

# Una aproximación a las enfermedades profesionales del policía

*El artículo presenta la sintomatología más característica de algunas de las enfermedades policiales más extendidas, a partir de estudios llevados a cabo en las policías de los países industrializados. Destaca especialmente el síndrome del "quemado" (burnout) y las principales estrategias preventivas y asistenciales.*

Carmen BRUFAO CURIEL

## Introducción

“¿Qué le ocurre a la Policía?” Esta pregunta tiene fácil respuesta: “Nada que no le ocurra a los demás”. Ante la cara de asombro que suscita esta respuesta de la propia Policía, se añade: “A un funcionario se le puede traspapelar un documento oficial y a un policía se le puede disparar un arma”. Ambas situaciones van seguidas de consecuencias bastante diferentes y de proporciones dispares. Bien. Los policías viven situaciones conflictivas que no todo ser humano es capaz de llevar con normalidad. A todos nos pasan cosas que pueden afectarnos emocionalmente, unas veces las llevamos bien y otras veces no tanto. Pero en ocasiones, además, hay que pasar por la vida con otro saco a cuestas, con cargas derivadas de la labor profesional. Unos más que otros, no solamente los policías, también los profesores, médicos, ejecutivos... son distintos grupos profesionales que acusan problemas derivados del ejer-

cicio de su trabajo, profesiones generalmente en contacto con la dimensión humana en toda su extensión, en una relación de “tú a tú” muy cercana. El éxito de su trabajo se escapa a veces de las manos, no son elementos tangibles, depende de la reacción de la otra persona, sujeta a elementos de vulnerabilidad, dependiente de simples percepciones.

El policía moderno lo sabe y quiere acortar distancias entre él y esta carga que provoca el cansancio profesional. ¿Ser policía incluye saber disparar dando en el blanco y desalojar un poblado gitano sin inmutarse ante los gritos desgañitados de sus habitantes?

Existe una preocupación dentro del gremio de los policías por analizar qué ocurre, por qué y sus posibles soluciones. Este interés no es reciente y no sucede solamente entre nosotros. Las policías de distintos países realizan estudios internos que arrojan similares resultados, ya que básicamente la labor ejercida es la misma en Espa-

ña, en Francia, Inglaterra, Canadá o cualquier otra nación. Veamos qué ocurre.

### ***Trastornos derivados del trabajo policial***

El gremio policial, por las duras condiciones de su trabajo, está expuesto diariamente a efectos negativos que pueden llegar en algunos casos a perturbar y modificar su personalidad, sus hábitos sociales, sus relaciones con el entorno, así como puede quedar dañar su labor profesional.

Son situaciones de estrés, producidas por el paso de los años en el servicio, por situaciones dramáticas (tiroteo, muerte de un compañero, herida física, etc.). Son acontecimientos que pueden provocar en estos profesionales tensiones y angustias; la forma óptima de encauzar el estrés sería la aceptación de su profesión con sus pros y sus contras, una buena asimilación de los momentos tristes y negros. Evidentemente esto no siempre ocurre así, por lo que el policía puede derivar sus angustias y temores de dos formas. Por una parte creando a su alrededor una coraza aislante que le lleva a ser un sujeto pasivo, un "pasota", se endurece, se siente quemado (en inglés el término utilizado es "burnout"). Las personas que están a su alrededor, como consecuencia de esto, notan su aislamiento y el rendimiento en el trabajo empieza a descender debido a la falta de motivación. En general son los demás los que acusan el efecto de la coraza impenetrable. Ellos

realmente no sienten que les ocurra nada, por lo que no acuden a solicitar ayuda de ningún tipo. Por otro lado, el sujeto puede reaccionar con trastornos personales: dolencias de origen psicosomático, cuadros depresivos, psicosis, neurosis.... En estas situaciones los policías acuden a servicios médicos o sociales y son ellos los principales afectados por el problema.

Existe un tanto por ciento más elevado de procesos de endurecimiento que de trastornos personales, debido a las características personales de las personas que integran las fuerzas del orden. En los procesos de selección de la policía los candidatos más adecuados son aquellos que destacan por una personalidad estable y por la extroversión; pero la otra cara de la moneda es que son personas poco vulnerables y que reaccionarán construyendo corazas ante las situaciones difíciles de su trabajo. Por este motivo lo que se intenta es que se produzca un fenómeno de "sensibilización" a lo largo del entrenamiento y formación, para evitar el endurecimiento al que están expuestos por sus condicionantes personales y laborales.

