante por no compartir, también entre los tiempos de espera. Entonces ahí debemos comenzar a anticipar de que vamos a trabajar con fibras que no sabemos qué color puede tocarnos, que tenemos que

compartir, etc. Ahí ya vemos que no tiene tolerancia a la frustración, a la espera, a partir de ahí construimos acuerdos.

Muchas veces el ambiente áulico se pierde porque la docente empieza a intervenir en dirección y pasa muchas veces y no creo que este mal pero que sucede como que asumen que como nosotras como acompañante no pudimos prever esa situación y es esto lo que me genera estrés, y tengo que sacar de la galera la situación y que vuelva el clima áulico.

2 Respuesta: cuando no hay equipo interdisciplinario y muchas veces impacta el sostener el acompañamiento, si no haces un buen vínculo con la familia también, te quedas solo.

A veces siento que las intervenciones que hago son nulas. el equipo interdisciplinario me restringe mucho. y además la familia son padres separados, a mí me complica, me genera estrés.

muchas me pasa que cuando quiero lograr que el acompañado se sienta integrado, se sienta regulado, que se sienta parte de: el aula, el patio, la biblioteca, es parte de la institución, me encuentro con estas barreras que son muy complejas y aisladas, muchas veces y como mencione arriba la acompañante debe de dar la solución y si no la damos es como que parecemos un objeto y perdemos la utilidad y eso impacta mucho en nuestros acompañamientos, y se refleja en nuestra acompañado porque o vemos como un agregado o un extra o inclusive. y vemos esto que pierde crecimiento o que los objetivos se diluyen, porque no hay acompañamiento del equipo, de la institución o de la familia.

3 Respuesta: En esta pregunta creo que la gran mayoría de los acompañantes nos sentimos identificados. porque me pasa de estar trabajando y tener la incertidumbre del cobro, pensar en todo lo que debo pagar y que vence por lo general los 10 de cada mes y más si tenes un hijo y no contas con la ayuda del padre es más difícil todavía. por lo general trato de que no afecte mi cambio de ánimo, y mucho menos el trato hacia mí acompañado, trabajo de manera normal como lo hago día a día, pero no puedo negar que hay veces que trabajo y me disperso pensando en su hoy nos depositaran o viendo el celular si entro el dinero. Si bien tengo varios acompañamientos por lo general todos se manejan de la misma manera, cumplo con presentar todo el primero de cada mes o a lo sumo el dos, pero de ahí es como una ruleta el esperar y ver cuando me toca cobrar.

4 Respuesta: Siempre era de pensar mucho en las intervenciones, en seguir interviniendo, pero logré entender que no soy robot y que no puedo estar todo el tiempo produciendo soluciones.

Sí, siento que cambia la forma de vincularse. Aunque intentó mantener el profesionalismo, cuando el estrés o el agotamiento son muy intensos me cuesta estar tan disponible emocionalmente como me gustaría. Me vuelvo más cansada, con menos tolerancia o creatividad para intervenir. Eso me hizo entender la importancia de contar con espacios de supervisión, descanso y autocuidado, porque nuestro cuerpo y nuestra mente son nuestras principales herramientas de trabajo.

5 Respuesta: Lo que me sostiene es saber que nosotros somos claves en esto de sostener y acompañar, pero cuando soltamos la mano sabemos que puede seguir caminando y que fuimos parte muy importante de ellos. Me motiva el saber que los marqué, y que di lo mejor de mí. Además, me motiva el vínculo que se construye con cada acompañado y la posibilidad de ver pequeños avances que, muchas veces, representan grandes logros para esa persona y su familia. Saber que mi presencia puede generar un cambio positivo. A pesar del desgaste y de las dificultades que muchas veces implica la profesión, la satisfacción de acompañar procesos de crecimiento y ser parte de ellos es lo que me impulsa a seguir ejerciendo con compromiso y responsabilidad.

Anexo III

Estrategias y recomendaciones de afrontamientos del estrés crónicos en los acompañantes terapéuticos

Como cierre de este recorrido investigado, nos sentimos con el compromiso de brindarles herramientas y apoyo a nuestros colegas, ofreciendo estrategias de afrontamiento ante el estrés proveniente de la práctica profesional. Con la intención de que los acompañantes puedan identificar, comprender y actuar en pos a mantener la homeostasis de su cuerpo y equilibrio mental. Entendiendo que, si bien esta profesión es desgastante, por poner el cuerpo y mente al servicio del otro, existen recursos que pueden utilizar, para aliviar el impacto, evitando que el estrés derive en patologías crónicas, afectando no solo su salud, sino también todo su entorno familiar y vincular.

Recomendaciones para disminuir o prevenir el estrés crónico:

- En el comienzo de cada acompañamiento, delimitar claramente en el encuadre y las funciones del acompañante terapéutico, tanto con el entorno familiar del paciente, como así también en la institución-centro, en el que se ejecute la labor.
- Exigir una participación activa regularmente en espacios de supervisión clínica. De no contar con dicho espacio, se les puede sugerir a la familia que busquen un profesional que brinde este servicio al acompañante, con los honorarios cubiertos por su obra social.
- Favorecer el vínculo con el equipo interdisciplinario, manteniendo una comunicación fluida y respetuosa de ambas partes.
- Llevar un registro de sus prácticas, ayudando a detectar situaciones estresantes, poner en palabras lo positivo y negativo de las diversas situaciones y guardar experiencias que en un futuro puedan servir como estrategias para otro momento puntual.
- Fortalecer las redes de apoyo entre colegas, para compartir experiencias y debatir las dificultades de la práctica, menguando el desgaste profesional.
- Favorecer el autocuidado mediante actividades deportivas, recreativas, descanso adecuado y de ser necesario, buscar ayuda terapéutica con profesionales (psicólogo, psiquiatra).

- ❖ Buscar contención dentro del núcleo familiar, amistades y demás, sin exponer intimidades del caso, cuidando la ética profesional, y a la vez buscando aliviar el estrés que genera el día a día esta profesión.
- ❖ Intentar, dentro de sus recursos económicos, acceder a capacitación permanente, ya que estas brindan conocimientos y estrategias, que proporcionan capacidad y seguridad laboral.
- ❖ Reconocer las propias limitaciones y debilidades en cada intervención, jerarquizando la valoración de las competencias profesionales y evitando cargar con responsabilidades que exceden al rol del at.

Finalmente, resulta fundamental visibilizar que la salud mental de quienes ejercen el acompañamiento terapéutico es tan prioritaria e indispensable como la de aquellas personas a las que cuidan, instalando de este modo la pregunta ética e institucional sobre ¿quién cuida al que cuida? Si bien las estrategias de afrontamiento desplegadas por los profesionales son herramientas valiosas de resguardo, cuando estas respuestas resultan insuficientes frente a la precarización, el estrés se vuelve crónico, terminando por enfermar el cuerpo y la mente de quien sostiene la práctica.