

Cubriendo el Trauma: Impacto en Periodistas

Por River Smith, Elana Newman, y Susan Drevo

Una visión general de las investigaciones que existen hasta la fecha sobre los riesgos laborales para los periodistas que cubren eventos traumáticos, los factores de riesgo que agravan los efectos y algunas sugerencias para mitigar esos factores. Publicado originalmente en enero de 2009 y actualizado en julio de 2015.

Los periodistas dan con frecuencia testimonio del sufrimiento humano ya sea cubriendo desastres masivos o atrocidades individuales; sin embargo, poco se sabe sobre el impacto de dicha exposición en el bienestar de los periodistas. Los investigadores en el campo de estrés postraumático están empezando a examinar la carga que esta línea de trabajo puede tener en la salud de los periodistas. Esta hoja informativa revisa la investigación existente en relación con:

1. El tipo de evento al que los periodistas son expuestos
2. El impacto de cubrir estos eventos
3. Los factores que podrían poner a los periodistas en riesgo por angustia psicológica

LO QUE LOS PERIODISTAS PRESENCIAN

La mayoría de periodistas son testigos de eventos traumáticos en su línea de trabajo:

- Las investigaciones sugieren que entre el 80-100% de los periodistas han estado expuestos a un evento traumático relacionado con el trabajo (por ejemplo, Dworznik, 2011; Newman et al., 2003; Pyevich et al, 2003; Smith, 2008; Teegen y Gotwinkel, 2.001)
- Los eventos comunes pueden incluir:
 - accidentes automovilísticos
 - incendios

- asesinatos
 - víctimas en masa
 - guerra
 - desastre
- El contenido traumático relacionado con el trabajo también puede ser consumido a través de gráficas violentas y/o imágenes de vídeo (incluyendo contenido generado por usuarios), por lo que muchos periodistas pueden estar expuestos a frecuente, repetitivo y prolongado contenido traumático, sin censura y sin tener que salir de la sala de redacción (Feinstein et al., 2014; Weidmann y Papsdorf, 2010).

CÓMO AFECTA ESTO A LOS PERIODISTAS

La mayoría de periodistas exhibe capacidad de resistencia a pesar de la exposición repetida a eventos traumáticos relacionados con su trabajo. Esto es evidente por las tasas relativamente bajas de trastorno de estrés postraumático (TEPT) y otros trastornos psiquiátricos.

Una minoría significativa, sin embargo, están en riesgo de problemas psicológicos a largo plazo, como trastorno de estrés postraumático, depresión y abuso de sustancias.

- Eventos relacionados con la muerte, la violencia y el sufrimiento humano pueden ser especialmente preocupantes para los periodistas, sobre todo cuando estos eventos involucran niños (Newman et al, 2003; Pyevich et al, 2003; Smith, 2008).
- TEPT: tasas de rango posible trastorno de estrés postraumático entre 4-59% (tasas que se detallan a continuación)
- Depresión: las tasas oscilan entre menos de 1% hasta 21% (Feinstein et al, 2003; Feinstein et al, 2014; Weidmann et al., 2008.)
- El abuso de sustancias: entre los corresponsales de guerra se encontró que era 14% (Feinstein et al, 2002); entre los periodistas que trabajan con material de contenido generado por el usuario el consumo excesivo de alcohol fue de 15,4% en hombres y 17,4% en mujeres. (Feinstein et al, 2014)

PROPORCIÓN DE TEPT (ORDENADO DE MAYOR A MENOR)