### ***Endurecimiento profesional***

Como ya he apuntado es uno de los efectos a largo plazo sufridos por los integrantes de las fuerzas policiales y derivado de su ejercicio profesional. Son hombres y mujeres con un sistema de valores muy marcado y un sentido del deber muy estricto. Al co-

mienzo de su carrera manifiestan un compromiso muy profundo, pero con el transcurso del tiempo comienzan a sentir frustraciones que llegan a atormentarles en el desarrollo de su profesión. Puede ocurrir que algunos policías intenten convivir con este estrés, liberándose de él en parte y atenuando sus reacciones. Poco a poco acaban por convertirse en personas indiferentes y despreocupadas, agotadas físicamente, deprimidas y cínicas. Este cinismo hace referencia al endurecimiento emocional que llegan a desarrollar y que no es beneficioso para el trabajo ni para la vida familiar. Crean un escudo de protección contra tanto ataque que termina siendo perjudicial.

Aunque resulte extraño los policías más ilusionados y comprometidos con su profesión son los que están expuestos con mayor intensidad al "síndrome del quemado". Los especialistas en la materia como Nielsen y Horn (EEUU) coinciden en que existen componentes físicos, psicológicos y de comportamiento en el agotamiento profesional. Este síndrome se desarrolla en el seno de un complejo dinámico y activo de múltiples intercambios entre una persona y su entorno laboral. El policía es un mediador social, es un agente de cambio social que está en contacto con distintos sectores sociales conflictivos. Este entorno les lanza mensajes negativos, que el policía tiene que ir asimilando y analizando, de tal manera que no dañe su cuadro de trabajo para el que ha sido preparado. Nos damos cuenta que no es fácil y así existe el riesgo de que entre en una espiral que comprende tres etapas y que, en estudios

comparados en distintos países, vemos que arrojan similares conclusiones (Véase CHARNIS, C.):

- En primer lugar aparece un desequilibrio entre los recursos individuales y organizativos frente a las exigencias de trabajo.
- Este desequilibrio conduce a respuestas de naturaleza emocional (ansiedad, fatiga, agotamiento).
- Se generan cambios en las actitudes y los comportamientos del individuo.

El "quemarse" sólo constituye una de las respuestas posibles del policía frente a las demandas excesivas de adaptación que le impone el trabajo. Estas respuestas son muy variadas, dependiendo de los diferentes factores biológicos, psicológicos y sociales del individuo.

La decepción y la frustración por un trabajo realizado y no recompensado por parte de la sociedad, de los mandos superiores, problemas con los ascensos, las subidas de sueldo, los honores y medallas, los reconocimientos a deshora... pueden desembocar en la apatía y en la idea de que su trabajo no les aporta nada y que no sirve para nada, pueden llegar a la sensación vacía y hueca de que son seres inútiles e incompetentes. Se puede llegar a una fatiga física y emocional que acerca al sujeto una percepción negativa de sí mismo y actitudes negativas frente al trabajo y a los usuarios del servicio.

Los síntomas del agotamiento profesional más comunes quedan reflejados en el cuadro 1.

Los indicadores del "burnout" se presentan en distintos niveles de gra-

**Cuadro 1.**  
**Síntomas del agotamiento profesional**

sentimientos	dolores físicos	campo personal	campo social
insatisfacción	insomnio	alcohol	retraining
irritabilidad	úlceras estomacales	medicamentos	aislamiento
rigidez	dolores de espalda	problemas con hijos	absentismo
	migrañas	problemas de pareja	problemas de moral

vedad, desde dolores físicos hasta depresiones que llevan al absentismo total. Un estudio realizado por las Fuerzas Policiales Australianas han revelado que el estrés puede afectar al individuo en cuatro niveles dependiendo de su intensidad (*The Police Journal*, 1993). Estos niveles son:

- *Nivel Uno:* Estrés temporal caracterizado por aumento de la presión sanguínea y cambios metabólicos.
- *Nivel Dos:* Irritabilidad, ansiedad, tensión, dificultad para la concentración, síntomas del Nivel Uno de forma más intensa.
- *Nivel Tres:* Dolores de cabeza, problemas estomacales, dolores en el pecho.
- *Nivel Cuatro:* Úlceras, alcoholismo, adicción a drogas, ataques al corazón.

