



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE TRADUCCIÓN E INTERPRETACIÓN

Grado de Traducción e Interpretación

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**Acercamiento a la afectación psicoemocional en el
ámbito profesional de la interpretación**

Presentado por Tatiana Ruiz Torres

Tutelado por Leticia Santamaría Ciordia

Soria, 2024

ÍNDICE

RESUMEN.....	1
RESUMÉ.....	1
1. Introducción y justificación del objeto de estudio.....	2
2. Objetivos.....	3
3. Metodología.....	3
4. Panorama actual y perspectivas de futuro de la interpretación.....	4
5. Análisis contrastivo del perfil formativo y profesional del intérprete en sus diferentes modalidades y contextos de trabajo.....	8
6. La gestión de las emociones.....	12
6.1. Emociones básicas.....	13
6.2. Los conceptos de inteligencia emocional y resiliencia.....	14
6.3. Las emociones en el ámbito profesional.....	15
7. Tipos de riesgos psicológicos asociados a la profesión del intérprete.....	16
7.1. Tipos de riesgos y presencia en cada modalidad.....	17
7.1.1. Estrés.....	17
7.1.2. Síndrome de burnout.....	18
7.1.3. Trauma vicario.....	19
7.1.4. Fatiga por compasión.....	19
7.2. Iniciativas y estrategias de prevención de situaciones de impacto emocional.....	20
8. Conclusiones.....	21
9. Referencias bibliográficas.....	23

RESUMEN

La interpretación sigue siendo un campo desconocido para gran parte de la población, sobre todo en el ámbito de los riesgos psicoemocionales. Con este trabajo pretendemos, en primera instancia, visibilizar la profesión de intérprete y sus oportunidades profesionales. Para ello abordaremos las distintas modalidades de interpretación, los perfiles formativos y los diferentes contextos laborales. Por otro lado, se hará un recorrido por las emociones en el ámbito profesional en general, y los diferentes riesgos psicoemocionales asociados de manera más concreta a la profesión de intérprete, principal objetivo de este trabajo de fin de grado. Asociado a lo anterior, analizaremos las diferentes estrategias que se pueden seguir para prevenir la aparición de estos síndromes y traumas. La principal conclusión alcanzada que estos riesgos están presentes, sobre todo, en la interpretación para los servicios públicos, por su naturaleza social y la interacción directa con el ciudadano extranjero.

Palabras clave: interpretación, *burnout*, estrés, fatiga por compasión, trauma vicario

RESUMÉ

L'interprétation est encore un domaine inconnu pour une grande partie de la population, surtout par rapport aux risques psycho-émotionnels associés. L'objectif de ce mémoire de fin d'études est, dans un premier temps, de rendre visible la profession d'interprète et ses opportunités professionnelles. Pour ce faire, nous examinerons les différents types d'interprétation, les profils de formation et les différents contextes de travail. D'autre part, nous nous pencherons sur les émotions dans le domaine professionnel en général, et sur les différents risques psycho-émotionnels associés plus spécifiquement à la profession d'interprète. En outre, nous analyserons les différentes stratégies qui peuvent être suivies pour prévenir l'apparition de ces syndromes et apprendre à bien les gérer. La principale conclusion à laquelle nous avons abouti est que ces risques sont surtout présents dans l'interprétation pour les services publics, en raison de leur nature sociale et de l'interaction directe avec les citoyens étrangers.

Mots clés : interprétation, syndrome d'épuisement professionnel, stress, fatigue de la compassion, traumatisme vicariant

1. Introducción y justificación del objeto de estudio

Según Tirosh (2021), la interpretación «se trata de la acción de recibir e interpretar un mensaje, para retransmitirlo en otro idioma de forma simultánea». Will (2020: 38), por su parte, distingue entre “discurso oral” y lo que denomina “texto oral”, para referirse a la interpretación: «*interpreting consists in transforming a usually spontaneously produced oral discourse in another oral text in the target language*». Aún hoy sigue existiendo cierta confusión sobre el término ‘interpretación’, fuertemente arraigado al mundo de las artes escénicas. El intérprete es un profesional con una formación específica, que está preparado para hacer de puente entre dos lenguas y culturas.

En el ámbito de la interpretación existen muchas modalidades distintas, como son: la interpretación de conferencias, la interpretación para los servicios públicos, la interpretación en situaciones de conflicto o la interpretación para los medios de comunicación. Todas ellas coexisten y hacen que la comunicación sea posible en todos los ámbitos de la vida. La interpretación, además, puede llevarse a cabo en ámbitos presenciales o remotos, estos últimos cada vez con mayor protagonismo, fundamentalmente gracias al desarrollo de sistemas de videoconferencia o *software* diseñados por Inteligencia Artificial (reconocimiento de voz, etc.).

Pero muchas veces pensamos que la interpretación es una profesión que cualquiera puede llevar a cabo, pues se presupone ‘sencilla’ y que basta saber un par de idiomas para ser un intérprete, pero Aire Traducciones (2017) nos dice que «Ser un buen intérprete no solo consiste en ser bilingüe o tener un buen conocimiento de la lengua». Para ser un buen profesional de la interpretación, se necesita de una formación específica dependiendo de la modalidad empleada, ya que todas las modalidades no requieren las mismas capacidades o utilizan las mismas técnicas.

También es importante destacar los riesgos psicológicos que pueden afectar al intérprete tanto en su vida personal, como en su vida profesional. Algunos de estos riesgos están especialmente vinculados con la modalidad de interpretación para los servicios públicos, debido al impacto psicológico que a menudo acarrea tratar con experiencias vitales de los usuarios.

Otros riesgos son comunes a todas las modalidades, como son el estrés o la fatiga mental. Es importante conocer estos riesgos y analizar cómo se perciben y se tratan en los códigos éticos de la profesión, además de si existe algún tipo de iniciativas o estrategias de prevención para ayudar a los intérpretes.

La interpretación es algo que me ha llamado la atención desde que soy pequeña y que se ha convertido en mi mayor sueño y, por ende, mi mayor objetivo. Mi pasión por la interpretación se volvió más clara cuando cursé la asignatura de Prácticas de traducción e interpretación, en la que vi que podía tener un buen futuro como intérprete.

La modalidad que más me ha gustado desde siempre es la interpretación de conferencias, pero hay otras modalidades como la interpretación en situaciones de conflicto o la interpretación para los servicios públicos que me han llamado la atención desde que empecé mis estudios de traducción e interpretación. Pero la parte que más me interesa es ver los riesgos psicológicos que están ligados a la interpretación porque, desde mi punto de vista, es algo que aún no se visibiliza y aborda convenientemente, pese a ser inherente a la profesión.

2. Objetivos

Para la realización de este trabajo se han establecido cinco objetivos principales.

El primero es observar el panorama actual de la interpretación y sus perspectivas de futuro, acotando y describiendo las diferentes modalidades de interpretación que existen, sus orígenes, evolución y perspectivas de futuro, sobre todo con el desarrollo de las nuevas tecnologías que son aplicables a la interpretación.

El segundo de nuestros objetivos es analizar tanto el perfil formativo como el profesional del intérprete, en los contextos laborales. En este caso, lo que se pretende es, por un lado, ver qué formación necesita el intérprete para cada modalidad, es decir, qué habilidades y competencias debe tener para poder llevar a cabo esta labor profesional; por otro, qué perfiles profesionales y contextos laborales son más propios de cada modalidad.

El tercer objetivo de este trabajo es analizar los riesgos emocionales que acarrea el trabajo del intérprete. Analizaremos qué tipo de afecciones psicoemocionales puede sufrir el intérprete durante el desarrollo de su trabajo, cómo le afecta durante la interpretación y en qué modalidad está más presente cada trauma o síndrome.

El siguiente objetivo es examinar qué iniciativas y estrategias de prevención y tratamiento existen.

Como último objetivo nos interesaremos por el grado de visibilidad que se da a estos riesgos en los diferentes códigos deontológicos y, en su caso, como se abordan y si estos recogen alguna serie de recomendaciones para proteger al intérprete.

3. Metodología

Este trabajo de fin de grado, de corte descriptivo, se ha realizado gracias a un rastreo en profundidad de fuentes bibliográficas, páginas web de diferentes empresas de traducción, trabajos de fin de grado, trabajos de fin de máster, tesis doctorales y artículos científicos y monografías sobre interpretación y gestión emocional. Se han utilizado también archivos multimedia extraídos de los *hangouts* de la empresa *Trágora*, que nos han sido de utilidad para obtener información sobre las emociones en interpretación. También es importante destacar que el trabajo se ha llevado a cabo con fuentes en tres idiomas: español, inglés y francés.

En el trabajo se pueden ver dos partes temáticas diferenciadas. La primera de ellas habla sobre la interpretación en general. Dentro de esta primera parte podemos encontrar tres apartados, cada uno dedicado a diferentes partes de la interpretación. La primera se utiliza como contexto de cada una de las modalidades de interpretación y sus perspectivas de futuro. El segundo y el tercer apartado analizan el perfil formativo del intérprete para cada una de las modalidades, el perfil profesional, es decir, que se requiere para cada modalidad. Por último, se analizan los contextos laborales en los que se enmarcan las diferentes modalidades de interpretación.

La segunda parte del trabajo consiste en el análisis de las emociones que aparecen durante la interpretación y de qué forma afectan al propio profesional. Así, en primera instancia se abordan diferentes conceptos de psicología de las emociones, para después aplicarlas al ámbito que nos compete. En segundo lugar, se explican las afecciones principales relacionadas con las diferentes modalidades de interpretación sus causas, síntomas y modalidades más susceptibles de

padecerlas. Seguidamente se revisan iniciativas y estrategias de prevención y gestión de emociones que pueden aparecer durante una interpretación.

4. Panorama actual y perspectivas de futuro de la interpretación

La interpretación es una profesión que ha existido desde el Antiguo Egipto y se ha ido adaptando a las necesidades de las diferentes épocas. Este trabajo se ha ido profesionalizando y especializando cada vez más hasta llegar a nuestros días. En la actualidad, la interpretación está dividida en modalidades muy distintas, pero todas con algo en común, la misión de conectar dos mundos que no se entienden por la barrera lingüística.

Antes de hablar de las diferentes modalidades de interpretación, es importante aclarar la situación geopolítica en la que se encuentra actualmente el mundo. En el siglo XXI se han producido cuatro grandes conflictos bélicos. El conflicto entre Ucrania y Rusia, el conflicto entre Palestina e Israel, el conflicto de Afganistán y el conflicto de Siria.

El conflicto entre Ucrania y Rusia es uno de los más recientes. El 24 de febrero de 2022 Rusia invadió el este de Ucrania siendo este el *casus belli* del conflicto armado. Esta guerra provocó una gran reacción a nivel mundial denunciando las agresiones de Rusia. En Europa se produjo un refuerzo militar de los países fronterizos tanto con Rusia como con Ucrania y se envió refuerzo tanto armamentístico como con personal. El conflicto provocó un éxodo masivo de los ciudadanos hacia otros países de Europa, principalmente Polonia.