Estudio	Muestra	Tasa de TEPT(Mes actual)
Morales et al., 2012	100 periodistas mexicanos	General: 25% Sólo fotógrafos: 59% Sólo cobertura de tráfico de drogas: 43%
Morales et al., 2014	140 periodistas mexicanos	General: 34% Sólo fotógrafos: 54% Sólo cobertura de tráfico de drogas: 44%
Marias & Stuart, 2015	50 periodistas sudafricanos	32%
Feinstein, Owen, & Blair, 2002	28 corresponsales de guerra	28.6% de por vida y 10.7% actualmente
Feinstein & Owen, 2002	140 corresponsales de guerra	19.7%
Teegen & Grotwinkel, 2001	61 periodistas estadounidenses y europeos	13%
Backholm & Bjorkqvist, 2012	493 periodistas finlandeses	Trabajo directo en crisis de tiroteo: 12% (n = 196) No trabajo directo con tiroteo: 9%
Nelson, 2011	159 periodistas de prensa estadounidenses	10.7 %
Smith 2008	167 periodistas de prensa y televisión estadounidenses	9.7%
Dworznic, 2011	280 reporteros, fotógrafos e ingenieros de camioneta de prensa estadounidenses	7%
Newman et al., 2003	875 fotoperiodistas estadounidenses	5.9-6.7%
Weidmann et al., 2008	61 periodistas de radio, televisión y prensa europeos, cubriendo el Tsunami del 2004	6.6%
Hatanaka et al., 2010	270 periodistas de emisión japoneses	6%

FACTORES DE RIESGO

- **La exposición a un mayor número de asignaciones traumáticas / frecuencia de la exposición** (Feinstein, et al, 2014;. Marais y Stuart, 2005; McMahon, 2001; Newman et al, 2003; Pyevich et al, 2003).
- **La exposición a tareas de mayor intensidad / tipo de asignación** (Backholm y Björkqvist, 2010; Dworznik, 2011; Feinstein et al., 2002; Pyevich et al., 2003; Smith, 2008)
 - **Exposición al conflict relacionado con el tráfico de drogas** (Feinstein, 2013; Morales et al., 2012, 2014)
 - **Exposición a la guerra** (Dworznik, 2011; Feinstein et al., 2002; Simpson & Boggs, 1999)
 - Los periodistas asignados a hacer cobertura junto a las tropas no parecen estar en mayor riesgo que los periodistas que cubren la guerra por su cuenta (Feinstein y Nicholson, 2005; Greenberg et al, 2007).
 - **Trabajo de campo** (opuesto a un trabajo de oficina; Hatanaka et al., 2010)
 - **Intimidación** (Feinstein, 2012)
- **Tiempo en el campo**
 - Periodistas jóvenes con menos experiencia (Teegen & Wrotwinkel, 2001)
 - Periodistas veteranos con más exposición (Simpson & Boggs, 1999)
- **Factores Organizacionales**
 - **Percepción de estrés organizacional alto** (Smith, 2008)
- **Historial personal y características**
 - **Exposición a eventos traumáticos en su vida personal** (Backholm & Björkqvist, 2010; Newman et al., 2003; Teegen & Wrotwinkel, 2001)
 - **Historial psicológico previo** (e.g., depression; Backholm & Björkqvist, 2012)
 - **Empatía** (Nelson, 2011)
 - **Temperamento** (Por ejemplo, emocionalidad negativa como el neuroticismo y la hostilidad; Marais & Stuart, 2005)
 - **Dificultad con la expresión emocional** (Teegen & Grotwinkel, 2001)
 - **Estilos de afrontamiento evasivos** (Smith, 2008)
 - **Respuesta peritraumática** (Hatanaka et al., 2010; McMahon, 2001)
- **Apoyo social**

- **Bajo apoyo social percibido** (Newman et al., 2003)
- **Bajo reconocimiento social percibido por parte de supervisores y colegas** (Weidmann et al., 2008)
- **Factores cognitivos**
- **Creencias negativas de sí mismo, otros y el mundo después del trauma** (Pyeovich et al., 2003)
- **Cogniciones de culpa** (Browne et al., 2012)

FACTORES DE RESILENCIA

- **Regulación de emociones** (Nelson, 2011)
- **Rusticidad personal** (Smith, 2008)
- **Capacidad de administración** (es decir, ver las exigencias como desafíos y tener recursos accesibles para satisfacerlas; Marias & Stuart, 2005)
- **Identidad profesional** (es decir, el sentido y propósito en relación al rol profesional) y entrenamiento que facilita el establecimiento de redes de apoyo social y mecanismos de adaptación significativos (Novak & Davidson, 2013)
- **Apoyo de los jefes** (Beam & Spratt, 2009)