Estos niveles se obtuvieron de una encuesta con 3.387 cuestionarios, de los cuales se contestaron 1.929 (58% del total), tomando en cuenta entre las variables la edad, el sexo, el distrito de trabajo, el rango, la ocupación, nivel educativo, etc. En dicho estudio se concluyó que muchos policías creen que su trabajo tiene efectos negativos en su vida social y familiar. Se dividieron en cuatro grupos según la

incidencia negativa y se llegó a constatar que un 19% del total sufría cierta tensión laboral que influía negativamente en la vida familiar; un segundo grupo (34%) no mostraba ningún síntoma; el tercer grupo, integrado por un 16%, informó que sufrían una fuerte tensión en el trabajo pero que por el contrario no influenciaba negativamente en su vida; finalmente el 4º grupo, el 31% de la muestra, soportaba altos niveles de tensión en el trabajo y éste ejercía influencias negativas sobre actividades sociales.

Quedaron así definidos los cuatro grupos de la siguiente manera:

- Grupo de impacto personal (19%).
- Grupo no estresado (34%).
- Grupo físicamente estresado (16%).
- Grupo estresado (31%).

El grupo que sufre las mayores consecuencias negativas es bastante numeroso, y de ahí que constituya un tema para analizar y estudiar con profundidad, por la importancia del mismo y por los beneficios que podemos recibir todos los ciudadanos.

Este estrés o agotamiento es un tema que afecta a todos los países y por lo tanto son numerosas las investigaciones que sobre el tema se desarrollan. En Canadá (Quebec) *La Gace-*

## Una aproximación a las enfermedades profesionales del policía

ta de la Gendarmería Real, en su nº 4 reveló que los policías de las patrullas y los investigadores constituyen la categoría de guardianes del orden más expuestos al "burnout". Son personas que quieren ayudar a los demás, son idealistas y dinámicos, llenos de buenas intenciones. Se involucran en la relación con el público y los problemas que se viven; como consecuencia de ello se produce un estrés emocional considerable y algunos policías inician un proceso de protección. En primer lugar se comprometen menos, reduciendo su sufrimiento, se desprenden emocionalmente de las situaciones dramáticas a las cuales se enfrentan. Con el paso del tiempo comienzan a sentirse culpables, a avergonzarse de sus actitudes: la espiral del agotamiento profesional comienza a aparecer en escena.

Michel OLIGNY, el autor del estudio, comprueba que de un total de 2.300 policías repartidos en veintinueve puestos diferentes, el 37% tenía problemas conyugales, el 23% sufría problemas de alcoholismo, el 20% tenía hijos con problemas emocionales, el 10% hacía uso de los fármacos y tranquilizantes y el 36% tenía problemas de salud. La incidencia del divorcio es más elevada en este grupo profesional, quedando demostrada la influencia negativa de la dura vida del policía sobre las relaciones familiares y de pareja; la presión dura y continua del trabajo policial y quizás una vida familiar no orientada adecuadamente a esta situación influyen a la hora de enfocar un soporte familiar consistente y que proporcione una ayuda eficaz.

El interés creciente que existe en España ha llevado a algunos estudios sobre el tema. Una reciente tesis doctoral (CALVÉ PÉREZ, 1992) sobre esta cuestión recoge las siguientes conclusiones:

- Los policías constituyen uno de los grupos profesionales con mayor frecuencia de suicidios (no únicamente en España sino en otros muchos países).
- Los comportamientos de abuso de alcohol, como modo de evasión, representan uno de los problemas de salud más importantes y sitúan a los policías entre los grupos profesionales con un consumo más elevado.
- Las prevalencias que se encuentran de trastornos de ansiedad y depresión son más altas que en la mayoría de los otros grupos profesionales.
- En bastantes poblaciones estudiadas el grupo de los policías presenta más problemas de salud que otros grupos profesionales.
- La mayoría de los estudios refieren unas tasas de divorcios y de problemas matrimoniales graves, superiores a las de otros grupos profesionales.