Palestina e Israel es uno de los conflictos que más han durado en el tiempo. Este conflicto empezó en el siglo XX y sigue hasta nuestros días. Comenzó por la disputa de los territorios que ocupaba Palestina, ya que Israel los reconocía como propios. El 7 de octubre de 2023 se volvieron a dar lugar los enfrentamientos armados entre el grupo terrorista palestino Hamás y el ejército israelí. Esta guerra ha provocado una división de apoyos entre los diferentes países del mundo, algo que crea conflictos diplomáticos entre las grandes potencias mundiales.

En Asia encontramos también dos conflictos que tienen gran relevancia debido a las crisis migratorias que provocan, el conflicto de Afganistán y el conflicto de Siria. La guerra de Afganistán comenzó en el 2001 cuando Estados Unidos decidió llevar a cabo la invasión del territorio afgano. Estados Unidos se retiró de forma definitiva del territorio en el 2021 año en el que los talibanes volvieron a ocupar el país y provocaron la caída del gobierno. La guerra de Siria comenzó el 15 de marzo de 2011 con la llamada «Primavera Siria». Este conflicto continúa hasta nuestros días y ha provocado una de las mayores crisis migratorias de la actualidad.

En el panorama actual de la interpretación podemos distinguir diferentes modalidades de interpretación, que ya mencionamos de inicio y retomamos ahora. En este apartado vamos a hablar de la interpretación de conferencias, la interpretación para los servicios públicos, la interpretación en situaciones de conflicto y la interpretación en los medios de comunicación. También se van a explicar los tipos de interpretación que se utilizan en cada modalidad.

La interpretación de conferencias

La interpretación de conferencias es la modalidad de interpretación más reconocida. Según Jiménez (2002), el objetivo principal de la interpretación de conferencias «es facilitar la comunicación entre especialistas o políticos que necesiten adquirir o intercambiar información».

Esta modalidad es habitual en organismos internacionales, como la Unión Europea, Naciones Unidas, etc. También es utilizada de manera mayoritaria en congresos de todo tipo, para facilitar la comunicación y comprensión de asistentes que desconocen la lengua o lenguas de trabajo.

La técnica más utilizada en esta modalidad de interpretación es la interpretación simultánea, que Valdivia (1995) define como «la reformulación instantánea del discurso del orador».

Aunque de manera mucho más residual, la técnica de interpretación consecutiva también puede ponerse en práctica en interpretación de conferencias, por ejemplo, en mesas redondas y/u otros contextos de intercambio dialógico.

Abella (2023) define la interpretación consecutiva como «una modalidad de interpretación donde el intérprete o traductor escucha una frase o un segmento de discurso mientras toma notas y a continuación repite el contenido en un idioma diferente».

La interpretación simultánea se confirmó como técnica de interpretación durante los juicios de Núremberg (1945-1946), durante los cuales fueron procesados algunos de los responsables de los crímenes que se cometieron durante el Holocausto. Los jueces provenían de las potencias aliadas, Gran Bretaña, Francia, la Unión Soviética y Estados Unidos. Se establecieron cuatro idiomas oficiales, inglés, francés, ruso y alemán. Este plurilingüismo creó una necesidad de comunicar a los jueces con los acusados de manera más ágil que lo que lo haría la interpretación consecutiva, lo que llevó a un sistema rudimentario, similar a la interpretación telefónica, que se iría perfeccionando hasta la actual interpretación simultánea.

Para la interpretación simultánea se precisan medios técnicos muy específicos, principalmente una cabina insonorizada donde trabajará una pareja de intérpretes, aislados de los asistentes a la conferencia. También se precisan auriculares de alta calidad, que permitan escuchar la conferencia de forma clara, y consolas para gestionar la entrada y salida de audio. Por último, se necesita de un micrófono a través del cual el intérprete reformule el discurso en la lengua meta. Este micrófono estará conectado con los auriculares de los asistentes que deseen escuchar el discurso en esa lengua.

Hay situaciones en las que no se disponen de estos materiales, lo que obliga a recurrir a otra técnica de interpretación que no necesite medios técnicos. En este caso la técnica más utilizada es la interpretación consecutiva.

Esta modalidad de interpretación tiene un grado de complejidad y exigencia cognitiva que es importante conocer y tener en cuenta a la hora de interpretar. Selage (2008) explica que la interpretación necesita de una acción inmediata y, por lo tanto, urgente e improvisada. Este hecho produce una disminución de la calidad de la interpretación y de la comunicación de la información, tanto en consecutiva como en simultánea.

INTERPRETACIÓN CONSECUTIVA	INTERPRETACIÓN SIMULTANEA
Permite tener una visión de conjunto.	Se requiere de una gran habilidad para ir componiendo el mensaje a la vez que se escucha.
Permite al intérprete disponer de más tiempo para hacer uso de la memoria mediata (<i>long term memory</i>), o para elegir la palabra	Ahorra tiempo si el intérprete es muy competente.

correcta o un equivalente más próximo en la L2.	
Sólo habla una persona, con lo cual la posibilidad de distracción es menor.	Existe un mayor riesgo de distracción para aquellas personas que les molesta oír a más de una persona hablar.
El intérprete suele cansarse más que en el caso de la interpretación simultánea.	No requiere un esfuerzo tan intenso.
Puede durar más tiempo que la interpretación simultánea.	Suele ocupar menos tiempo que la interpretación consecutiva.
Hay más interrupciones que en la interpretación simultánea.	Hay pocas interrupciones.

Tabla 1. Comparación de las modalidades de interpretación consecutiva y simultánea. Valero (2006c: 162-163)

La interpretación para los servicios públicos

Según Iliescu (2022), la interpretación para los servicios públicos es «la mediación lingüística que permite a los hablantes de la lengua social comunicarse con las minorías lingüísticas, garantizando a estas últimas el acceso a los servicios en condiciones de igualdad de derechos». Esta modalidad de interpretación se puede dar en muchos ámbitos de la vida diaria, desde visitas al médico, acogida de refugiados, gestiones administrativas, comisarías de policía, etc.

Llama la atención la falta de consenso a la hora de referirse a este tipo de interpretación. El *Knowledge Centre on Interpretation*¹ señala algunas de las denominaciones utilizadas en español, como “mediación lingüística”, “interpretación comunitaria” (del inglés *community interpreting*), o “interpretación de diálogo”. Valero (2023: 17) también se hace eco de esta problemática a la hora de denominar la disciplina:

The variety of expressions used to address this activity illustrates the point: community interpreting, liaison interpreting, interpreting in social services, dialogue interpreting, PSI and translation, and there are even specific names based on professionals and their areas of expertise, such as healthcare interpreter, intercultural health mediator, cultural interpreter, community interpreter, legal interpreter or public service interpreter to name but a few. (Valero, 2023: 17)

La denominación “interpretación social”, acuñada por Mayoral (2003), y utilizada con recurrencia en numerosos planes de estudios de varias universidades, es desaconsejada por varios autores por la confusión que conlleva con respecto al rol del intérprete, asociado al del trabajador

¹ El *Knowledge Centre on Interpretation* es una plataforma en línea que ofrece un espacio colaborativo y dinámico para las personas que estén interesadas en la interpretación. Es un espacio totalmente gratis y abierto que une a la comunidad de intérpretes y facilita el intercambio de conocimiento, la creación de sinergias y la separación de las buenas conductas de varias modalidades de interpretación (De Rioja, 2019). Sitio web: <https://knowledge-centre-interpretation.education.ec.europa.eu/en> (fecha de última consulta: 7 de mayo del 2024).

social. En este sentido, muchas voces proponen sustituirla por “interpretación para los servicios públicos” (Abril, 2006).

En este caso, el intérprete utiliza la interpretación de enlace. Linguaserve (2021) define esta técnica de interpretación como «un servicio de interpretación entre dos idiomas en el que el especialista sirve de nexo -enlace- entre dos partes, pudiendo ser estas dos personas, una persona y un grupo pequeño, o dos grupos pequeños». En este tipo el intérprete hace uso de la interpretación *directa* (en su lengua materna) e *inversa* (en la lengua extranjera).

La interpretación en situaciones de conflicto

Para poder definir qué es la interpretación en situaciones de conflicto, antes de nada, hay que definir el concepto de conflicto. Villalba (2016: 58) se refiere a ello como «una situación en la que se ven involucrados varios organismos y agencias internacionales que requieren de los servicios de traducción e interpretación».

Baker (2012, en Moreno, 2017: 2), define la interpretación en situaciones de conflicto a través del trabajo del intérprete de la siguiente forma:

El intérprete en zonas de conflicto es alguien capaz de influir en las relaciones interpersonales con el propósito de lograr un objetivo más transcendental, como puede ser conseguir la paz en un conflicto, reconstruir las relaciones en el periodo de postguerra, fomentar el entendimiento entre personas, reparar percepciones erróneas de algún determinado grupo étnico o establecer relaciones estables con las fuerzas armadas extranjeras (Baker, 2012; en Moreno, 2017: 2).

Segarra (2013) define la función de un intérprete en un conflicto internacional como la de intermediario y mediador entre todas las partes que están en conflicto, para conseguir un acuerdo.

En este punto cabe destacar la guía práctica para traductores e intérpretes en situaciones de conflicto,² creada por AIIC, FIT y *Red T*, en la que se tratan todos los derechos que deben tener tanto traductores como intérpretes, como la protección suya y de su familia durante y después de la misión, así como los horarios de trabajo y los descansos.

Valero hace una apreciación importante advirtiendo que, en esta modalidad de interpretación, es importante tener en cuenta que el lenguaje se utiliza como forma de manipulación y propaganda (2005). La autora también incide en la importancia de la formación específica en este campo.

La interpretación en situaciones de conflicto supone una dicotomía para los profesionales, ya que se puede englobar en la interpretación para los servicios públicos o se puede separar y formar una modalidad de interpretación por ella misma. En el caso de este trabajo de fin de grado, seguiremos la línea de autores como Beltrán (2013), que consideran la interpretación en situaciones de conflicto como una modalidad en sí misma, principalmente por la necesidad que

² Guía práctica para traductores e intérpretes en situaciones de conflicto (Federación Internacional de Traductores) Sitio web: https://library.fit-ift.org/public/Resources/Documents/CZG_201203_ES.pdf (fecha de última consulta: 15 de abril de 2024).

existe de recibir una formación especializada, diferente a cualquiera del resto de modalidades de interpretación.

La interpretación en los medios de comunicación

CBLingua (2023) define la interpretación en los medios de comunicación como un «tipo de interpretación en directo (*live interpreting*), en la que podemos encontrar tanto traducción consecutiva como simultánea, donde la voz del intérprete se superpone a la voz del hablante, quedando esta en segundo plano». Según Sabater (2016) el objetivo de la interpretación en los medios de comunicación o audiovisuales es que el público meta entienda los diferentes escenarios, ya sean reales o ficticias, del cine o de la televisión.

Esta modalidad es muy común en programas de televisión, por ejemplo, en entrevistas con invitados extranjeros que no hablan nuestra lengua. En esta modalidad podemos distinguir diferentes técnicas de interpretación, en concreto interpretación simultánea, consecutiva y el *voice over*.

