

Promoción de la resiliencia en el ámbito policial: análisis sobre los factores de riesgo y de protección

Promotion of resilience in the police field: analysis of risk and protection factors

 **Miguel Ángel Arias Valdiviezo**¹
miguel_arias_1973@hotmail.com

 **Luis Daniel Solis Ormeño**²
danielxstu@hotmail.com

 **Wilmer Alberto Rojas Colan**³
rojawal@hotmail.com

Escuela de Posgrado de la Policía Nacional del Perú, (Perú)^{1,2,3}

Autor correspondal: Miguel Ángel Arias Valdiviezo miguel_arias_1973@hotmail.com

Resumen

La resiliencia es un constructo que hace referencia a la capacidad de resistencia de las personas para desarrollan de manera positiva y tener éxito en la vida a pesar de estar en condiciones de crisis o adversidades. Sin embargo, no todas las personas desarrollan por igual, ni al mismo tiempo, ni en las mismas condiciones esta capacidad, es decir, hay personas más resilientes que otras, algunas que superan las adversidades con mayor facilidad, mientras hay otros que se complican ante situaciones similares. En este artículo de revisión narrativa, el objetivo es sintetizar y reflexionar sobre los factores protectores y factores de riesgo de resiliencia en el personal policial según los reportes de la literatura científica. Los diferentes estudios encontrados, concuerdan en citar que los factores protectores de mayor prevalencia son: iniciativa, autoestima consistente, moralidad, engagement, perseverancia, control de impulsos, apoyo familiar, etc. Y como factores de riesgo, el agotamiento, estrés, ansiedad, depresión, consumo de alcohol, entre otros. Estos hallazgos permiten concluir que, hay una necesidad de intervenir y promover en el personal policial, aspectos relacionados con el bienestar, físico, personal y social para minimizar condiciones de riesgo que afecten la salud mental.

Palabras clave: resiliencia; factores protectores; factores de riesgo; salud mental.

Abstract

Resilience is a construct that refers to people's capacity for resistance to develop positively and be successful in life despite being in conditions of crisis or adversity. However, not all people develop this capacity equally, nor at the same time, nor under the same conditions, that is, there are more resilient than others, some who overcome adversity more easily, while there are others who become more complicated when faced with it. similar situations. In this narrative review article, the objective is to synthesize and reflect on the protective factors and risk factors of resilience in police personnel according to reports from the scientific literature. The different studies found agree that the most prevalent protective factors are initiative, consistent self-esteem, morality, commitment, perseverance, impulse control, family support, etc. And as risk factors, exhaustion, stress, anxiety, depression, alcohol consumption, among others. These findings allow us to conclude that there is a need to intervene and promote in police personnel aspects related to physical, personal, and social well-being to minimize risk conditions that affect mental health.

Keywords: resilience; Protective factors; risk factor's; mental health.

Introducción

En el latín el término resiliencia significa volver hacia atrás, volver de un salto o rebotar (Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla, 1997). De esta manera, la resiliencia hace referencia a la resistencia de los cuerpos para volver a su estado natural luego de estar expuestos a condiciones de presión o cambio. En las ciencias humanas, la resiliencia consiste en la capacidad de las personas para desarrollarse con normalidad luego de estar expuestos a condiciones de adversidad como enfermedades mentales, pobreza, conflictos interpersonales, y otros (Masten et al., 1999; Rutter, 1985, 1987).

Es decir, que la resiliencia es una cualidad de algunas personas que a pesar de vivir en condiciones adversas o en situaciones de riesgos psicosociales como estrés y ansiedad, soledad, incluso la pérdida de algún ser querido o catástrofes naturales, tienen la capacidad de sobreponerse y transformar su realidad en ambientes más positivos y crecimiento de sí mismo (Jerez, 2017; Infante, 2005). En palabras de Lascano y Pliego (2001), la resiliencia, constituiría una lucha permanente para conseguir la felicidad, la autorrealización, lo cual implica superar dificultades y problemas que se presentan en la vida cotidiana. Kotliarenco et al. (1997), señalaba, que la resiliencia, abre un abanico de posibilidades, en tanto que, enfatiza en las fortalezas y aspectos positivos que están en la biología del ser humano y minimiza las condiciones o pensamientos que mantienen a las personas en el riesgo, catástrofes o enfermedades mentales, posibilitando un crecimiento más sano.