IMPACTO OCUPACIONAL

- El impacto que la exposición al trauma y los síntomas de trastorno de estrés postraumático tienen en la capacidad de un periodista para realizar su trabajo, sólo está empezando a ser examinado.
 - Nelson, 2011, encontró que gravedad de los síntomas de TEPT predicen significativamente mayor disfunción ocupacional percibida entre los periodistas. Estos resultados sugieren que los síntomas de TEPT pueden resultar en problemas de funcionamiento en el trabajo, lo que hace difícil para los periodistas desarrollarse de manera óptima en el trabajo.

CONCLUSIONES

En conjunto, estos estudios sugieren que los periodistas están en riesgo de exposición a eventos traumáticos relacionados a su trabajo. Además, algunos periodistas expuestos a estos acontecimientos parecen vulnerables al desarrollo de trastorno de estrés postraumático y otros síntomas psiquiátricos. Esto es particularmente cierto para los periodistas mexicanos que cubren historias de conflicto relacionado con droga y corresponsales de guerra. La identificación de factores de riesgo en la línea actual de la

investigación indica varias formas en que las organizaciones de noticias pueden participar en la reducción de riesgos laborales.

Los esfuerzos para aumentar el apoyo organizativo para aquellos que cubren eventos traumáticos están justificados. Esto puede incluir educar a los periodistas acerca de los riesgos psicológicos implicados en su línea de trabajo, la disminución de la frecuencia y la intensidad de la exposición a las asignaciones de noticias traumáticas, y proporcionar los recursos adecuados para hacer frente a la carga emocional de estas asignaciones. Ayudar a la conectividad con redes de apoyo dentro y fuera de la organización también puede ser beneficioso.

A medida que la cultura de la sala de prensa tiende a ir el aumento del apoyo organizacional y a la disminución de los factores de estrés, el resultado probable es un menor riesgo de daños, así como una mayor satisfacción en el trabajo y mayor productividad entre los periodistas.

Además, teniendo en cuenta que la mayoría de los periodistas cubrirán un evento relacionado con el trauma en algún momento de sus carreras, es vital que los periodistas reciban una formación adecuada en el posible trauma durante su educación periodística antes de entrar en la fuerza laboral. Esto debería ocurrir con todos los periodistas, pero puede ser especialmente significativo para los periodistas independientes que no pueden beneficiarse del apoyo y la educación continua proporcionada por una organización específica. Por lo tanto, está justificada la capacitación sobre el tema de trauma que incorpora la educación sobre cómo reportear y el trabajo en entornos peligrosos, cómo interactuar con las víctimas vulnerables o traumatizadas y los testigos en las secuelas de los eventos catastróficos, y que provea maneras de afrontamiento saludable/autocuidado.

REFERENCIAS

Backholm, K., & Björkqvist, K. (2010). The effects of exposure to crisis on well-being of journalists. A study on crisis-related factors predicting psychological health in a sample of Finnish journalists. *Media, War & Conflict*, 3, 138-151.

Backholm, K., & Björkqvist, K. (2012). The mediating effect of depression between exposure to potentially traumatic events and PTSD in news journalists. *European Journal of Psychotraumatology*, 3, 183-88.

Beam, R. A., & Spratt, M. (2009). Managing vulnerability: job satisfaction, morale and journalists' reactions to violence and trauma. *Journalism Practice*, 3, 421-438.

Brown, T., Evangelini, M., & Greenberg, N. (2012). Trauma-related guilt and posttraumatic stress among journalists. *Journal of Traumatic Stress, 25*, 207-210.

Dworznik, G. (2011). Factors contributing to PTSD and compassion fatigue in television news workers. *International Journal of Business, Humanities, and Technology, 1*(1), 22-32.

Feinstein, A. (2013). Mexican journalists and journalists covering war: a comparison of psychological wellbeing. *Journal of Aggression, Conflict, and Peace Research, 5*, 77-85.