Sabater (2016) distingue cuatro tipos de interpretación simultánea. La primera de ellas en la interpretación simultánea en su forma más pura, el intérprete se encuentra en una cabina y únicamente recibe información a través del canal auditivo. La segunda es cuando el intérprete recibe información de dos canales distintos, es decir, al auditivo se le añade el visual. La tercera se da cuando los intérpretes están en la sala que el orador u oradores, pero con todos los dispositivos electrónicos de los que precisan para realizar la interpretación. Por último, alude a la interpretación susurrada, la cual no requiere ningún dispositivo electrónico, y con la que se asegura una respuesta inmediata por parte del intérprete.

En los medios de comunicación es frecuente la interpretación consecutiva en ruedas de prensa internacionales, en las que los periodistas y los entrevistados no se pueden comunicar por la barrera lingüística. Primalia (2023) define el trabajo del intérprete en este tipo de ámbitos como:

Los intérpretes consecutivos trabajan de cerca con los oradores, capturando el mensaje y entregándolo en el idioma correspondiente a medida que se desarrolla la rueda de prensa. De esta manera, se garantiza una difusión precisa y clara de la información a nivel internacional (Primalia, 2023).

Por último, encontramos la técnica del *voice over*. Sousa (2019) se refiere a ella como «la técnica de producción consistente en una voz superpuesta que suele utilizarse en el mundo audiovisual». En efecto, este tipo de interpretación es frecuente en los programas de televisión, documentales y anuncios televisivos.

5. Análisis contrastivo del perfil formativo y profesional del intérprete en sus diferentes modalidades y contextos de trabajo

La interpretación es una profesión que requiere de una formación específica para poder obtener las capacidades y cualidades que se necesitan para cumplir con las exigencias del perfil profesional de cada modalidad y así poder desarrollar su trabajo de la mejor forma posible.

Esta profesión exige unas competencias comunes a todas las modalidades de interpretación. Herbert (1952; en Jiménez y Pinazo, 2002: 78) destaca «la necesidad de dominar dos lenguas, poseer facilidad de palabra, buena memoria, amplia cultura general y temple para interpretar como algunas de las habilidades básicas para los intérpretes».

Es en este momento, con la necesidad de dominar dos lenguas, cuando aparece la problemática del intrusismo laboral, que El Islam (2015: 187) define como «la acción de apropiarse o conceder a terceros el título y correspondiente reconocimiento para realizar tareas propias a los traductores e intérpretes sin justificación ni acreditación». Este intrusismo se produce por la creencia extendida de que una persona que conoce dos o más lengua es capaz de ser intérprete (Valero, 2006a). Aquí aparece el concepto de bilingüe, que Valero (2006a: 4) define como «persona capaz de comunicarse en dos lenguas con distintos niveles de dominio de la lengua».

También es importante no perder de vista que cada vez el mundo está más digitalizado y se están introduciendo las nuevas tecnologías en más ámbitos de nuestras vidas, lo que explica la necesidad, para un intérprete, de tener formación en nuevas tecnologías. Así lo subrayan Kerremans *et al.* (2019: 110): «*it is crucial for translators and interpreters not only to keep up with technological developments and trends but also to acquire the skills to incorporate technology into their profession*». En interpretación se han introducido las llamadas herramientas CAI. Fantinuoli (2023: 46-47) define y explica las funciones de estas herramientas de la siguiente manera: «*applications specifically designed to assist professional interpreters in at least one of the several sub-processes of interpreting, such as knowledge acquisition and management, lexicographical memorization, real-time terminology access, and so on*».

La interpretación de conferencias

La Asociación Internacional de Intérpretes de Conferencias (AIIC, por sus siglas en francés) incide en el hecho de que la interpretación de conferencias tiene que ser enseñada por intérpretes de conferencias profesionales, que aporten el conocimiento y la formación necesarias para convertirse en un experto del ámbito. Peng (2006: 4) se refiere en este sentido al intérprete formador como una ‘fuente fiable’ y un ‘modelo a seguir’: «*[...] the trainees have a role model in front of them and a reliable source to consult for practical tips when facing problems*».

En esta modalidad de interpretación existen dos modalidades, consecutiva y simultánea. Para interpretación consecutiva, Han *et al.* (2023) mencionan la toma de notas, como formación esencial, para organizar el discurso, jerarquizar sus ideas y descodificarlas en la interpretación. Por otro lado, en simultánea, uno de los aspectos más importantes que el intérprete tiene que aprender es la fluidez del discurso. Daró (1990: 86; en Pradas, 2004: 5) explica que la fluidez es «una de las características fisiológicas necesarias para realizar una buena interpretación simultánea». Para ambas técnicas de interpretación, son importantes los conocimientos sociolingüísticos y saber utilizarlos de manera casi inmediata. Estos conocimientos y habilidades, como destaca Selage (2008), se adquieren con la práctica.

Por último, tras la pandemia del COVID-19, se cambió la forma de interpretar y se desarrolló lo que hoy en día llamamos interpretación simultánea remota. Esto, tal y como explican Mahyub y Martin (2022:31), ha generado una realidad social con necesidades formativas en este ámbito desde la etapa inicial de la formación: «*RSP³ has specific features with which interpreters need to become familiar, particularly in the initial stages, for example the functioning and*

³ Remote Simultaneous Intepreting, interpretación simultánea remota.

technical requirements of the different platforms». Aquí podemos encontrar plataformas como *Interprefy*.⁴

Tras haber explicado algunas de las necesidades formativas que tienen los intérpretes de conferencias, analizaremos los perfiles profesionales y los diferentes contextos laborales en los que se puede dar esta modalidad de interpretación.

Martín (2021) distingue dos perfiles profesionales. Los funcionarios o intérpretes permanentes y los *freelances* o acreditados externos.⁵ Los intérpretes permanentes son los que han pasado unas oposiciones que les acreditan como funcionarios de los organismos internacionales. Por otro lado, los *freelances* han tenido que superar una prueba de acreditación que les de permiso para trabajar en diferentes instituciones internacionales.

La interpretación de conferencias se puede utilizar en muchos contextos laborales, por ejemplo, en congresos, seminarios o simposios, en los que se utiliza la interpretación simultánea, y en ruedas de prensa o negociaciones, en las que se hace uso de la interpretación consecutiva (Cuervo, 2016).

La interpretación para los servicios públicos

La interpretación para los servicios públicos necesita de una de las formaciones más específicas del ámbito de la interpretación, debido a la gran cantidad de ámbitos en los que se utiliza y a la complejidad que supone esta modalidad. Gentile (1997; en Skaaden, 2023: 262) explica algunos de los factores que afectan a esta modalidad de interpretación, como la importancia de la confidencialidad, por estar tratando asuntos que afectan a la vida personal, y la dificultad para llevar a cabo un control de calidad estricto: *«the PSI⁶ setting is characterized by its encounters' sensitive topic, strict confidentiality and interpreters working alone — factors that make quality control difficult compared to the conference and courtroom settings»*.

El papel del intérprete en esta modalidad, tal y como indica Abril (2006), ha generado mucha controversia entre diferentes expertos. Sin embargo, la propia autora reconoce que «es innegable que el intérprete actúa como interlocutor no solo visible, sino activo» (2006:70). Esto ha hecho que se genere una falta de consistencia y de reconocimiento que hace que la interpretación para los servicios públicos, pese a los progresos de los últimos años, fundamentalmente gracias a la aparición de programas de posgrado especializados, y a las demandas de las propias asociaciones de intérpretes, sufra todavía una falta de profesionalización evidente (Valero, 2023).

Para desarrollar esta profesión, los intérpretes deben tener una gran formación. Bancroft (2015; en Pinilla, 2017: 24), insiste sobre la importancia de disponer de una gran capacidad de anticipación a la hora de enfrentarse a una situación, al igual que poseer un gran dominio de las lenguas y culturas de trabajo. También es necesario distinguir los diferentes dialectos o acentos (Valero, 2006d), ya que el vocabulario que se utiliza en el español de España no es el mismo que se utiliza en México, por ejemplo.

En la interpretación para los servicios públicos se pueden producir dilemas éticos que hay que aprender a gestionar y que se debería incluir en la formación de los intérpretes, pero Valero

⁴ Herramienta CAI que proporciona servicios de interpretación con intérpretes de conferencias a tiempo real en cualquier lugar utilizando la tecnología más avanzada que funciona en cualquier formato de evento y plataforma (Interprefy, 2022). Sitio web: <https://youtu.be/p5am4Coij0A?si=hxU7HhY4VYLYbAtv>

⁵ También llamados ACI (*Auxiliary Conference Interpreters*) (Martín, 2021: 11).

⁶ Public Service Interpreting, interpretación para los servicios públicos.

(2006d: 36) reconoce la «falta de formación adecuada y de conocimientos sobre la ética de la profesión y sobre términos legales o especializados de muchos intérpretes».

Por último, al igual que en el resto de modalidades, es importante la formación en nuevas tecnologías, ya que en la interpretación para los servicios públicos se hace mucho uso de la interpretación telefónica o por videoconferencia. Ibanez (2020) define la interpretación telefónica como «un servicio que posibilita a intérpretes humanos ponerse en contacto con otros individuos a través del teléfono». Por otro lado, Aire Traducciones (2021) describe el trabajo del intérprete de una videoconferencia de la siguiente forma:

El intérprete de una videoconferencia ve y oye en tiempo real (bien sea desde su oficina, casa o desde una cabina de interpretación en remoto) a los oradores. Mediante unos auriculares, un micrófono y una conexión estable, hace una interpretación del idioma del orador a su lengua de trabajo a través de la misma plataforma. Los oyentes reciben, a su vez, esta traducción por sus auriculares o altavoces, simplemente tienen que seleccionar qué canal de sonido es el que prefieren (Aire Traducciones, 2021).

Por último, encontramos los diferentes contextos laborales en los que se puede dar la interpretación para los servicios públicos. García *et al.* (2015) exponen algunos ejemplos como la interpretación médica, en los servicios sociales, en el sistema educativo, etc.

La interpretación en situaciones de conflicto

Como ya hemos visto, en la interpretación en situaciones de conflicto se tratan temas muy delicados y el lenguaje suele utilizarse como método de manipulación y de propaganda (Moreno, 2016; en Gallardo, 2023: 63). Este factor nos lleva al primer paso de la formación. Tal y como indica Baigorri (2003, en Gallardo, 2023: 65-66), los intérpretes de esta modalidad deben tener un gran conocimiento de la situación en la que están. A su vez, deben tener un gran conocimiento de su código ético, principalmente el concepto de imparcialidad, algo clave para desempeñar este trabajo.

También es importante destacar que el intérprete juega un papel de puente, que Lázaro (2009) explica así:

No sólo entre lenguas, sino también entre culturas, siendo una consecuencia frecuente que tenga que explicar a los participantes en la interacción aspectos culturales de uno y otro, o que transforme el mensaje en uno adecuándolo a la cultura del otro (Lázaro, 2009; en Beltrán, 2013: 42).

