

XV Jornadas de Investigación y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2008.

Afrontamiento al estrés en policías.

Rodríguez Espíndola, Solange y Scharagrodsky, Carina Judith.

Cita:

Rodríguez Espíndola, Solange y Scharagrodsky, Carina Judith (2008). *Afrontamiento al estrés en policías. XV Jornadas de Investigación y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-032/194>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/efue/R7r>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN POLICÍAS

Rodríguez Espíndola, Solange; Scharagrodsky, Carina Judith

Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas. Argentina

RESUMEN

El presente estudio pretende identificar cuales son las estrategias de afrontamiento en población policial de la provincia de Buenos Aires. Participaron 770 oficiales de ambos sexos que se encontraban en actividad. Se utilizó la versión española del Ways Coping Checklist, validación Argentina (Richard de Minzi y Sacchi, 2005) para evaluar las dimensiones del afrontamiento centradas en la evaluación, en el problema y en la emoción. Los resultados demostraron que la dimensión mayormente utilizada entre los policías es la que enfatiza la evaluación y que las estrategias de evitación y redefinición cognitiva son elegidas significativamente por sobre el análisis lógico. La dimensión de afrontamiento dirigido al problema observó diferencias en sus estrategias predominando la ejecución de acciones para la solución de problemas, así como el control afectivo fue mayormente elegido dentro de la dimensión centrada en la emoción. Se observaron diferencias según el sexo en la dimensión del afrontamiento centrado en la emoción. Las estrategias análisis lógico, evitación cognitiva, aceptación con resignación y descarga emocional marcaron diferencias significativas entre hombres y mujeres. En cuanto a edad y afrontamiento solo se observó una diferencia altamente significativa en la estrategia descarga emocional entre los oficiales más jóvenes y los mayores.

Palabras clave

Afrontamiento Estrés Policías

ABSTRACT

STRESS CONFRONTATION (COPING) IN POLICEMEN

The present study seeks to identify the confrontation strategies in policemen of Buenos Aires province. 770 officials in activity of both sexes participated. The Spanish version of the Ways Coping Checklist was used, (Argentinian validation of Richard de Minzi and Sacchi, 2005) to evaluate three dimensions of confrontation centered in the evaluation, centered in the problem and centered in the emotion. Results showed that the most habitually dimension of confrontation used among policemen is the one that focus on the evaluation and that avoidance and cognitive redefinition strategies are more significantly chosen than the logical analysis. The confrontation dimension called "pointed to the problem" observed differences in its strategies, prevailing actions execution for solving problems, as well as the affective control was mostly elected inside the dimension centered in the emotion. Differences were observed according to the sex in the dimension of the confrontation centered in the emotion. The following strategies: logical analysis, cognitive avoidance, resignation acceptance and emotional discharge marked significant differences between men and women. According to age a highly significant difference in the strategy of emotional discharges between the youngest officials and the adults was observed.

Key words

Confrontation (Coping) Stress Policemen

INTRODUCCIÓN

El estrés aparece cuando el individuo percibe un desajuste entre lo que se le demanda y los recursos con los que cuenta. En ese contexto el sujeto comienza un proceso de evaluación y análisis de la situación. Si percibe que el desajuste es amenazante y considera importante responder, entonces va a comenzar a plantearse las alternativas de solución: el afrontamiento. De ésta manera pondrá en marcha estrategias que pueden actuar a distintos niveles para terminar con esa discrepancia o desajuste. Si se concreta el afrontamiento de manera adecuada esos efectos no tendrán mayor importancia; pero si las estrategias no son efectivas y la situación de estrés es prolongada, aparecerán en el individuo efectos y consecuencias permanentes y negativos.

El término *afrontamiento (coping)* fue definido por Lazarus y Folkman (1986) como los esfuerzos cognitivos, emocionales y conductuales dirigidos a manejar las demandas internas y ambientales que ponen a prueba o exceden los recursos de la persona. La mayoría de los estudios sobre afrontamiento (Carver, Scheier & Weintraub, 1989; Galán Rodríguez & Perona Garcelán, 2001; Lazarus & Folkman, 1986; Moos, 1988; Páez Rovira, 1993) concuerdan en determinar tres dominios de las estrategias, según estén dirigidas a:

a) la valoración (*afrontamiento cognitivo*): intento de encontrar significado al suceso y valorarlo de manera que resulte menos desagradable.

b) el problema (*afrontamiento conductual*): conducta dirigida a confrontar la realidad, manejando sus consecuencias.

c) la emoción (*afrontamiento afectivo*): regulación de los aspectos emocionales e intento de mantener el equilibrio afectivo.