Feinstein, A. (2012). Mexican journalists: An investigation of their emotional health. *Journal of Traumatic Stress, 25*, 480-483.

Feinstein, A., Audet, B., & Waknine, E. (2014). Witnessing images of extreme violence: a psychological study of journalists in the newsroom. *Journal of the Royal Society of Medicine Open, 5*, 1-7.

Feinstein, A. & Nicholson, D. (2005). Embedded journalists in the Iraq war: Are they at greater psychological risk? *Journal of Traumatic Stress, 18*, 129-132.

Feinstein, A. & Owen, J. (2002). Journalists, war and posttraumatic stress disorder. In Y. Danieli (Ed.), *Sharing the front line and the back hills: International protectors and providers: Peacekeepers, humanitarian aid workers and the media in the midst of crisis* (pp. 305-315). Amityville, NY: Baywood Publishing Co, Inc.

Feinstein, A., Owen, J., & Blair, N. (2002). A hazardous profession: War, journalism, and psychopathology. *American Journal of Psychiatry, 159*, 1570-1576.

Greenberg, N., Thomas, S., Murphy, D., & Dandeker, C. (2007). Occupational stress and job satisfaction in media personnel assigned to the Iraq War: A qualitative study. *Journalism Practice, 1*(3), 356-371.

Hatanaka, M., Matsui, Y., Ando, K., Inoue, K., Fukuoka, Y., Koshiro, E., & Itamura, H. (2010). Traumatic stress in Japanese broadcast journalists. *Journal of Traumatic Stress, 23*, 173-177.

Marais, A. & Stuart, A. (2005). The role of temperament in the development of post-traumatic stress disorder amongst journalists. *South African Journal of Psychology, 35*, 89-105.

McMahon, C. (2001). Covering disaster: A pilot study into secondary trauma for print media journalists reporting on disaster. *Australian Journal of Emergency Management, 16*, 52-56.

Morales, R. F., Perez, V. R., & Martinez, L. (2014). The psychological impact of the war against drug-trafficking on Mexican journalists. *Revista Colombiana de Psicología*, 23, 177-193.

Morales, R. F., Perez, V. R., & Martinez, L. (2012). Posttraumatic stress symptoms in Mexican journalists covering the drug war. *Suma Psicológica*, 19, 7-17.

Nelson, S. (2011). Emotional intelligence as a predictor of occupational functioning and probable posttraumatic stress disorder in American journalists. Unpublished doctoral dissertation, University of Tulsa, Oklahoma.

Newman, E., Simpson, R. & Handschuh, D. (2003) Trauma exposure and post-traumatic stress disorder among photojournalists. *Visual Communication Quarterly*, 10, 4-13.

Novak, R. J., & Davidson, S. (2013). Journalists reporting on hazardous events: Constructing protective factors within the professional role. *Traumatology*, 1, 1-10.

Pyeovich, C., Newman, E., & Daleiden, E. (2003). The relationship among cognitive schemas, job-related traumatic exposure, and posttraumatic stress disorder in journalists. *Journal of Traumatic Stress*, 16, 325-328.

Simpson, R. & Boggs, J. (1999). An exploratory study of traumatic stress among newspaper journalists. *Journalism and Communication Monographs*, 1, 1-24.

Smith, R. (2008). Trauma and journalism: Exploring a model of risk and resilience. Unpublished doctoral dissertation, University of Tulsa, Oklahoma.

Teegen, F. & Grotwinkel, M. (2001). Traumatic exposure and post-traumatic stress disorder of journalists: An internet-based study. *Psychotherapeut*, 46, 169-175.

Weidmann, A., Fehm, L., & Fydrich, T. (2008). Covering the tsunami disaster: Subsequent post-traumatic and depressive symptoms and associated social factors. *Stress and Health*, 24, 129-135.

Weidmann, A., & Papsdorf, J. (2010). Witnessing trauma in the newsroom: Posttraumatic symptoms in television journalists exposed to violent news clips. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 198, 264-271.

Originally published; July, 2009. Updated by Susan Drevo; July 2015