La contratación de estos intérpretes puede llegar a ser muy complicadas por las necesidades del propio trabajo. Moser y Bali (2008, en Villalba, 2016: 65) explican que «en muchas ocasiones quienes son finalmente elegidos para esta actividad son trabajadores locales de otros ámbitos que tienen ciertos conocimientos de dos idiomas, por lo que carecen del bagaje educativo necesario para realizar una buena interpretación».

Podemos encontrar dos tipos de perfiles de contratación. Primeramente, está el papel del *fixer*. Según Alonso (2015: 164):

Se trata de un intermediario lingüístico que presta su apoyo a las agencias de noticias, a los numerosos corresponsales de guerra y fotógrafos de prensa, y a las organizaciones y agencias humanitarias que trabajan en la zona del conflicto y cuyo principal idioma de contacto con la población local y con las partes contendientes es el inglés. (Alonso, 2015: 164)

Por otro lado, encontramos lo que este mismo autor (ibid., 167) denomina “embedded intérpretes”. Este último perfil hace referencia a los intérpretes que son captados por los diferentes ejércitos internacionales, considerados intérpretes cualificados, aunque es importante destacar que este no es siempre el caso.

También puede haber elementos culturales o tradicionales que afecten a la contratación de los intérpretes. Gómez (2010; en Villalba, 2016: 67) explica que, a pesar de cumplir con estas características específicas puede haber determinados aspectos que condicionen la contratación de un intérprete u otro, como puede ser el género del intérprete, sobre todo en países musulmanes.

Por último, esta modalidad de interpretación, como su propio nombre indica, se puede dar en cualquier zona donde haya un conflicto bélico o diplomático y se utilicen dialectos o idiomas que no sean entendidos por las diferentes partes.

La interpretación en los medios de comunicación

La interpretación en los medios de comunicación ha aumentado en los últimos años debido, según Sabater (2016: 6), a «la presencia de invitados internacionales en los programas en directo» y, como consecuencia directa, «la interpretación simultánea en los medios de comunicación».

Castillo (2015, 280) describe cómo los estudiantes se pueden beneficiar en su formación de los profesionales o de las diferentes prácticas que pueden llevar a cabo.

Interpreting students and practitioners can learn a great deal from real interpreter-mediated broadcast data, either by practising with actual interpreter-mediated pieces or by critically watching/listening to interpreter-mediated broadcast events and reflecting on them, both individually and in class with an instructor (Castillo, 2015: 280).

Esto les ayudará a entender y a poder ver de primera mano las dificultades que supone este tipo de interpretación. Sabater (2016: 17) cree que «una de las dificultades a las que se enfrenta un intérprete es resolver las marcas humorísticas con las que se encuentra en el discurso original».

Otro de los puntos fundamentales de la formación de los intérpretes en los medios de comunicación es el *décalage* (desfase entre la producción del discurso original y su interpretación), otro de los factores a los que tiene que enfrentarse el intérprete en los medios de comunicación. Autores como Amato y Mack (2011: 42) o Jiménez (2011, en Sabater, 2016: 18) explican que «para que el intérprete no se pase del tiempo que le otorga, debe reducir el *décalage*, para que así el discurso y la imagen original y su interpretación estén coordinados».

La contratación de los intérpretes es otro de los puntos más importantes. Como explica Amato y Mack (2011: 40), normalmente se recurre a intérpretes externos: «*only in a few cases do TV channels have interpreters on their permanent staff. Usually interpreters are recruited by agencies on a daily basis on the free-lance market, as in the case for the AAC*».

Por último, la interpretación en los medios de comunicación se puede dar en diferentes contextos laborales. CBLingua (2023) explica que «la interpretación en los medios de comunicación se suele asociar con la televisión: programas de entretenimiento, ruedas de prensa, entrevistas...», pero también se puede dar en la radio, como añade Castillo (2022).

6. La gestión de las emociones

La gestión de las emociones es algo fundamental para todos los ámbitos de la vida diaria y nuestro ámbito de estudio, la interpretación, no es una excepción. Conviene empezar definiendo

la palabra emoción. Solomon (2024), define “emoción” como una experiencia compleja de la consciencia, una sensación corporal y de comportamiento que refleja el significado personal de una cosa, un hecho o una situación. La RAE (2023) define “emoción” como «alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática». A partir de estas definiciones, Acosta *et al.* (2017: 133) destacan la importancia de las emociones en los seres humanos:

Las emociones son de vital importancia para el pensamiento racional; lo que conlleva a determinar que, para ser considerados entes racionales, las personas deben tener la aptitud de experimentar emociones, la clave para tomar buenas decisiones individuales en una organización consiste en utilizar equilibradamente tanto el pensamiento como las emociones (Acosta *et al.*, 2017: 133).

Para llevar a cabo esta importante labor de gestión de emociones, existen algunas técnicas que, tal y como indica Sabater (2023), «nos facilitan mecanismos adecuados para canalizar la tensión cotidiana, las presiones y ese estrés que merma por completo nuestro potencial, así como la calma y la creatividad».

Navarro (2010) da ocho ejemplos de técnicas para gestionar las emociones. Es importante intentar recordar las virtudes y los éxitos de cada uno, al igual que distraer la atención de un suceso o asunto determinado. El autor explica que es primordial no mirar a un futuro lejano para conseguir ese autocontrol. Para ello, es necesario tener la capacidad de preocuparse más tarde por las cosas del día a día. Seguidamente indica que es conveniente la meditación habitual, al igual que escribir un diario donde se expresen las emociones. Por último, está la necesidad de tomarse un respiro para recuperar el autocontrol.

6.1. Emociones básicas

Las emociones en nuestro día a día pueden categorizarse en emociones primarias y secundarias. Muzio (2017) define las emociones primarias o básicas, como «[...] puras, innatas y que se generan como reacción a estímulos similares en todas las culturas sin importar el entorno [...]». Silgado (2021), por su parte, las define como «aquellas que responden a nuestros instintos y se tienen desde que nacemos».

En cambio, las emociones secundarias, según Mestre *et al.* (2017: 62), son emociones «que dependen más de la cultura, del aprendizaje o del desarrollo ontogénico del individuo». Algunos ejemplos son el estrés, la ansiedad, el optimismo. Es importante diferenciar estos dos tipos de emociones porque, según estos mismos autores, las emociones primarias se relacionan con la realización de las necesidades básicas mientras que las secundarias o sociales se refieren a cómo un individuo interactúa con el resto de la sociedad.

Izar (1991; en Chóliz 2005: 7) establece una serie de requisitos que deben cumplir las emociones para obtener la etiqueta de emoción básica. Estos requisitos son los siguientes:

- Tener un sustrato neutral específico y distintivo.
- Tener una expresión o configuración facial específica y distintiva.
- Poseer sentimientos específicos y distintivos.
- Derivar de procesos biológicos y evolutivos.
- Manifestar propiedades motivacionales y organizativas de funciones adaptativas

La categorización de las emociones básicas es algo que ha sido discutido por muchos expertos, ya que hay una gran variedad de opiniones y puntos de vista a la hora de determinar qué emociones entrarían dentro de la categoría de emociones básicas. Mestre *et al.* (2017) señalan que las emociones básicas o primarias se pueden dividir en seis: miedo, asco, ira, tristeza, sorpresa y alegría. Por otro lado, Izar (1991; en Chóliz, 2005: 7) distingue ocho emociones básicas: placer, interés, sorpresa, tristeza, ira, asco, miedo y desprecio.

Para la realización de este trabajo usaremos la clasificación establecida por Mestre *et al.* (2017). A continuación, definiremos las seis emociones básicas de forma breve, a partir de las explicaciones de estos autores (28-55).

El miedo es la respuesta a un estímulo, como una posible amenaza. Cuando aparece esta emoción, se optimiza el rendimiento del organismo en un tiempo muy corto para poder reaccionar de la forma más correcta ante el estímulo.

El asco hace referencia a «la revulsión que se produce en el organismo frente a la posibilidad de ingerir una sustancia dañina o que tiene propiedades contaminantes».

La ira como la falta de placer que se genera en una persona ante una situación o recepción de un estímulo. Ante esto, se genera una respuesta de enfado o cólera que provoca una elevada activación fisiológica.

La tristeza, por su parte, es «una emoción que se produce como respuesta a sucesos considerados displacenteros, y que denota pesadumbre o melancolía».

La sorpresa se define como «la reacción inicial y momentánea que se produce ante un evento inesperado, imprevisto o desconocido». Esta emoción produce una sensación parecida a la de mente en blanco.

Por último, encontramos la alegría, definida como la sensación que se produce cuando se acumulan eventos positivos para una persona. Para los autores, «también puede experimentarse a partir de la reducción o eliminación de un malestar y también de forma vicaria, es decir, al ver como otros consiguen sentirse alegres».

En el ámbito de la interpretación, las emociones secundarias cobran un papel esencial, puesto que los intérpretes están sometidos a un alto nivel de estrés y emociones. Estas emociones dependen de la modalidad de interpretación en la que se esté trabajando y del contexto, y se explicarán en mayor profundidad más adelante.

6.2. Los conceptos de inteligencia emocional y resiliencia

Mayer y Salovey (1997; en Warwick y Nettelbeck, 2004: 192) definen la inteligencia emocional basándose en cuatro factores, la habilidad de percibir, valorar y expresar las emociones; la habilidad de acceder y/o generar emociones cuando aparecen determinados pensamientos; la habilidad de entender las emociones y de conocer dichas emociones, y la habilidad de regular las emociones para promover el crecimiento emocional e intelectual. Paoletti y Dotan (2021: 31) destacan el impacto de la inteligencia emocional en nuestra calidad de vida: «*emotional intelligence plays an important role in daily life and can significantly impact our own quality of life and that of those around us*».

Goleman (1996: 27) define la inteligencia emocional como «el conjunto de habilidades [...] entre las que destacan el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia y la capacidad para motivarse a uno mismo». Todas estas habilidades, son, de alguna forma, aplicables al ámbito de la interpretación, ya que los intérpretes tienen que ser capaces de desarrollar este tipo de

inteligencia para que les ayude a la hora de realizar su trabajo, independientemente de la modalidad en la que se especialicen.

Salovey y Mayer (1990; en Goleman, 1996: 89) especifican cinco competencias básicas relacionadas con la inteligencia emocional. Para nuestro trabajo, se utilizarán dos de ellas. La primera es «el conocimiento de las propias emociones». Reconocer las emociones de uno mismo a lo largo del día es algo de vital importancia para poder controlarlas y actuar ante ellas. La segunda competencia objeto de análisis es la capacidad de controlar las emociones. Esta habilidad es muy importante y está relacionada con la anterior. Como explican los autores (ibid.), «quienes destacan en el ejercicio de esta capacidad se recuperan mucho más rápidamente de los reveses y contratiempos de la vida».

El segundo concepto que vamos a explicar es el término “resiliencia”, que la RAE define como la «capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos». Wald *et al.* (2006; en Herman *et al.*, 2011: 259), por su parte, la describen como una adaptación positiva a una circunstancia adversa: «*resilience refers to the positive adaptation, or the ability to maintain or regain mental health, despite experiencing adversity*».