El estudio se realizó a partir de una muestra a 1.792 sujetos (todos ellos miembros del Cuerpo Nacional de Policía en distintas escalas). Los resultados se compararon con muestras obtenidas de la población general, los índices de alcohol arrojados por la muestra queda reflejado en el cuadro 2.

Las conclusiones de este estudio revelan que los tres problemas de salud más frecuentemente expresados por este colectivo son por este orden:

**Cuadro 2.**  
**Indicadores de alcoholemia**

<b>bebedor</b>	<b>%muestra</b>	<b>%población general</b>
no bebe	5,5%	20%
ligero (25 c.c.)	33,0%	30%
moderado (25-50 c.c.)	22,0%	23%
alto (50-100 c.c.)	23,5%	20%
excesivo (100 c.c.)	16,0%	7%

lumbago, trastornos de estómago y problemas de nervios. Por otro lado las quejas expresadas en relación al padecimiento de síntomas psiquiátricos inespecíficos (tensión nerviosa, insomnio, cansancio...) y la propia auto-percepción de padecer "problemas de nervios" suponen un porcentaje que doblan al encontrado para la prevalencia probable de trastornos psiquiátricos. En el segundo de los casos representa un 17.4% del total de los sujetos estudiados y es superior al que suele encontrarse en la población general de igual sexo y edad.

El porcentaje de sujetos que consume habitualmente algún tipo de psicofármacos (franquilizantes, antidepresivos) resulta semejante al encontrado en la población española (de igual sexo y edad). Por el contrario en el consumo de alcohol encontramos que el porcentaje de bebedores excesivos es muy superior al que se encuentran en la población general, ajustada por sexo y edad, y constituye el principal problema de salud de los policías.

### ***Perfil del policía estresado***

Se ha llegado a establecer una tipología de personalidad que reúne aquellos rasgos que hacen a un sujeto ser más vulnerable a padecer el agotamiento profesional. Los sujetos que presentan de forma adecuada algunos rasgos de la siguiente lista son más propensos a padecer estrés y enfermedades coronarias:

#### *1) Baja tolerancia a la frustración.*

La frustración forma parte de la vida diaria en la medida en que nunca podemos conseguir que las cosas sean exactamente como deseamos; así, esto implica que alguna vez debemos renunciar a muchas de nuestras expectativas. Las personas que difícilmente asumen los hechos considerados como frustrantes crean interiormente una tensión excesiva.

*2) Inseguridad.* Todo lo realizan bajo la tensión propia de quien teme estar haciéndolo mal, y además deben esforzarse al máximo para ocultar a los demás sus fallos e imperfecciones. Dudan de todo, siendo muy difícil hacer cualquier tipo de elección, cual-

quier simple hecho puede ser motivo de estrés.

3) *Afán excesivo de competitividad*. Es propio de quienes continuamente se marcan metas con criterios que tienen que ver más con la necesidad de superar a los demás que de hacer bien lo que tienen entre manos. Suelen llevar esto a todas las facetas de su vida, transformándolo todo en una competitividad.

4) *Maquiavelismo*: tendencia a manipular y persuadir a los otros para iniciar un control en todas las situaciones de grupo y ser "un ganador".

5) *Perfeccionismo exagerado*: estos sujetos desean hacerlo todo muy bien sin permitirse ningún fallo; por lo tanto se encuentran enfrentados a una tensión constante, sin permitirse jamás lo que para ellos es una debilidad. Continuamente trabajan y se esfuerzan al cien por cien de sus posibilidades; poco a poco van desgastándose y, aunque se sientan cansados, no pueden permitirse jamás la debilidad de demostrarlo.

6) *Necesidad de adaptación*. Para ellos es más importante que los demás aprueben sus actos que estar de acuerdo y satisfechos con las cosas bien hechas ante uno mismo. Esto les obliga a estar constantemente pendientes de las reacciones de las personas que les rodean y modificar su conducta según lo que pueden observar ellos.

