

La fatiga de compasión



La fatiga de compasión está caracterizada por el cansancio físico y emocional, y una disminución profunda en la capacidad de empatizar que ocurre como el resultado de ayudar a los necesitados.

Los síntomas de la fatiga de compasión incluyen:

- Menos habilidad de funcionar
- Más estrés de lo normal
- Cuidador se siente traumatizado
- Trabajando más duro pero haciendo menos
- Irritabilidad, dificultad para dormir
- Sentirse aburrido
- Más enfermedades y dolores

La fatiga de compasión es tratable y los consejeros de EAP están disponibles 24/7 para darle apoyo.



¿Busca recursos adicionales sobre la fatiga de compasión? Inicie su sesión hoy:

Para acceder:

1. Vaya a: www.cascadecenters.com
2. Haga clic en 'Member Log In'
3. Regístrese como nuevo usuario
4. Haga clic en la opción 'Compassion Fatigue'