Wu *et al.* (2013) afirman que entender cómo se puede desarrollar y mejorar la resiliencia es algo de vital importancia, no solo para promover los mecanismos de defensa, sino también para evitar que se desarrollen respuestas erróneas ante el estrés en personas que padecen enfermedades psiquiátricas como la depresión o el síndrome de estrés postraumático.

Con las explicaciones de estos dos conceptos se pone en evidencia que son de especial importancia para la interpretación, porque la inteligencia emocional ayuda al intérprete a poder encarar diferentes situaciones que se pueden encontrar durante la interpretación, y la resiliencia ayuda al intérprete a adaptarse a situaciones nuevas.

6.3. Las emociones en el ámbito profesional

En todos los ámbitos profesionales se exigen una serie de competencias generales y específicas. Pero ¿qué son las competencias profesionales? Epstein y Hundert (2002: 226) definen este concepto como «*the habitual and judicious use of communication, knowledge, technical skills, clinical reasoning, emotions, values, and reflection in daily practice for the benefit of the individual and community being served*».

Galdeano y Valiente (2010) distinguen diferentes niveles de competencias profesionales. En nuestro caso, nos interesan las competencias básicas o clave, que definen como «las capacidades intelectuales indispensables para el aprendizaje de una profesión» (2010: 28). También se establece que «las competencias clave o básicas son las que todas las personas precisan para su desarrollo personal, así como para ser ciudadanos activos e integrados en la sociedad» (ibid.).

Las emociones en el ámbito profesional son un tema que está muy presente en todos los ámbitos laborales. Vamos a analizar qué es la competencia emocional y por qué es importante tenerla en cuenta en todos los contextos. También analizaremos qué emociones se encuentran más presentes en el ámbito de la interpretación como profesión.

El primer problema que existe a la hora de analizar la competencia emocional es la propia denominación de esta competencia. Bisquerra y Pérez (2007: 65) explican que, «mientras que algunos autores se refieren a la competencia emocional, otros prefieren utilizar la designación competencia socioemocional; otros optan por utilizar el plural: competencias emocionales o socio-emocionales».

Reconocer las emociones en el ámbito laboral y profesional es muy importante porque, según apuntan Ashkanasy y Dorris (2017), si las personas no entienden el lado emocional del comportamiento organizacional, los diferentes organismos o empresas no podrán ver qué acciones son contraproducentes. Las emociones son algo inherente al ser humano, pero los contextos en los que aparece cada emoción pueden variar de una cultura a otra. Ashkanasy (2003; en Ashkanasy y Dorris, 2017: 70), apunta que una amplia expresión de alegría puede ser aceptada en una circunstancia jovial o de gran alegría, pero puede ser una expresión negativa en otra situación. Respecto a esto, Basch y Fisher (2000; en Ashkanasy y Dorris, 2017: 70-71) explican que, en uno de sus estudios, las diferentes empresas u organizaciones vieron que los trabajadores muestran un amplio abanico de estas emociones, además de las específicas del contexto laboral en el que se encuentran.

En el ámbito de la interpretación, como veremos a continuación, las emociones son un factor muy importante que pueden ser de gran ayuda para el intérprete, pero también pueden ser perjudiciales y derivar en afecciones psicológicas importantes. Este es el caso de una de las emociones secundarias, la empatía. El concepto de empatía es algo que debemos entender para desarrollar nuestro trabajo a la perfección. Costa (2016) define la empatía como un «balance entre las emociones [...] que tienes y también la racionalidad». La autora explica cómo el objetivo de la interpretación, sobre todo de la interpretación para los servicios públicos, es encontrar un equilibrio entre lo que sientes y la racionalidad.

7. Tipos de riesgos psicológicos asociados a la profesión del intérprete

La profesión de intérprete no está exenta de riesgos laborales. En este caso, es una profesión que puede tener un impacto muy importante en la salud mental de los intérpretes, como ya hemos visto en apartados anteriores. Estas afecciones psicológicas se producen, en mayor o en menor medida, en todas las modalidades de interpretación. Por ello, tal y como dice Valero (2006b: 13), el intérprete necesita de una «formación psicológica básica respecto a conceptos centrales», para que, dado el caso, el profesional pueda reconocerlos y poder buscar la ayuda necesaria. También es importante que se reconozca la necesidad de crear diferentes estrategias que ayuden a todos los intérpretes a afrontar estas afecciones psicológicas y emocionales.

Valero (2006b) explica que existen tres variables importantes que pueden favorecer la aparición de determinadas afecciones psicológicas en los intérpretes. Estas variables son personales, situacionales y contextuales, que pueden ir desde precedentes familiares hasta el apoyo en el entorno social.

En este apartado vamos a desarrollar cuatro de los riesgos psicológicos más importantes. Estos son: el estrés, el síndrome de *burnout*, el trauma vicario y la fatiga por compasión. A la vez que se explican los diferentes riesgos, se relacionarán con alguna de las modalidades de interpretación que hemos visto anteriormente. Seguidamente, se explicarán y se identificarán algunas de las estrategias e iniciativas de prevención en situaciones que poseen un alto grado de impacto emocional. Para llevar esto a cabo, se revisarán diferentes códigos éticos y el tratamiento que dan a estas afecciones psicológicas, si es el caso.

7.1. Tipos de riesgos y presencia en cada modalidad

Los riesgos psicológicos pueden aparecer por diferentes motivos y de diversas formas. Todo dependerá de la modalidad en la que se esté trabajando y el contexto en el que se esté dando la interpretación. En este apartado analizaremos cuatro de las afecciones más relevantes y las relacionaremos con las diferentes modalidades de interpretación.

7.1.1. Estrés

La RAE define el concepto de “estrés” como la «tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves». Por otro lado, Llana Álvarez (2007; en Morales, 2015: 17) define el estrés como «reacción excepcional y no específica de adaptación y que moviliza el conjunto de los recuerdos humanos para responder a una agresión». A partir de estas reflexiones podemos definir el estrés como una reacción adaptativa que se produce en situaciones agobiantes y que generan unas respuestas físicas y emocionales.

Este estrés también puede ser positivo, como indica Márquez (2013: 30):

Es importante que como intérprete seamos conscientes de que el estrés forma parte de nuestro trabajo y que no siempre es negativo, ya que permite que los sentidos estén alerta y trabajar en las debilidades que pudieran surgir durante la interpretación (Márquez, 2013: 30).

Desde el punto de vista de la psicología podemos distinguir principalmente dos tipos de estrés, el estrés agudo y el estrés crónico. A continuación, definiremos cada uno de ellos.

Calzada *et al.* (2012: 27) define el estrés agudo como «un cuadro de carácter agudo que aparece como consecuencia de la exposición a un evento traumático». Morales (2015: 17) añade que se trata de un tipo de estrés a corto plazo que desaparece rápidamente: «La persona puede sentirlo cuando realiza algo nuevo y emocionante. Cualquier persona puede sentir estrés agudo en algún momento». En la *Guía de consulta de los criterios de diagnósticos del DSM-5TM*, de la *American Psychiatric Association* se establecen una serie de criterios o síntomas para poder detectar este trastorno. Los síntomas se clasifican en diferentes categorías, de intrusión, de ánimo negativo, disociativos, de evitación y de alerta. Para poder realizar el diagnóstico, esta asociación establece que debe haber «presencia de nueve (o más) de los síntomas» de las categorías que se han mencionado anteriormente (American Psychiatric Association, 2014: 168-169).

El segundo tipo de estrés que vamos a analizar es el estrés crónico. El estrés crónico es un trastorno que según la APA⁷ (2019) «*is constant and persists over an extended period of time, can be debilitating and overwhelming*». Con esta definición entendemos que este tipo de estrés se da durante un largo periodo de tiempo, en el que se recuerda una determinada situación o evento.

La interpretación es una profesión que, como ya hemos mencionado anteriormente, supone un desgaste emocional importante. El estrés, como explica Darías (2020: 118) «forma parte inherente de la interpretación», y es común a todas las modalidades de interpretación, ya que en todos los escenarios el intérprete está sometido a un alto nivel de estrés. En el caso de la interpretación de conferencias el primer factor estresante, según Darías (2020: 119), es el proceso cognitivo que se lleva a cabo durante la interpretación. Este proceso, tal y como expresa este autor,

⁷ Asociación Estadounidense de Psiquiatría (APA por sus siglas en inglés).

«es altamente complejo tan solo por el simple hecho de movilizar al mismo tiempo todas las competencias necesarias para su ejecución».

El mismo autor (2020) expone qué factores encuentran estresantes los intérpretes, los resultados apuntan a los oradores que en vez de pronunciar el discurso lo leen, la velocidad a la que se da el discurso, los diferentes acentos a los que se pueden enfrentar e incluso las condiciones en las que está la cabina.

La segunda modalidad en la que el estrés es un gran condicionante es la interpretación para los servicios públicos. En esta modalidad es habitual referirse al síndrome del “estrés traumático secundario” que Pearlman y McKay (2008; en Gastó, 2020: 35) define como «el proceso de cambio que tiene lugar cuando alguien cuida de personas que se han visto damnificadas, y se siente comprometido y responsable de ayudarlas». Márquez (2013) explica que muchos intérpretes tienen como estresante el no saber cómo enfrentarse o ayudar a la persona a la que están ofreciendo el servicio de interpretación. El mismo autor (2013) cree que la falta de formación respecto a cómo lidiar con situaciones difíciles afecta a la cantidad de estrés que se sufre y que, como consecuencia, puede afectar a la tarea de la interpretación.

Morales (2015) indica algunos de los estresores que se pueden dar en la ISP, como las propias características de la profesión y, sobre todo, de la modalidad de interpretación. También son importantes factores personales como las vivencias del propio intérprete, que le pueden afectar en mayor o menor medida y desarrollar una empatía con el usuario al compartir una determinada experiencia.

7.1.2. Síndrome de burnout

El síndrome de *burnout*, también llamado “síndrome de desgaste profesional” (Gastó, 2020: 37), se define como un síndrome psicológico que aparece como una respuesta a los estresores crónicos e interpersonales del trabajo (Maslach y Leiter, 2016). Maslach y Jackson (1981) definen este síndrome como «*a syndrome of emotional exhaustion and cynicism that occurs frequently among individuals who do “people work” of some kind*». Estos mismos autores destacan cómo el hecho de sufrir este síndrome puede provocar un sentimiento de reticencia hacia los usuarios, llegando a desarrollar comportamientos negativos o cínicos.

Según una publicación del INSST⁸ existen tres tipos de variables que pueden favorecer la aparición del síndrome de *burnout*. Estas variables son: individuales, sociales y organizacionales (Bresó *et al.*, 2002). Las dos primeras «pueden afectar a la *aparición* del burnout, en cambio las variables organizacionales, básicamente aquellas vinculadas al desempeño del puesto de trabajo lo *desencadenan*» (*ibid.*).