Desde la perspectiva del personal Policial, la resiliencia se constituye como uno de los pilares más importantes debido a que, lo hombres de la fuerza pública deben fortalecer durante toda su actividad profesional, una autoestima consistente, empatía con sus semejantes y al mismo tiempo, cuidar su bienestar físico, personal y social. Estas habilidades que en otro contexto son conocidos como habilidades socioemocionales, estaría dentro de lo que se llama la resiliencia comunitaria. Para este conjunto de hombres y mujeres que a diario asumen una responsabilidad

de defender a la nación y al pueblo, la resiliencia no solo debe ser entendida como un término, sino un camino que guía, cuando la violencia y el flagelo agobia el bienestar colectivo (Torres, 2012).

La importancia de realizar un estudio en el ámbito de la policía es que la resiliencia no solo debe entenderse como una forma de salir fortalecidos de una crisis, sino, como una acción preventiva para tener mejores relaciones a nivel colectivo. Quiere decir, que la resiliencia debe entenderse como una respuesta preventiva a nivel global, tanto para los agentes de seguridad y orden como para la sociedad, no solo para minimizar los factores de riesgo, sino, sobre todo, para promocionar la salud integral y el bienestar emocional para todos. Por ello, el desafío actual es analizar las vivencias, sentimientos y emociones de los y las policías considerando los recursos para alentar a promover la resiliencia en aquellos contextos en donde se suscita la crisis.

Sin duda todas estas investigaciones y acciones de la promoción de la resiliencia en el ámbito policial, también genera en todos los involucrados un grado de conocimiento sobre las propias capacidades y potencialidades humanas, al margen de solo estudiar las carencias, limitaciones, daño, trauma o las enfermedades como tradicionalmente se hacen (Álvarez y López, 2018). Según Suárez (2005), trascender en las propias capacidades y habilidades de las personas o grupos para salir adelante, implica al mismo tiempo, un cambio de paradigma para enfrentar las adversidades. Para una persona, una familia o una comunidad, una mirada positiva de la adversidad, una tragedia o una crisis, puede significar un desafío para movilizar las capacidades solidaria y emprender procesos de cambio y renovación para la reconstrucción social.