Carver, Scheier y Weintraub (1989) asumen que la preferencia en el uso de estrategias de afrontamiento se debe más bien a factores situacionales como el proceso de socialización. Algunos estudios (Lazarus & Folkman, 1986; Moos & Shaefer, 1993; Thoits, 1995) enfatizan que las habilidades sociales constituyen un recurso determinante del afrontamiento debido al papel de la actividad social en la adaptación humana. Para Lazarus y Folkman (1986) estas habilidades se refieren a la capacidad de comunicarse y actuar con otras personas, facilitando la resolución de los problemas en cooperación social. Estos autores propusieron un modelo bidimensional, al considerar que el afrontamiento estaba al servicio de dos grandes funciones: solucionar el problema generador de tensión y actuar sobre las reacciones emocionales de estrés.

El personal policial en funciones de Seguridad tiene la misión de preservar la vida y los bienes de la sociedad. Presenta múltiples destinos operativos (comisaría, infantería, caballería, bomberos, aérea, científica, comunicaciones, investigaciones, etc.). Es convocado a resolver distintas problemáticas, tanto individuales, familiares como sociales, quedando expuesto en algunos casos a situaciones de alto riesgo. Asimismo, las condiciones en las que desempeña su tarea no siempre son óptimas (bajo salario, alta carga horaria con pocas horas de descanso, recursos humanos y materiales escasos, etc.).

Cuando el personal policial se confronta con las demandas propias de su actividad laboral y se percibe incapaz de controlar esas demandas, el estrés puede ir aumentando. La ineficacia de las estrategias de afrontamiento que utiliza el policía y la exposición inevitable a fuentes de estrés inherentes a su función específica, aumentan el deterioro general del individuo en términos de salud y debilitan la capacidad de resistencia del profesional en seguridad. Casanueva y Di Martino (1994) clasifican según el nivel de estrés a la profesión policial luego de la minería y por encima de otras (la medicina y enfermería) ya que pone su vida en juego afrontando peligro físico en cualquier momento.

MÉTODO

Muestra: se trabajó con una muestra de 770 oficiales de policías de ambos sexos seleccionados al azar. La población quedó integrada por 127 mujeres (16.5%), 589 hombres (76.5%) y 54 policías que omitieron dicha información (7%). De acuerdo a la edad que informaron se definieron cuatro grupos etáreos: 1) de 18 a 28 años conformado por 216 sujetos (28.1%), 2) de 29-39

años integrándolo 279 oficiales (36.2%), 3) se completó con 182 (23.6%) de 40 a 49 años y 4) con 34 sujetos (4.4%) de más de 50 años. Existió un grupo de policías que no respondió a la consigna de completar los datos de edad (7.7%, $n = 59$). La edad promedio se observó en el rango de 29 a 39 años (39.2%, $n = 279$).

Si bien se trabajó con el consentimiento informado de la población, para que la información fuera lo más veraz posible no se solicitaron más datos personales ni sociodemográficos, dada la reacción reservada y persecutoria observada al responder instrumentos psicológicos.

Instrumento

Con el propósito de evaluar las dimensiones y estrategias de afrontamiento se utilizó la adaptación española del Ways Coping Checklist, validación Argentina (Richard de Minzi y Sacchi, 2005). Dicho cuestionario está compuesto por 66 ítems, los cuales se responden con una escala tipo likert de cuatro puntos (para nada, un poco, bastante, en gran medida).

Basándose en el modelo de afrontamiento al estrés de Lazarus y Folkman (1986), Moos y Billings (1982) sugirieron tres dimensiones; cada dimensión cuenta con tres estrategias, las cuales se describen respectivamente:

El afrontamiento centrado en la evaluación se asocia con la búsqueda de un significado para la situación tensionante, la reflexión acerca de sus causas y soluciones posibles y la negación del malestar que genera. Las estrategias son:

- (a) *Análisis lógico* de las causas del problema, los pasos para resolverlo y sus posibles consecuencias;
- (b) *redefinición cognitiva* de las circunstancias, al adjudicarles un aspecto positivo o modificar prioridades y valores;
- (c) *evitación cognitiva* o intento de negar la ansiedad, olvidar la situación y concentrarse en fantasías y deseos.