### ***Cómo evitar el debilitamiento profesional***

Tomando como punto de partida la no existencia de ninguna receta mi-

lagrosa, una de las acciones de prevención a nivel individual es la preparación adecuada de los futuros policías a las diferentes dimensiones de la realidad de su oficio. La población de riesgo se describe fácilmente: son personas que tienden a implicarse de forma importante en su actividad profesional, pero que no dominan algunas dimensiones importantes del éxito o fracaso de su acción. La atmósfera estresante del trabajo policial no va a cambiar nunca, este tipo de profesión *conllevará siempre tensiones*. Es necesario saber adaptarse y aprender a hacerle frente, buscando vías de escape alternativas que ayuden a liberar tensiones acumuladas en las horas de trabajo.

Aunque los estrictos controles y exámenes de ingreso en el Cuerpo están destinados a seleccionar al personal con las características requeridas, los años de servicio van dejando residuos en el sujeto que lo pueden proyectar hacia situaciones estresantes. No importa tanto la situación objetiva como la interpretación que de la misma hace el sujeto. ¿Cuándo surge el problema? ¿Cuándo el individuo interpreta como peligrosa una situación o cuándo desconoce cuáles son los mecanismos de defensa más adecuados para afrontar esa situación?

En el estrés influyen muchísimos factores y condicionantes personales que son elementos modificables, y por lo tanto, susceptibles de utilizarlos en la prevención del mismo (GARCÍA BLAZQUEZ, P., 1991). Lo primero que se necesita saber es qué tipo de personalidad, saber si los acontecimientos afectan mucho o no y tras ello sa-

ber identificar al enemigo; es decir, saber qué situaciones afectan más. Puede ser de utilidad seguir los siguientes consejos para tratar de reducir los niveles cotidianos de ansiedad al mínimo.

- Adquirir un buen ritmo de sueño y respetar un mínimo de 6 u 8 horas diarias.
- El ejercicio físico es un antídoto excelente que tonifica y ayuda a descargar tensiones; además sirve para dejar el alcohol, una de las mayores reacciones evasivas en los momentos críticos.
- Acabar con las prisas, ya que no se hacen más cosas; en todo caso se hacen peor, lo que hace que aumente más la ansiedad.
- Los ratos de ocio son imprescindibles. Hay que considerarlos tan sagrados como la comida, el trabajo o el sueño. Es importante que el rato de ocio sea real, es decir, dedicarlo a actividades gratificantes, según la personalidad y las posibilidades.
- Aceptar que hay cosas que no se pueden cambiar y que, de vez en

cuando, es necesario ceder; no siempre se puede tener razón o "salirnos con la nuestra".

- Hablar de los problemas, exteriorizarlos, compartir las preocupaciones ya que así parece como si su importancia disminuyese. Puede que, en quien menos pensemos, podamos encontrar la ayuda que necesitamos.

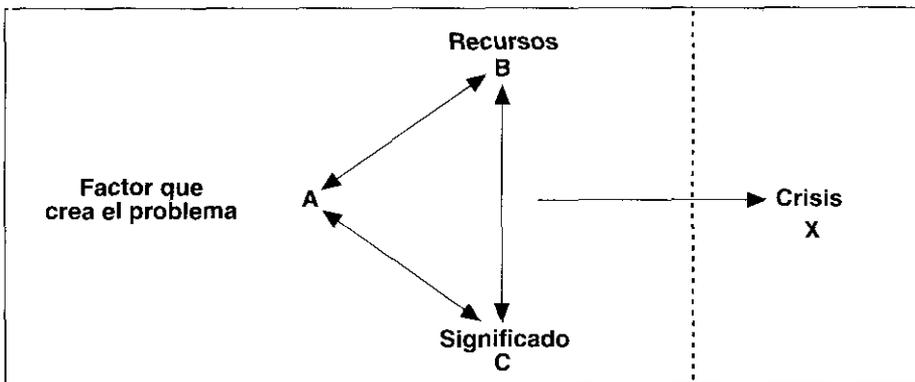
Pero esto no es todo. Hay soportes externos que ayudan a liberar al individuo de las cargas y el agotamiento acumulado.

El soporte familiar y el apoyo de los compañeros ayudan en los momentos difíciles. Una buena relación con el entorno familiar y con los compañeros de trabajo sirven como amortiguadores de los efectos provocados por los momentos de tensión.