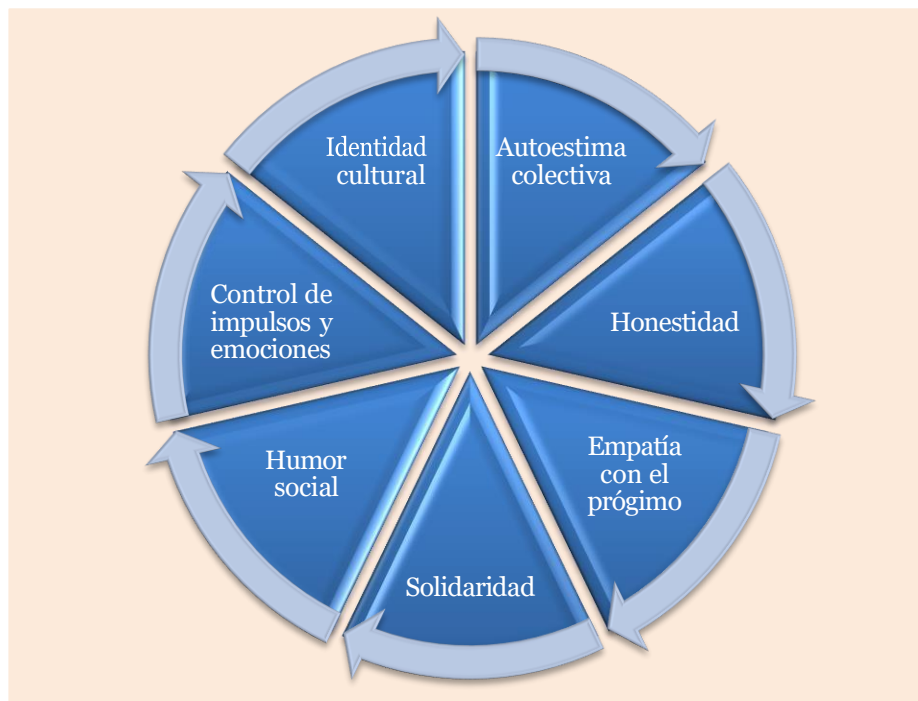
La resiliencia y factores protectores

Desde los factores de protección se considera que la resiliencia es más bien una fuente de inspiración para la labor y la vida, una visión positiva para aprender de las propias experiencias y vivencias. De esta manera, una forma de proteger a las personas, sobre todo al personal policial, de enfermedades socioemocionales sería enseñarles a desarrollar otros recursos simbólicos como el humor, creatividad, introspección, capacidad de relacionarse e independencia para mantener los lazos sociales y grupales, reduciendo significativamente los índices de estrés y ansiedad (Daza et al., 2021; Sánchez-Teruel y Robles-Bello, 2014). Según Rodríguez (2005), la resiliencia es más que ponerle bonita cara al mal tiempo, es sobre todo un recurso creativo que permite encontrar respuestas nuevas, innovadores u originales a situaciones que no parecían tener salida.

Para los y las policías servir al país debe ser un llamado a la alegría y al humor. Sin hacer referencia específicamente al cuerpo de policías, Rodríguez (2005) describe que el humor es un recurso resiliente comunitario y tiene un efecto positivo incluso en las guerras, “el arte de nuestros enemigos es desmoralizador, entristece a los pueblos. Los pueblos deprimidos no vencen. Por eso venimos a combatir por el país alegremente. Nada grande se puede hacer con la tristeza” (p. 115). Este es una muestra de que en el plano político, económico y social, la alegría, el humor, la creatividad y la narrativa son factores importantes de resiliencia.

Figura 1

Pilares de la resiliencia en el ámbito policial



Nota. Los pilares de resiliencia en el ámbito de policial asocian lo personal con lo colectivo, considerando que están vinculados con el servicio a la colectividad y al mismo tiempo marcado por las estructuras de poder.

La resiliencia y factores de riesgo

El personal policial enfrenta diferentes eventos estresantes durante su actividad de servicio, por tanto, dar a conocer esta problemática es importante para brindar soporte como acción preventiva. Algunos resultados (Calvo et al., 2022; Marquina y Benavides, 2021; Morales et al., 2023), han evidenciado que aproximadamente la mitad del cuerpo policial en diferentes contextos presentan altos niveles de estrés, peor salud, bajos niveles de engagement (Talavera-Velasco et al., 2021), y también niveles significativos de agotamiento, los mismos que tienen relación inversa con la resiliencia (Rojas, 2014).

Estos factores, son los que no permiten desarrollar de manera adecuada las capacidades resilientes en el cuerpo de policías, en la medida que, las sociedades contemporáneas se han convertido en sociedades de riesgo (Beck, 1998), en donde la inseguridad y los peligros sobrepasan a la seguridad y al bienestar social. A este fenómeno, Gampel (2002) lo ha denominado “el dolor social”, definido como, el padecer originado en las relaciones humanas en su conjunto. Sin embargo, estos factores pueden ser pilares de resiliencia si el sujeto que lo padece decide movilizarse.