El afrontamiento focalizado en la emoción tiene como finalidad controlar los sentimientos y mantener su equilibrio. Las estrategias son:

- (d) *Control afectivo* o manejo de los sentimientos surgidos a causa del estresor a fin de que no interfieran con otros aspectos de la vida;
- (e) *aceptación con resignación* de la situación y de la imposibilidad de modificarla;
- (f) *descarga emocional* a través de expresiones verbales; conductas como llorar, fumar y comer en exceso, etc. (denota fracaso en el control de los sentimientos).

El afrontamiento dirigido al problema se orienta a modificar o eliminar al estresor, manejar sus consecuencias u operar un cambio personal que permita arribar a circunstancias más favorables. Las estrategias son:

- (g) *Acciones que resuelvan el problema* ya sea directamente o desarrollando habilidades, planes alternativos y compromiso para tal fin;
- (h) *requerimiento de información* o pedido de orientación y ayuda concreta a otras personas;
- (i) *desarrollo de recompensas alternativas* o búsqueda de gratificación en las relaciones sociales, las actividades y el desarrollo personal.

Procedimiento

En el contexto de una investigación más amplia con el objetivo de desarrollar acciones vinculadas a la promoción y prevención de la salud mental, se administraron de forma grupal instrumentos para evaluar el estrés y el afrontamiento en población policial. Luego de una explicación de los objetivos de la investigación, se solicitó a los sujetos su participación voluntaria y anónima. La administración estuvo a cargo de 16 psicólogos previamente entrenados, que aplicaron los protocolos en distintos centros de capacitación de personal policial de la provincia de Buenos Aires durante los meses de septiembre y octubre de 2007. Los datos fueron cargados y analizados por el procesador SPSS versión 13.5.

RESULTADOS

La dimensión más habitualmente utilizada entre los policías es la que hace énfasis en la evaluación ($M = 58.43$, $DE = 10.82$) mostrando que las medias obtenidas en el afrontamiento centrado en

el problema y la emoción ($M = 37.58$, $DE = 7.99$; $M = 37.23$, $DE = 7.47$) eran significativamente menores ($p < .000$). Dentro de la dimensión del afrontamiento centrado en la evaluación, la estrategia de evitación cognitiva obtuvo una media de 23.29 ($DE = 6.37$), redefinición cognitiva demostró valores en su media de 21.24 y desviación estándar 4.49; ambas elegidas significativamente por sobre el análisis lógico ($M = 13.95$, $DE = 3.22$).

La dimensión de afrontamiento dirigido al problema observó diferencias en sus estrategias, predominando la ejecución de acciones para la solución de problemas ($M = 21.89$, $DE = 4.93$) por sobre la búsqueda de información y orientación ($M = 8.78$, $DE = 2.88$) y el desarrollo de recompensas alternativas o gratificaciones ($M = 6.99$, $DE = 2.07$).

El control afectivo fue mayormente elegido dentro de la dimensión centrada en la emoción ($M = 16.79$, $DE = 3.83$) en comparación con las estrategias de aceptación con resignación ($M = 10.75$, $DE = 3.18$) y descarga emocional ($M = 9.76$, $DE = 2.66$). Se realizaron ANOVAS para observar las diferencias de medias y significatividad según el sexo y la edad en las dimensiones y estrategias del afrontamiento. El afrontamiento centrado en la emoción fue significativamente diferente según el sexo ($p < .024$, $F = 5.14$). Las mujeres puntuaron medias más altas ($M = 38.67$) que los varones ($M = 37.06$). La estrategia análisis lógico ($p < .015$, $F = 5.93$) fue mayormente elegida por los hombres ($M = 14.13$) en comparación con las mujeres ($M = 13.36$), en cambio la evitación cognitiva ($p < .025$, $F = 5.05$) fue elegida por las mujeres ($M = 24.35$) más que por los sujetos masculinos ($M = 22.97$). Los sujetos femeninos ($M = 11.40$) eligieron por sobre los masculinos ($M = 10.66$) la estrategia aceptación con resignación ($p < .016$, $F = 5.86$) como así también en descarga emocional ($p < .000$, $F = 19.25$, femeninos $M = 10.73$, masculinos $M = 9.60$).