En Norte América el FBI presentó un modelo de apoyo a la familia de los policías y su resistencia al estrés. Lo denominaron "ABC X" y queda reflejado en el gráfico 1.

Es importante conocer el significado que la familia da al problema y la

Gráfico 1.



importancia del mismo. Si la familia percibe el problema como algo para ser superado, conociendo los obstáculos pero con sensación de saber que se puede llegar a buen término, es menos probable que se llegue a una situación de crisis. Todo lo contrario, una actitud negativa nos conducirá al estado X, a una situación de crisis.

El endurecimiento emocional, común en el policía con muchos años de servicio, les sirve a ellos para superar las trabas del trabajo pero es muy perjudicial para la vida de hogar, ya que se puede ir desgastando la unión con los hijos, al considerar más importante sus problemas laborales que los problemas de su familia, pensar que lo que sucede en casa no tiene apenas importancia en comparación con "sus" problemas.

El apoyo por parte de los compañeros de trabajo y supervisores y el reconocimiento de una labor bien hecha es un factor de resistencia frente a trastornos emocionales derivados del quehacer profesional diario. Qué duda cabe que el ser humano es un ser social que necesita el apoyo, el contacto, el reconocimiento, las situaciones agradables que compensen las desagradables; por lo que un ambiente adecuado con apoyo de la comunidad puede resultar mucho más beneficioso de lo que pudiéramos pensar.

El factor económico puede convertirse en una recompensa que de alguna manera justifique el duro trabajo del policía. En todas las profesiones nóminas más elevadas o aumentos de sueldo siempre son bien recibidas, pero en este caso aún más ya que se producen cambios de destino y como

consecuencia el consiguiente desarraigo con la ciudad de origen (la movilidad geográfica obstaculiza el establecer vínculos con la comunidad, hecho que repercute notablemente en la familia y más aún si se trata de provincias como Madrid, Oviedo y Navarra donde el grado de conflictividad es bastante alto). Evidentemente el aliciente económico no sería la solución al problema pero sería un factor a tener en cuenta así como el apoyo social y familiar, tan importantes en la vida de cualquier ser humano.

No podemos olvidar el concepto de imagen social del policía y su autoimagen como un importantísimo APOYO SOCIAL que ayuda a mejorar la autoestima de estos profesionales.

Noticias que nos llegan de la prensa, imágenes televisivas, patrullas en la calle, series policíacas, denuncias en las comisarías ..., todo este conjunto de elementos forman un conglomerado que da forma a la imagen que la sociedad tiene del cuerpo policial. Perseguir delincuentes, detener personas, asistir heridos graves, accidentes de tráfico, así como el transcurso del tiempo pueden provocar que los policías acusen cansancio físico y mental, se encuentren irritados, caigan en casos de corrupción y lleguen, en general, a vivir situaciones que empañen la carrera de un buen profesional. Desde luego en alguno de los casos no podemos llegar a la justificación, pero tenemos que darnos cuenta que es difícil escapar a "las malas tentaciones". Y es que el contacto con los sectores más negros de la sociedad no deja de enseñar nunca su lado triste y oscuro. Pero a pesar de todo lo

que leemos y oímos, estudios realizados entre 1980 y 1985 (PIQUERES CAÑAS, 1989) sobre la imagen social del policía revelan que la sociedad tiene un buen concepto de ellos, el policía está concebido como un servicio público, como un mediador social; no se configura como un actor represivo y la sociedad se da cuenta de ello. Es un guardián social, que está orientado al ciudadano y no al delincuente; por lo tanto uno de los pilares básicos de actuación es crear sentimientos de seguridad, que más que un hecho en sí mismo es una sensación. La sociedad sabe que puede contar con ellos, están ahí y su actuación es constante. Ahora bien: ¿qué piensa el policía sobre el concepto que la sociedad tiene de ellos? Curiosamente nos encontramos que reciben esta idea de forma equivocada. Si la sociedad tiene un buen concepto de ellos, ¿por qué ellos no lo reciben así? Es sencillo: los sectores sociales con los que tratan no son candidatos perfectos a la hora de elaborar un criterio objetivo. Los sectores marginales atacan al policía porque son éstos a su vez los que reciben sus "golpes". El policía corta sus raíces y por ello reciben reproches, insultos. Es difícil permanecer intacto cuando se trabaja entre la ley y la realidad, con situaciones legales pero que son a su vez injustas. Sobre estas bases el policía configura su concepto de autoimagen. El policía tiene que ser conocido, el ciudadano tiene que conocer sus actuaciones, tanto sus éxitos como sus fracasos. La transparencia ayuda a que tengamos una imagen no ficticia, basada en hechos reales. Por esto se intenta que las pro-