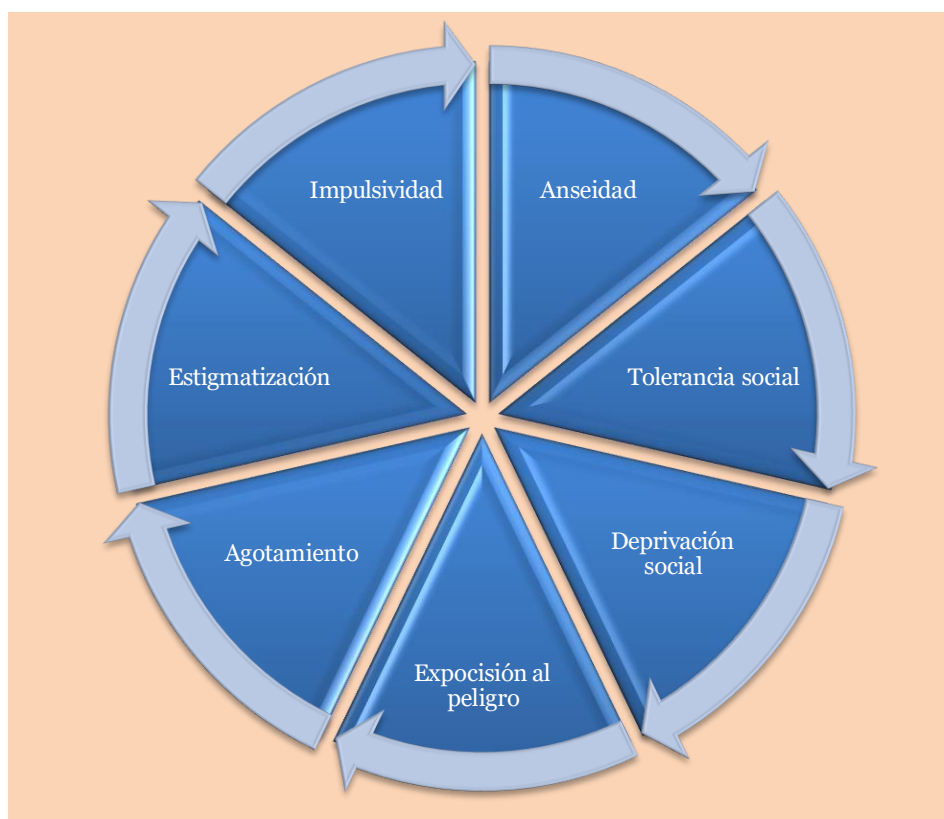
Promoción de la resiliencia en el ámbito policial: análisis sobre los factores de riesgo y de protección

John Locke (1690, como se citó en Jaramillo, 2005), textualmente menciona que: el motivo que nos impulsa a permanecer en un mismo estado o a continuar en una misma acción es la satisfacción que encontramos en ello; y que el motivo que nos impulsa a cambiar siempre es un malestar, pues nada nos impulsa a alterar un estado o a emprender una nueva acción que no sea un malestar (p. 238).

Las condiciones adversas y estresantes siempre van a estar presentes en el ser humano, son estas condiciones las que permiten buscar el cambio y una nueva adaptación. Por ello, la resiliencia más que un estar, es un ser. En palabras de Jaramillo (2005), la resiliencia es un proceso, un devenir del ser humano que inscribe su desarrollo en un medio y escribe su historia en una cultura. Para Cyrulnik (2002), en estas condiciones, la resiliencia se aparece más a un oxímoron, entendida como una forma de asociar conceptos opuestos y construir una distinta. “La maravilla del dolor” “el claroscuro de la vida” “ponerle bonita cara al mal tiempo”, etc., en donde los conceptos negativos actúan como movilizadores de capacidades creativas y solidarias para iniciar un proceso de renovación interno.

Figura 2

Factores de riesgo de resiliencia en el personal policial



Promoción de la resiliencia en el ámbito policial: análisis sobre los factores de riesgo y de protección

Conclusiones

La resiliencia es un antídoto contra el estrés, la ansiedad, el sufrimiento, el dolor y cualquier problema socioemocional; es un aporte al cambio de paradigma epistemológico, dado que considera al ser humano como agente de su propia ecología. Esta capacidad no está en los genes, sino más bien, se encuentra en las ideas y ambiciones de cada uno y en los lazos sociales que se construye a lo largo del ciclo vital. Por ello, existen ciertos factores que promueven la resiliencia tanto a nivel personal como colectivo. El cuerpo policial, al tener una labor de servicio a la colectividad, desarrolla una simbiosis entre el registro cultural y lo psicológico y es en ese espacio en donde se produce la resiliencia repensada entre las capacidades del sujeto y el soporte social. Es ahí mismo también, en donde se pueden entretejer la crisis y la esperanza para construir sociedades más justas.