En cuanto a edad y afrontamiento en sus dimensiones no se observaron diferencias, solo se observó una diferencia altamente significativa en la estrategia descarga emocional ($p < .003$, $F = 4.69$) entre los oficiales demostrando medias más altas los jóvenes de los mayores.

DISCUSIÓN

El afrontamiento centrado en la evaluación está relacionado con la búsqueda de un significado para la situación que provoca estrés, sus causas y posibles soluciones, negando el malestar que genera. El predominio de este estilo de afrontamiento en la población policial, además de enfatizar la evaluación podría relacionarse también con la posibilidad de continuar a diario ejerciendo su función neutralizando el malestar y los desbordes a través de la evitación cognitiva como manera de negar la ansiedad.

La ejecución de acciones para solucionar problemas fue otro modo de afrontar elegido. Cabe señalar que el accionar policial muchas veces se encuentra limitado a un tiempo y espacio inmediatos de resolución, esperándose la mayor efectividad en la solución de situaciones de conflicto al menor riesgo posible. Acorde a la función específica en seguridad, este estilo resultaría más apropiado que la búsqueda de gratificaciones alternativas o la búsqueda de información.

Dentro de la dimensión centrada en la emoción, el control afectivo de los sentimientos predominó sobre la estrategia de descarga emocional y de aceptación con resignación que es interpretada desde los códigos institucionales como inacción.

Las diferencias en los resultados obtenidos entre hombres y mujeres respecto al afrontamiento centrado en la emoción, donde predomina la elección de la aceptación con resignación y descarga emocional en las mujeres, admite interpretaciones en clave de género como categoría relacional en un contexto institucional y cultural donde los perfiles de afrontamiento son los esperables ya que suele generalizarse que las mujeres tengan respuestas más emocionales, se resignen y se concentren más en fantasías y deseos evitando cognitivamente.

Los jóvenes menores de 30 años prefirieron conductas como llorar, fumar y comer en exceso, etc. en comparación con los mayores de 50 años, esto quizás por un mal manejo de la ansiedad y por influencia sociales actuales donde la descarga emocional es aceptada como modo habitual de resolución.

A modo de síntesis, los resultados obtenidos describen un perfil de afrontamiento característico de la población policial tomando en consideración la función específica que desarrolla dicha población, los estresores a los que se expone, las condiciones laborales de ejercicio profesional y las características personales de cada individuo.

BIBLIOGRAFÍA

RICHAUD DE MINZI, M.C. & SACCHI, C. (2005) Stressful situations and Coping Strategies in relation to age. *Psychological Reports*, 97, 405-418.

LAZARUS, R.S. y FOLKMAN, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

MOOS, R.H. & BILLINGS, A.G. (1982) Conceptualizing and measuring coping resources and processes. En: Leo Goldberger & Shlomo Bresnitz (eds.) *Handbook of Stress. Theoretical and clinical aspects*. Nueva York: The Free Press, A Division of Macmillan Inc.

CARVER, C.S.; SCHEIER, M.F. & WEINTRAUB, J.K. (1989) Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.

GALÁN RODRÍGUEZ & PERONA GARCELÁN (2001) Algunas aportaciones críticas en torno a la búsqueda de un marco teórico del afrontamiento en la psicosis. *Psicothema*, 13 (4), 563-70.

MOOS, R.H. & SCHAEFER, J. (1993) Coping resources and processes: current concepts and measures. En L. Golberger y S. Breznitz (Eds.), *Handbook of stress: theoretical and clinical aspects*. Nueva York: Kree Press, 234-57.

THOITS, P.A. (1986) Social support as coping assistance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 4, 416-23.

MOOS, R.H. (1988) Life stressors and coping resources influence health and well being. *Evaluación Psicológica*, 4, 133-58.

PÁEZ ROVIRA, D. (1993) *Salud, expresión y represión social de las emociones*. Valencia: Promolibro.

CASANUEVA, B. y DI MARTINO, V. (1994) Por la prevención del estrés en el trabajo. *Las estrategias de la OIT. Salud y trabajo*, 102, 2, 17-24.