pias fuerzas del orden informen puntualmente de las irregularidades cometidas por sus miembros. Es la única forma de saber con mayor exactitud el proceso de acercamiento a la sociedad y que los efectos positivos que reviertan sobre este sector ayuden a mejorar su autoimagen, a saberse valorados y reconocidos.

El cuadro 3 presenta las sensaciones experimentadas ante la presencia de los agentes de policía, basado en una encuesta de 1989:

**Cuadro 3**  
**Actitudes ante la Policía**

recelo.....	2,12
temor.....	1,60
simpatía.....	5,46
confianza.....	6,37
seguridad.....	6,77
desconfianza.....	2,12
aversión.....	1,76
indiferencia.....	3,10
(N = 1.615; valores, entre 0-10)	

Observamos que los valores más altos recaen en cualidades como la confianza y la seguridad; la imagen social evoluciona positivamente, con referencia a otros estudios anteriores. El ciudadano evalúa muy positivamente a los jóvenes policías, asistimos a una mejora de la imagen pública de la Policía en general y de las labores que realiza en particular.

### ***¿Qué se está haciendo?***

Inglaterra ha sido uno de los países más avanzados en materia de prestaciones sociales y de ayuda para

## Una aproximación a las enfermedades profesionales del policía

el sector policial. Así, el mundo anglosajón se ha preocupado por el aumento de la vulnerabilidad y las reacciones que se consideran indicadoras del estrés ocupacional. A pesar de lo difícil que es evaluar con precisión la actitud de los policías frente a la insatisfacción profesional, en 1982 el Ministerio del Interior británico creó el grupo de trabajo de la ACPO (Asociación de Jefes de Policía, que actualmente se llama Grupo de Trabajo Mixto sobre Salud y Asistencia Social al trabajo) en la que participaron 81 miembros de cinco policías diferentes y 10 consejeros. En un año se formaron siete subcomisiones y una de ellas estaba dedicada a las cuestiones familiares y sociales. Se pudo comprobar que, pese al interés demostrado, la franqueza no llegaba a la expresión de sentimientos personales. El estrés era tema de discusión únicamente en la medida en que pudiera afectar a otros, se mostraban actitudes reacias a la hora de sacar a la luz los sentimientos más íntimos y los momentos de angustia. Pero pese a ello las ideas expresadas fueron reflejo de los sentimientos e impresiones de los participantes sobre los motivos de las dificultades que encontraban en su vida profesional.

Tras la publicación de las conclusiones se realizaron considerables esfuerzos por todos los servicios de policía para poner fin a los problemas y poder contrarrestar los efectos del estrés. En casi todas las diferentes policías del Reino Unido, desde entonces, sus miembros pueden recibir asistencia psicológica según sus necesidades. La asistencia es completamente confidencial y puede prestarse de va-

riadas formas, que van desde la acción de los servicios de asistencia social existentes hasta la ayuda de un médico psicólogo.

Uno de los últimos logros ha sido la creación de un servicio de prevención de enfermedades profesionales, que ha sido obra del mismo sector de la policía, que está teniendo mucho éxito y tiende a generalizarse y ampliarse.

Desde ahora son prácticas habituales la formación en las técnicas del anti-estrés y la concienciación sobre las reacciones que puede producir. El papel del funcionario responsable de la Asistencia Social ha evolucionado considerablemente, hay un esfuerzo para que realmente las personas que van a encargarse de estas funciones posean las aptitudes requeridas.