Referencias

- Álvarez, Y. P., & López, Y. E. (2018). Diferencias en la intervención en crisis de personas resilientes y no resilientes. *Revista Electrónica Psyconex*, 10(16), 1-12.
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/334743>
- Beck, U. (1998). *La sociedad del riesgo. Hacia una nueva modernidad*. Paidós,
- Calvo, B., Rueda, S., y García, J. M. (2022). Diferencias generadas por los turnos de trabajo en el estrés y temperamento: Cuerpo Nacional de Policía. *Retos*, 46, 452-457.
<https://doi.org/10.47197/retos.v46.90070>
- Castillo, D., Ovalle, L., & Oyola, P. (2018). La resiliencia como estrategia de afrontamiento ante el estrés postraumático en combatientes. *Revista Enfoques*, 2(2), 83-90.
<http://dx.doi.org/10.24267/23898798.248>
- Cyrułnick, B. (2002). *El murmullo de los fantasmas. Volver a la vida después del trauma*. Barcelona: Gedisa
- Daza, J., Cárdenas Quijano, C., Cárdenas Beltrán, J. M., Nieto Aldana, J. C. & Lopera Sánchez, J. J. (2021). Impacto del entrenamiento en resiliencia y manejo del estrés: estudio de caso en la Policía Nacional de Colombia. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 13(1), 96-115.
<https://doi.org/10.22335/rlct.v13i1.1323>
- Gampel, T.R. (2002). *Los usos terapéuticos del Aloe vera* Jornada de Fitoterapia y Etnobotánica. Jardín Botánico de Madrid

- Infante, F. (2005). La resiliencia como proceso. Una revisión de la literatura reciente. En A. Melillo, E. N. Suárez. (Comp.). *Resiliencia descubriendo las propias fortalezas*. Paidós.
- Jaramillo, A. (2005). Resiliencia social y educación superior. En A. Melillo, E. N. Suárez y D. Rodríguez (Comp.). *Resiliencia y subjetividad. Los ciclos de la vida*. Paidós.
- Jerez, P. (2017). *Resiliencia en cuidadores de enfermos de Alzheimer*. Universidad de Jaén.
- Kotliarenco, M. A., Cáceres, I. & Fontecilla, M. (1997). *Estado del arte en resiliencia*. Organización Panamericana de la Salud.
- Lascano, R. y Pliego, M. (2001). *Cultura andina y espiritualidad*. Mimeo.
- Losada, A. V., Otero, M. V. (2016). Pilares de resiliencia en policías, ante una discapacidad física adquirida en acto de servicio. *Ajayu*, 14(2).
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/12371>
- Marquina-Lujan, R. J., & Benavides-Román, A. M. (2021). Estrés y actitudes resilientes en el personal de la Policía Nacional del Perú frente a la pandemia causada por el covid-19. *Revista ConCiencia EPG*, 6(2), 132 - 142.
<https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-2.9>
- Masten, A.S., Hubbard, J.J., Gest, S.D., Tellegen, A., Garmezy, N., & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11(1), 143 - 169.
<https://doi.org/10.1017/S0954579499001996>
- Morales, C. F., Villacís, J. E., Jurado, D. E., & Gabela, E. S. (2023). Estrategias de afrontamiento y resiliencia en cuidadores de la ciudad de Quito. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(2), 155–170. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.601>
- Rodríguez, D. (2005). Sobre la necesidad de especificar un nuevo pilar de la resiliencia. En A. Melillo, E. N. Suárez y D. Rodríguez (Comp.). *Resiliencia y subjetividad. Los ciclos de la vida*. Paidós.
- Rojas, B. (2014). *Relación entre apoyo social, resiliencia, personalidad y síndrome de burnout en policías del municipio Baruta* [Trabajo de licenciatura en psicología. Universidad Católica Andres Bello, Caracas]. Venezuela.
<http://biblioteca2.ucab.edu.ve/anexos/biblioteca/marc/texto/AAS9139.pdf>

- Rutter M. (1985). Resilience in the face of adversity. Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *The British journal of psychiatry: the journal of mental science*, 147, 598-611. <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>
- Rutter M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *The American journal of orthopsychiatry*, 57(3), 316-331. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Sánchez, D., y Robles, M. A. (2014). Personalidad y resiliencia en un cuerpo especial de la Policía Nacional de España. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 30(2), 75-81. <https://doi.org/10.1016/j.rpto.2014.06.003>
- Talavera-Velasco, B., Luceño-Moreno, L., García-Albuérne, Y., y Martín-García, J. (2021). Salud Percibida, Resiliencia y Compromiso en Policías Españoles durante la Pandemia por COVID-19. *Psicothema*, 33(4), 556-563. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/17454>
- Torres, C. A., (2012). La resiliencia y su influencia en los policías víctimas del conflicto armado en Colombia. *Revista Logos, Ciencia & Tecnología*, 4(1), 137-141. <https://doi.org/10.22335/rict.v4i1.176>