Este síndrome se puede identificar gracias al *Maslach Burnout Inventory* (MBI). Según Maslach y Jackson (1981), este cuestionario se diseñó con el fin de poder diagnosticar el síndrome de *burnout*. Las preguntas se formularon como afirmaciones sobre los sentimientos personales y las actitudes, evaluadas en una escala del 1 al 6 si se trata de frecuencia de un sentimiento o de un comportamiento, o del 1 al 7 si se trata de la intensidad.

Cordero (2013) advierte de la presencia habitual de *burnout* entre los intérpretes para los servicios públicos. Una encuesta comprobó cómo la formación que ha recibido el intérprete está muy relacionada con la afectación del síndrome de *burnout* (Cordero, 2013). También cabe destacar que en esta modalidad lo que más afecta a los profesionales de la interpretación es lo que

⁸ Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo del Gobierno de España.

se denomina “realización personal”, y que «este componente puede provocar una serie de respuestas negativas frente a sí mismo y frente al trabajo [...]» (ibid, 40).

7.1.3. Trauma vicario

El trauma vicario, según Ballesteros (2018: 16) «en interpretación, el TV⁹ se refiere a una vivencia secundaria que se percibe de forma principal por parte de terceras personas». Darroch y Dempsey (2016: 167) lo definen de una forma más general como una exposición a una sobrecarga: «is the result of exposure to demanding interpersonal work and emotionally engaging clients». Bouvier (2019) indica que en el desarrollo de la traumatización vicaria intervienen las neuronas espejo, creándose así una contaminación fisiológica y sensorial.

Ballesteros (2018) explica que la acumulación de sentimientos y reacciones negativas, como el estrés, la ansiedad o el miedo, pueden favorecer la aparición de este trauma. Estas reacciones pueden acarrear consecuencias tales como aislamiento, distanciamiento social, irritabilidad, cansancio emocional e inestabilidad, sobreprotección de los seres queridos, cinismo y desconfianza (Reyes *et al.*, 2008; en Velasco, 2022: 6).

En el ámbito de la interpretación, tal y como explica Gastó (2020: 32) haciéndose eco de otros autores: «este proceso se puede relacionar con la interpretación y con la tarea que realizan los profesionales cuando trabajan con víctimas de violencia o personas que han experimentado situaciones traumáticas en algún momento de su vida». La APA¹⁰ (2013) explica que estos cambios que se producen debido a los diferentes traumas, y que se asocian al control, la autoestima, la intimidad, etc. y los síntomas que se asocian con el estrés postraumático son fruto de la conexión o empatía que se genera con la historia del paciente.

Como hemos visto, este trauma se produce en situaciones en las que se relatan vivencias estresantes o traumáticas. Nuevamente, la modalidad que más se ajusta a esta casuística es la interpretación para los servicios públicos, por el contacto directo y prolongado con el sufrimiento del paciente (Giudici, 2019). En estos casos, el intérprete tiene que estar preparado, tener una estabilidad emocional importante y aceptar el estrés adicional que va a sufrir durante la interpretación porque el material con el que va a tratar, desde solicitantes de asilo, víctimas de abusos sexuales a menores, etc. es de alto contenido traumático (Giudici, 2019).

7.1.4. Fatiga por compasión

Fingley (1995; en Moreno *et al.*, 2013: 3) describe la fatiga por compasión como sigue:

Una respuesta al estrés que emerge de tratar con personas que necesitan ayuda y atención intensas y que se sienten en un determinado momento superadas y desbordadas por la acumulación sucesiva de casos y situaciones, lo que puede llevar a un sentimiento de fatiga y agotamiento en la propia capacidad de prestar ayuda, y a sentimientos de confusión y aislamiento en los cuidadores. (Fingley, 1995; en Moreno *et al.*, 2013: 3)

En este tipo de profesiones hay que desarrollar habilidades especiales y Campos *et al.* (2017: 123) hablan de la importancia de desarrollar una actitud empática consciente. Esta actitud

⁹ Abreviación utilizada por Ballesteros (2018) para hacer referencia al trauma vicario.

¹⁰ American Psychiatric Association.

«implica una predisposición consciente y voluntaria para comprender la posición del otro, el discurso del otro y el significado que el otro da a su discurso, sus emociones y sus vivencias».

El *Centre for Addiction and Mental Health* de Canadá recoge algunos de los síntomas que hay que tener en cuenta para poder detectar el trastorno de fatiga por compasión. A continuación, expondremos algunos de los que nos han parecido más relevantes para la investigación:

- Sentirse abrumado, desesperanzado, indefenso o sin fuerzas cuando escucha el sufrimiento de otra persona.
- Sentirse alejado de lo que le rodea o de sus experiencias físicas o emocionales.
- Empatía reducida.
- Sentirse menos efectivo o productivo en el trabajo.
- Autoaislamiento y retracción.

Como apuntan Stamm (2010; en Geiling et al., 2022: 2) la fatiga por compasión se ha conceptualizado como una combinación del estrés traumático secundario y del *burnout*. Fingley (1995), por su parte, destaca la creación de un modelo teórico de esta afección, poniendo la empatía en el centro del mismo. Este destaca que «la empatía podría llevar a algunos profesionales a absorber altos niveles de sufrimiento, siendo este el mecanismo responsable de generar el “estrés por compasión”, cuyos efectos psicológicos y fisiológicos darían lugar a la fatiga o desgaste».

Como hemos visto en los casos anteriores, el intérprete que trabaja para los servicios públicos está en un contacto constante con este tipo de situaciones estresantes. Luaces (2021: 47) explica esto de la siguiente forma:

El intérprete forma parte de los profesionales que participan en la interacción con personas que sufren trastornos psicológicos, se encuentran en un estado emocional alterado o requieren de ayuda terapéutica, por lo que es probable que también acaben sufriendo fatiga por compasión, ya que, al fin y al cabo, el intérprete es la pieza clave en el proceso de comunicación entre dos lenguas que no se entienden y trata de ayudar a que se comprendan (Luaces, 2021: 47).

7.2. Iniciativas y estrategias de prevención de situaciones de impacto emocional

Como hemos visto en los apartados anteriores, los intérpretes pueden desarrollar diferentes traumas que les pueden afectar a su labor como profesionales. A continuación, veremos qué iniciativas y estrategias de prevención existen y si aparecen contempladas en los códigos deontológicos.

La segunda acepción de la RAE para el término “prevenir” es la siguiente: «prever, ver, conocer de antemano o con anticipación un daño o perjuicio». Con esta definición podemos entender que la prevención de situaciones de impacto emocional hace referencia a conocer o reconocer las situaciones que pueden generar este tipo de traumas y actuar con antelación para poder crear estrategias y mejorar la salud mental de los intérpretes.

Campos *et al.* (2017) advierten que, la fatiga por compasión no se puede prevenir, porque es un proceso que va de la mano del proceso de ayuda. Sin embargo, sí que existen estrategias para poder reducir los efectos que se puedan producir.

Hernández (2017) destaca que existen diferentes tipos de apoyo que los intérpretes pueden recibir, a saber, apoyo de profesionales, programas educativos, programas de retiro/descanso y otros factores. Este mismo autor, basándose en Aycock y Boyle (2009), establece diferentes estrategias de prevención de la fatiga de compasión, aunque se podrían aplicar al resto de síndromes y traumas de los que se ha hablado anteriormente. Algunas de estas estrategias incluyen la búsqueda de ayuda psicológica, la formación en gestión de emociones y la planificación de diferentes jornadas de descanso.

Luaces (2021: 54) detalla una serie de estrategias positivas que se pueden poner en marcha. Entre estas se encuentran cuidar la salud física, que abarca tres elementos vitales para la salud de cualquier ser humano: el sueño, la dieta y el ejercicio físico. También se especifica la necesidad de reconocer las emociones y las reacciones que sufre el cuerpo humano al afrontar los traumas. Por último, se establecen la necesidad de atender a las necesidades sociales, espirituales y financieras.

Costa (2016) explica que los profesionales exigen confianza y confidencialidad, pero establece que «si se pide confianza, se debe apoyar a los intérpretes». En este momento entra en conflicto el código deontológico de los intérpretes. Costa (2016) también llama la atención sobre la dificultad de mantener la confidencialidad y no compartir la información, porque puede llegar a generar trastornos más graves. Esta confidencialidad está recogida en todos los códigos éticos, como por ejemplo en el artículo 2 del código de AIIC¹¹ o en el artículo 3 de ATII¹².

Costa (2016) la organización para los intérpretes es muy importante, por eso existen determinados grupos de apoyo en los que se puede hablar, aprender, y dar y recibir consejos de otros profesionales que han podido pasar por situaciones parecidas. La misma autora (2016) también explica que existe un concepto llamado “supervisión clínica”. Este término está definido por *Clinical Supervision for Nurses & Midwives* (2019) de la siguiente forma:

A formally structured professional arrangement between a supervisor and one or more supervisees. It is a purposely constructed regular meeting that provides for critical reflection on the work issues brought to that space by the supervisee(s). It is a confidential relationship within the ethical and legal parameters of practice. Clinical supervision facilitates development of reflective practice and the professional skills of the supervisee (s) through increased awareness and understanding of the complex human and ethical issues within their workplace (Clinical Supervision for Nurses & Midwives, 2019; en Steiert, 2023).

Por lo que respecta al reconocimiento de las diferentes afecciones psicoemocionales, tras consultar diferentes códigos deontológicos no se han encontrado artículos en los que se hable de los procedimientos a seguir en caso de aparición de un trauma. Tampoco se han encontrado en ellos mención a estrategias de prevención.

8. Conclusiones

El término “interpretación” es un concepto que sigue generando confusión, pese a ser la base de la comunicación multilingüe. Existen muchas modalidades, con aspectos comunes a todas ellas, pero también con características específicas que precisan un perfil formativo y profesional adaptado a sus particularidades. Pese a todo, aún continúa la falsa creencia de que casi cualquier

¹¹ International Association of Conference Interpreters (AIIC por sus siglas en francés, Association Internationale des Interprètes de Conférence).

¹² Association of Translators & Interpreters Ireland.

persona que sea bilingüe puede ejercer de intérprete. Por último, como en todas las profesiones, existen factores psicoemocionales que salen a relucir, especialmente, en los casos en los que la interpretación implica una interacción estrecha con los usuarios.

Respecto al panorama actual y perspectivas de futuro de la interpretación, hemos destacado que la historia de la interpretación se remonta a la Antigüedad, momento a partir del cual ha ido evolucionando hasta convertirse en lo que conocemos hoy en día. También es importante destacar que el contexto geopolítico actual ha favorecido el desarrollo de la profesión y ha generado nuevas necesidades y nuevos ámbitos de trabajo. También hemos revisado las diferentes modalidades entre las que se reparten los profesionales de la interpretación. Hemos podido ver las diferencias entre sí, abordando parámetros como el prestigio social de cada una de ellas o el contexto en el que se utiliza.

También hemos podido comprobar la importancia de una formación que se adapte a las necesidades actuales. Uno de los puntos clave es la formación en nuevas tecnologías. Cuando se ha analizado cada modalidad, se ha visto cómo la interpretación de conferencias, por ejemplo, necesita de una buena formación en toma de notas y en interpretación simultánea remota, como la interpretación por videoconferencia, mientras que en la interpretación para los servicios públicos es cada vez más imprescindible una formación en interpretación telefónica, por ejemplo.