Continúan las investigaciones encaminadas hacia la forma de gestionar las situaciones traumáticas y hacia las necesidades policiales en cuanto a asistencia social. En Inglaterra los resultados toman cuerpo y forma, creándose así un Servicio Central para la Asistencia Social en el trabajo (Central Advisory Facility on Organisational Health and Welfare) cuya misión consiste en:

- Seguir el avance de las investigaciones e informar de las necesidades futuras en materia de investigación.
- Conservar documentos, estudios en curso y cualquier documentación apropiada.
- Llevar una lista de las personas que consultan y de los especialistas que se encargan de los tratamientos.

- Centralizar los informes concernientes a las iniciativas locales en cuanto a sanidad y asistencia social.
- Realizar contactos con otros sectores de la Administración, como por ejemplo autoridades sanitarias, universidades, etc.
- Elaborar y difundir documentación pedagógica apropiada con el fin de promover atención sanitaria.
- Enumerar las necesidades de formación dentro del terreno sanitario y de asistencia social en el trabajo, realizando recomendaciones y organizando grupos de trabajo, seminarios, cursos de formación.
- Evaluar los programas de investigación con el fin de informar sobre los mejores métodos que se conocen.

Este Servicio Central lleva ya años funcionando y ha realizado progresos considerables. Así, asesoró a la Policía del Norte de Gales para la creación de un servicio de medicina laboral y a la Policía de Tráfico para apoyo de la creación de un servicio de asistencia social.

En España también existen cuerpos de Trabajo Social para las necesidades de nuestra policía, se constata un mayor deseo de discutir y tratar abiertamente la existencia de estos problemas y, en la medida de lo posible, hacerles frente. Ocurre que en algunas ocasiones son los propios policías los que dudan a la hora de recurrir a estos centros. Dudan de su eficacia y de su carácter confidencial. Los consultores tienen conciencia clara de que la confianza de los policías se gana lentamente.

Para concluir citaré textualmente un extracto de una carta muy significativa escrita por un policía inglés:

*“Estoy seguro de que el estrés puede manifestarse de diversas formas y varía de un individuo a otro. En lo que a mí respecta hizo su aparición hace ya aproximadamente dos o tres años, cuando comencé a tener insomnios. Lo atribuí a numerosas dificultades a las que me enfrentaba por aquella época. Al principio desconocía este problema. Luego, hace aproximadamente 18 meses, comencé a tener pesadillas. Pero no pesadillas normales, como las que tenemos todos de vez en cuando. Estos sueños eran sobre accidentes, los asuntos en los que intervine, mi trabajo de policía. Accidentes de avión, accidentes ferroviarios, incendios, accidentes mortales, personas ahogadas, suicidios, heridos graves, personas aprisionadas dentro de su coche...*

*Pero —usted dirá—, muchos policías, miles de hecho, ven esto todos los días. De acuerdo. Pero cada uno de nosotros tenemos nuestra propia personalidad y reaccionamos de distinta manera frente a tales espectáculos.*

*¿Cómo reacciono yo y qué efectos tiene sobre mí? No sabría explicarlos ni expresarlos en términos médicos. Estoy cansado y muy irritable y las pesadillas se hacen una auténtica obsesión”.*

## **Referencias**

CALVÉ PÉREZ, A. (1992) *Factores de riesgo de morbilidad psiquiátrica en un grupo profesional*

## Una aproximación a las enfermedades profesionales del policía

- sometido a factores estresantes*. Madrid, Universidad Autónoma (tesis doctoral).
- CHARNIS, C. (1991) *Professional Burnout in Human Service Organizations*. Instituto de Estudios de la Policía. Madrid.
- GARCÍA BLÁZQUEZ, A. (1991) *Política y estrés*. En *POLICÍA* (pág. 18-21).
- LAWSON K. SAVERY (1993). *Stress and the Police Officer: Some West Australian Evidence*, en *The Police Journal* (pág. 277-290)
- NATO (1986). *Police Selection and Training, Behavioural and Social Sciences* nº 30.
- PIQUERES CAÑAS, LUZ MARÍA. (1989) "La imagen del Cuerpo Nacional de Policía. Concepto, construcción y transmisión. I Seminario entre la Universidad Internacional Menéndez Pelayo y la Dirección General de la Policía. Santander.

Carmen BRUFAO CURIEL  
Trabajadora Social