

“Self-Care and Peer Support” - Resumen por Federico Kukso

Autocuidado y apoyo de pares: Al igual que los trabajadores de emergencia y los socorristas, los periodistas han comenzado a reconocer la necesidad de un mayor apoyo entre pares para garantizar su salud, bienestar y capacidad para realizar su trabajo de manera efectiva. Hay una serie de posibles reacciones de estrés que los periodistas pueden experimentar cuando informan sobre temas particularmente difíciles. Comprender las estrategias de afrontamiento puede ayudar a los periodistas a mantenerse resistentes frente a las presiones persistentes.