Por otro lado, se ha desaconsejado el ejercicio de la función de intérprete por parte de una persona bilingüe que no ha recibido la formación necesaria para desempeñar esa profesión, una circunstancia que ha favorecido desde hace tiempo el intrusismo laboral. Esto es especialmente visible en la interpretación para los servicios públicos, donde aún sigue patente la necesidad de profesionalización y reconocimiento de la actividad, emulando a la interpretación de conferencias. La interpretación para los servicios públicos se puede dar en muchos contextos laborales, como las consultas médicas, los centros educativos, o las reuniones con los servicios sociales.

A continuación, abordamos la interpretación en situaciones de conflicto, un caso particular en el que hay varios tipos de intérpretes que se caracterizan por sus circunstancias excepcionales y que, también en este caso, muchas veces no cuentan con formación especializada. También hemos hecho mención a la interpretación en los medios de comunicación, en la que muchos de los intérpretes que la han recibido formación y, por lo tanto, son profesionales capaces de superar las dificultades. En este caso, las interpretaciones se pueden dar en eventos como galas de premios.

Otro de los puntos más importantes de este trabajo ha sido la gestión de las emociones. Hemos revisado los dos tipos de emociones fundamentales que tenemos los seres humanos, a saber, las básicas y las secundarias, y la necesidad de aprender a gestionarlas a través de diferentes técnicas. También hemos recalcado la importancia de trabajar la inteligencia emocional para reconocer y controlar nuestras emociones, y mejorar la resiliencia para poder evitar respuestas erróneas y mejorar los mecanismos de defensa. Seguidamente hemos puesto el foco en cómo las emociones están presentes en el ámbito profesional, ya que se han reconocido como parte de las competencias profesionales. Es importante destacar que, para los intérpretes, las emociones pueden ser positivas, como por ejemplo la empatía, entendida como herramienta de comunicación o negativas, y perjudicar el ejercicio de la profesión.

Seguidamente, hemos revisado los riesgos emocionales que acarrea de manera específica el trabajo del intérprete. Hemos podido comprobar a través de la revisión de la literatura sobre la materia que los intérpretes necesitan una formación especial para poder identificar los síntomas o primeros signos de los diferentes traumas o síndromes, y poder buscar soluciones a tiempo. Estos traumas aparecen por diversos factores, ya sean personales o sociales. El intérprete tiene que ser capaz de crear estrategias que le ayuden a lidiar con este tipo de afecciones psicológicas. A lo

largo del trabajo se han analizado cuatro de los síndromes y traumas más comunes, el estrés, el síndrome de *burnout*, el trauma vicario y, por último, la fatiga por compasión. Cuando se han analizado se ha establecido la modalidad en la que hay más casos, y se ha llegado a la conclusión de que los intérpretes para los servicios públicos, debido al contacto directo y frecuente que tienen con diferentes traumas y experiencias traumáticas de los usuarios, son los que más probabilidades tiene de padecer este tipo de afecciones.

Por último, encontramos las iniciativas y estrategias y el reconocimiento y abordaje de estos riesgos en los códigos éticos. Hemos visto que hay algunos síntomas que no se pueden evitar porque son inherentes a la profesión de la interpretación pero que sí se pueden paliar con el apoyo correcto. Este apoyo puede darse de diferentes formas, ya sea buscando ayuda psicológica, con formación en gestión de emociones, o gestionando días de descanso como método de desconexión. También se puede contar con grupos de apoyo en los que se pueden compartir experiencias y vivencias propias, al igual que pedir consejos y hablar libremente de los sentimientos.

Para finalizar, nos hemos interesado por el reconocimiento y la mención de dichos riesgos emocionales en los códigos éticos. Hemos podido comprobar que, hoy en día, los códigos éticos adolecen aún de falta de visibilización de estos síndromes y propuesta de estrategias de prevención y gestión de los mismos. Si bien es cierto que ha aumentado la concienciación en esta parcela, todavía es necesaria una investigación mayor y un reconocimiento tanto por parte de la sociedad, como de los proveedores de servicios y las propias asociaciones de intérpretes.

9. Referencias bibliográficas

- Abril Martí, M. I. (2006). *La Interpretación en los Servicios Públicos: caracterización como género, contextualización y modelos de formación. Hacia unas bases para el diseño curricular*. Tesis doctoral de Universidad de Granada. Disponible en: <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/1075/16235320.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (Fecha de última consulta 27 de febrero de 2024).
- Acosta Palomeque, G. R., Aviles León, B. E. y Torres Fernández, J. P. (2017). Gestión Emocional: Factor Crítico de la Competitividad Emocional en el Profesorado Universitario. En *INNOVA Research Journal*, vol. 2, (pp. 132-146)
- AENOR (2000). *Cabinas de interpretación simultánea. Características generales y equipamiento* (UNE 74162).
- AENOR (2000). *Cabinas portátiles de interpretación simultánea. Características generales y equipamiento*. (UNE 74163).
- AIIC (2022). *AIIC-Code d'éthique professionnelle*. AIIC
- Alonso Araguas, I., Páez Rodríguez, A. y Samaniego Sastre, M. (2015). *Traducción y representaciones del conflicto desde España y América. Una perspectiva interdisciplinar*. Ediciones Universidad Salamanca.
- Amato, A. y Mack, G. (2011). Interpreting the Oscar Night on Italian TV: An interpreters' nightmare? En *The Interpreters' Newsletter*, vol. 16, (pp. 37-60).
- American Psychiatric Association (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5TM*.
- Ashkanasy, N. M. y Dorris, D. D. (2017) Emotions in the Workplace. En *Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav.*, vol. 4, (67-90). <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych.032516-113231>
- ATII (2023). *Code of practice and professional ethics*. ATII
- Ballesteros, K. (2018). Trauma vicario en intérpretes. En *Revista de Letras do ISCAP*, vol. 18, (pp. 13-32). <https://doi.org/10.34630/polissema.vi18.3196>

- Beltrán, G. (2013). *El papel de la ética de los intérpretes en situaciones de conflicto*. Trabajo de fin de máster, Universidad de Valladolid.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. En *Educación XXI*, vol. 10, (pp. 61-82).
- Bouvier, G. (2019). Les traumatismes vicariants : définition, contexte et propositions de prise en charge. En *European Journal of Trauma & Dissociation*, vol. 3, (pp. 163-169). <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2019.06.004>
- Bresó Esteve, E., Salanova, M., Schaufeli, W., equipo de investigación WoNT Prevención Psicosocial y Nogareda, C. (2002). *NTP 732: Síndrome de estar quemado por el trabajo “Burnout“ (III): Instrumento de medición*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales de España. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Disponible en: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.insst.es/documents/94886/326775/ntp_732.pdf (Fecha de última consulta 7 de junio de 2024).
- Calzada Reyes, A., Oliveros Delgado, Y. C. y Acosta Imas, Y. (2012). Trastorno por estrés agudo. Presentación de un caso. En *Cuaderno de Medicina Forense*, vol. 18, 1, (pp. 27-31).
- Campos Vidal, J. F., Cardona-Cardona, J. y Cuartero-Castañer, M. E. (2017). Afrontar el desgaste: cuidado y mecanismos paliativos de la fatiga por compasión [Facing the wear: care and palliative mechanisms of compassion fatigue]. En *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*, vol. 24, (pp. 119-136). <https://doi.org/10.14198/ALTERN2017.24.07>
- Castillo, P. (2015). Interpreting for the mass media. En *The Routledge Handbook of Interpreting*, pp. 280-301. Routledge.
- Castillo, P. J. (2022). La interpretación bilateral en la radio. Entre dos niveles de comunicación. En *Círculo de Lingüística Aplicada a la Comunicación*, vol. 94, pp. 189-200). <https://dx.doi.org/10.5209/clac.87652>
- Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*.
- Cordero, M. (2016). *Prevención del síndrome “burnout” en intérpretes en los servicios públicos*. Trabajo de fin de máster, Universidad de Alcalá.
- Cuervo, A. (2016). *Deontología en interpretación. Análisis contrastivo de los códigos éticos y de conducta en interpretación de conferencias y comunitaria*. Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid.
- Darias, A. (2020). El estrés en situaciones de interpretación: un estudio comparativo entre interpretación de conferencias e interpretación para los Servicios Públicos. En *Rocznik Przekładoznawczy*, vol. 15, (pp. 118-138). <http://dx.doi.org/10.12775/RP.2020.006>
- Darroch, E y Dempsey, R (2016) Interpreter’s Experience of Transferential Dynamics, Vicarious Traumatization, and Their Need for Support and Supervision: A Systematic Literature Review. En *The European Journal of Counselling Psychology* (Vol. 4, 2), pp. 166-190. <https://doi.org/10.5964/ejcop.v4i2.76>
- El Islam Sidi Bah, N. (2015). *La prensa y la traducción e interpretación en los servicios públicos*. Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Madrid.
- Epstein, R. M. y Hundert, E. M. (2002). Defining and Assessing Professional Competence. En *JAMA* (Vol. 287), pp. 226-235.
- Fantinuoli, C. (2023). Towards AI-enhanced computer-assisted interpreting. En *Interpreting Technologies – Current and Future Trends* (pp. 46-71). John Benjamins.
- Galdeano, C. y Valiente, A. (2010). Competencias profesionales. En *Educ. quím.* (Vol. 21, 1, (pp. 28-32).
- Gallardo, M. (2023). *La figura del intérprete como mediador lingüístico en contextos de ayuda humanitaria: crisis migratoria de Canarias, Ceuta y Melilla*. Trabajo de fin de máster, Universidad de Alcalá.

- García-Beyaert, S., Bancroft, M. A., Allen, K., Carriero-Contreras, G. y Socarrás-Estrada, D. (2015). *Ethics and Standards for the Community Interpreter® An International Training Tool*. Universidad Autónoma de Barcelona. Materiales docentes Disponible en: <https://ddd.uab.cat/record/218104> (Fecha de última consulta 7 de junio de 2023).
- Gastó, M. (2020). *La gestión de las emociones en una serie de interpretación en los servicios públicos caracterizada por una alta carga emocional*. Trabajo de fin de máster, Universidad Autónoma de Barcelona.
- Geiling, A., Knaevelsrud, C., Böttche, M. y Stammel, N. (2022). Psychological distress, exhaustion, and work-related correlates among interpreters working in refugee care: results of a nationwide online survey in Germany. En *European Journal of Psychotraumatology*. (Vol. 13), pp. 1-12. <https://doi.org/10.1080/20008198.2022.2046954>
- Giudici, G. (2019). *El impacto psicológico y emocional en los intérpretes de los servicios públicos: problemas y repercusiones del trauma vicario*. Trabajo de fin de máster, Universidad de Alcalá.
- Goleman. D. (1996). *Inteligencia emocional*. Kairós.
- Han, L., Wen, Z. y Runcieman, A. J. (2023). *Interpreting as translanguaging. Theory, Research, and Practice*. <https://doi.org/10.1017/9781009375870>
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B. y Yuen, T. (2011). What Is Resilience? En *La Revue canadienne de psychiatrie* (Vol. 56), pp. 258-265).
- Jiménez Ivars, A. (2002). Variedades de interpretación: modalidades y tipos. En *Hermeneus. Revista de Traducción e Interpretación* (Vol. 4), pp. 1-15.
- Jimenez Ivars, M. A. y Pinazo, D. (2002). Aptitudes necesarias en la formación de intérpretes: Un estudio exploratorio. En *Quaderns Revista de traducción* (Vol. 8), pp. 77-97.
- Kerremans, K. (2019). Technology use by public service interpreters and translators: the link between frequency of use and forms of prior training. En *FITISPos International Journal* (Vol. 6, 1), pp. 107-122. <https://doi.org/10.37536/FITISPos-IJ.2019.6.1.211>
- Luaces, B. (2021). *El impacto psicológico en intérpretes de servicios públicos y su presencia en las distintas ramas de la profesión*. Trabajo de fin de máster, Universidad de Alcalá.
- Mahyub, B. y Martin, A. (2022). Remote Simultaneous Interpreting: perceptions, practices and developments. En *The Interpreters' Newsletter*, vol. 27, (pp. 21-42). <https://doi.org/10.13137/2421-714X/34390>
- Márquez, J. F. (2013). *Impacto psicológico. El estrés, causas, consecuencias y soluciones. Intérprete de Conferencias frente a Intérprete en los Servicios Públicos*. Trabajo de fin de grado, Universidad de Alcalá.
- Martín, T. (2021). *Perfil y función del intérprete en las instituciones de la UE. El caso de la cabina española*. Trabajo de fin de grado, Universidad de Alicante.
- Maslach, C y Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. En *Journal of occupational therapy*, vol. 2, (pp. 99-113).
- Maslach, C y Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. En *World Psychiatry* (Vol. 15), pp. 103-111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Mayoral, R. (2003). *Los cambios en la profesión del traductor o intérprete jurado en España*. En Valero, C. (ed). *Traducción e Interpretación en los Servicios Públicos. Contextualización, actualidad y future* (pp. 127-132). Comares.

- Mestre, J. M., Gutiérrez-Trigo, J. M., Guerrero, C., Guil, R. (2017). Gestión de emociones en el día a día: Potenciamos las POSITIVAS y controlemos las NEGATIVAS. Pirámide
- Morales, A. (2015). *El impacto psicológico en el intérprete*. Trabajo de fin de máster, Universidad de Alcalá.
- Moreno Jiménez, B. Carmona-Cobo, I., Blanco-Donoso y L. M., Meda, R. (2013). Trauma y Trabajo: El Estrés Traumático Secundario. Ediciones Pirámide.
- Moreno, Y. (2017). *Interpretación en zonas de conflicto: formación del intérprete de guerra*. ResearchGate.
- Paoletti, P. y Dotan Ben-Soussan, D. (2021). Emotional Intelligence, Identification, and Self-Awareness According to the Sphere Model of Consciousness. En *The Science of Emotional Intelligence*, vol. 15 (pp. 31-46).
- Peng, K. C. (2006). *The Development of Coherence and Quality of Performance in Conference Interpreter Training*. Tesis doctoral, Universidad de Leeds.
- Pinilla, G. (2017). La interpretación en los servicios públicos en España: el caso de la comunidad china en Aragón. Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid.
- Pradas Macías, E. (2004). Recorrido por la investigación del concepto de fluidez en la interpretación de conferencias. En *La Fluidez y sus Pausas. Enfoque desde la Interpretación de Conferencias*.
- Sabater, Q. (2016). *La interpretación en directo en los medios de comunicación: estudio de tres casos reales*. Trabajo de fin de grado, Universidad Pompeu Fabra.
- Selage, N. (2008). Le conferencier et son interprète : conditions de réussite ou d'échec dans la traduction simultanée et consecutive. En *Professional Communication and Translation Studies*, vol.5 (pp. 169-173).
- Skaaden, H. (2023). «Interpreter's mistake»: Why should other professions care about the professionalization of interpreters? En *The Routledge Handbook of Public Services Interpreting* (pp. 261-276). Routledge Handbook.
<https://doi.org/10.4324/9780429298202-20>
- Valdivia Campos, C. (1995). La interpretación. En *Anales de Filología Francesa*, vol. 7, (pp. 175-181).
- Valero-Garcés, C. (2006a). Comunicación interlingüística: Introducción a la traducción e interpretación. En *Formas de mediación intercultural: Traducción e interpretación en los servicios públicos* (pp. 1-34). Comares.
- Valero-Garcés, C. (2006b). El impacto psicológico y emocional en los intérpretes y traductores de los servicios públicos. Un factor a tener en cuenta. En *Quaderns. Revista de traducción*, vol. 13, (pp. 141-154).
- Valero-Garcés, C. (2006c). Traducción e interpretación en los servicios públicos. Estado de la cuestión. En *Formas de mediación intercultural: traducción e interpretación en los servicios públicos* (pp. 35-90). Comares.
- Valero-Garcés, C. (2006d). Introducción a la interpretación en los servicios públicos. Formación y práctica. En *Formas de mediación intercultural: traducción e interpretación en los servicios públicos* (pp. 161-178). Comares.
- Valero-Garcés, C. (2023). General issues about public service interpreting: Institutions, codes, norms, and professionalisation. En *The Routledge Handbook of Public Services Interpreting* (pp. 17-31). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429298202-3>
- Velasco, J. (2022). *Efectos psicoemocionales de la exposición profesional al sufrimiento humano: revisión sistemática y metaanálisis*. Trabajo de fin de máster, Universidad de Córdoba.
- Villalba, I. (2016). *La figura del intérprete, y su progresiva profesionalización, en los conflictos internacionales del siglo XX*. Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid.

- Warwick, J. y Nettelbeck, T. (2004). Emotional intelligence is...? En *Personality and Individual Differences*, vol. 37, (pp. 1091-1100). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.12.003>
- Will, M. (2020). Computer Aided Interpreting (CAI) for Conference Interpreters. Concepts, Content and Prospects. En *ESSACHESS. Journal for Communication Studies*, vol. 13, (pp. 37-71).
- Wu, G., Feder, A., Cohen, H., Kim, J. J., Calderon, S., Charney, D. S., Mathé, A. A. (2013). Understanding resilience. En *Frontiers in behavioural neuroscience*, vol. 7. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2013.00010>

Webgrafía

- Abella, V. (2023, 2 junio). Interpretación consecutiva: qué es y cuándo se necesita. VA Traducción. <https://vatraduccion.com/interpretacion-consecutiva-que-es-y-cuando-se-necesita/#:~:text=La%20interpretaci%C3%B3n%20consecutiva%20es%20una,contenido%20en%20un%20idioma%20diferente>
- Costa, B. (2019, 27 noviembre). *La psicología de las emociones en interpretación*. Trágora Formación. Escuela Profesional de Traducción e Interpretación. <https://www.tragoraformacion.com/psicologia-emociones-interpretacion/>
- Forner, P. (2010). *Cómo Controlar las Emociones: 10 Técnicas que Funcionan*. <https://habilidadesocial.com/como-controlar-las-emociones/>
- Ibanez, F. (2020, 14 abril). *Interpretación telefónica: ¿Qué es y para qué se utiliza?* Alphatrad Spain. <https://www.alphatrad.es/noticias/interprete-telefonico-para-que-se-utiliza>
- Iliescu, C. (2022). *Interpretación para los servicios públicos*. AIETI. https://www.aieti.eu/enti/community_interpreting_SPA/
- Interpretación de enlace: conexión instantánea. (2024, 23 abril). Linguaserve. <https://blog.linguaserve.com/interpretacion-de-enlace-que-es-por-que-es-mas-importante-que-nunca>
- *Is there a cost to protecting, caring for and saving others? Beware of Compassion Fatigue*. (s. f.). Centre for Addiction and Mental Health (CAMH), Canadá. <https://www.camh.ca/en/camh-news-and-stories/is-there-a-cost-to-protecting-caring-for-and-saving-others-beware-of-compassion-fatigue>
- Muzio, G. (2017, 6 noviembre). *EL CEREBRO EMOCIONAL parte II: Las emociones primarias*. BlueSmart. <https://bluesmarteurope.com/2017/11/06/el-cerebro-emocional-parte-ii-las-emociones-primarias/>
- Primalia. (2023, 24 octubre). *Interpretación consecutiva: qué es, técnicas y ejemplos*. CLINTER Traducciones E Interpretaciones. <https://clinter.es/que-es-la-interpretacion-consecutiva/>
- *Qué cualidades debe tener un buen intérprete*. Aire Traducciones (2023, 12 mayo). <https://airetraducciones.com/2017/11/08/cualidades-buen-interprete/>
- Real Academia Española (2013, 2014, 2023).
- Sabater, V. (2023, 18 diciembre). 7 técnicas de gestión emocional. *La Mente Es Maravillosa*. <https://lamenteesmaravillosa.com/7-tecnicas-de-gestion-emocional/>
- Segarro, R. (2013, 4 diciembre). *El intérprete en situaciones de conflicto*. Prezi.com. <https://prezi.com/toskl79w3pnu/el-interprete-en-situaciones-de-conflicto-completo/>
- Silgado, S. (2021). *Emociones secundarias: cuáles son, características y ejemplos*. Psicología Online. <https://psicologia-online.com/emociones-secundarias-cuales-son-caracteristicas-y-ejemplos-5517.html>
- Solomon, R. C. (2024, 16 mayo). *Emotion | Definition, Examples, Scope, Structures, & Facts*. Encyclopedia Britannica. <https://www.britannica.com/science/emotion>

- Sousa, T. (2019, 16 enero). *¿Qué es el voice-over?* Tatutrad Traductores. <https://tatutrad.net/que-es-el-voice-over>
- Steiert, J. (2023, 30 enero). *Understanding Clinical Supervision. On The Record.* ANMF, Australian Nursing and Midwife Federation. <https://otr.anmfvic.asn.au/articles/understanding-clinical-supervision/>
- *Stress won't go away? Maybe you are suffering from chronic stress.* (2022, 1 noviembre) American Psychological Association. <https://www.apa.org/topics/stress/chronic>
- Tiros, O. (2021, 29 junio). *La interpretación ¿Qué es ser intérprete?* Tomedes. Blog de traductores. <https://es.tomedes.com/blog-de-traduccion/la-interpretacion-que-es-ser-interprete>
- User-Cblingua. (2023, 28 agosto). *La labor del intérprete en los medios de comunicación.* CBLingua. <https://cblingua.com/la-labor-del-interprete-en-los-medios-de-comunicacion/>

Otras fuentes

- AENOR (2000). *Cabinas de interpretación simultánea. Características generales y equipamiento* (UNE 74162).
- AENOR (2000). *Cabinas portátiles de interpretación simultánea. Características generales y equipamiento.* (UNE 74163).
- Association Internationale des Interprètes de Conférence (AIIC) (2022). *Code d'éthique professionnelle.*
- Association of Translators and Interpreters Ireland (ATII) (2023). *Code of practice and professional ethics.*