



# JORNADA AEPREPOL

INTERVENCIÓN EN CRISIS: CARGA EMOCIONAL DEL TRABAJO  
EN EL ÁMBITO DE LOS CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS  
ARMADAS

*MADRID. 2020. OCTUBRE, 23*

**EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN  
EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE  
SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.**

Dr. José Manuel Rodríguez González.

EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE  
LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

## UNA MUESTRA DE ESTRÉS LABORAL

EN EEUU SE CONSIDERA A LA POLICÍA  
METROPOLITANA COMO UNA DE LAS PROFESIONES  
CON MAYOR ÍNDICE DE RIESGO.

EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE  
LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

¿SE CONSIDERAN USTEDES CAPACITADOS/AS PARA ENCONTRAR LOS  
MOTIVOS?.

**¡INTÉNTELO!**

# EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

## LOS 10 EMPLEOS MÁS ESTRESANTES EN 2017



# EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

## 10 EMPLEOS MENOS ESTRESANTES

	NIVEL DE ESTRES
TECNIC@ DE ECOGRAFÍA	5,11
DIRECTOR CUMPLIMIENTO NORMATIVO	5,78
ESTILISTA DE PELUQUERÍA	5,80
AUDIÓLOG@	7,22
PROFESOR/A DE UNIVERSIDAD	8,16
TÉCNICO/A DE HISTORIAS CLINICAS	8,57
JOYER@	8,95
ANALISTA DE OPERACIONES	9,02
TÉCNIC@ DE FARMACIA	9,10
TÉCNIC@ DE LABORATORIO	10,31

# EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

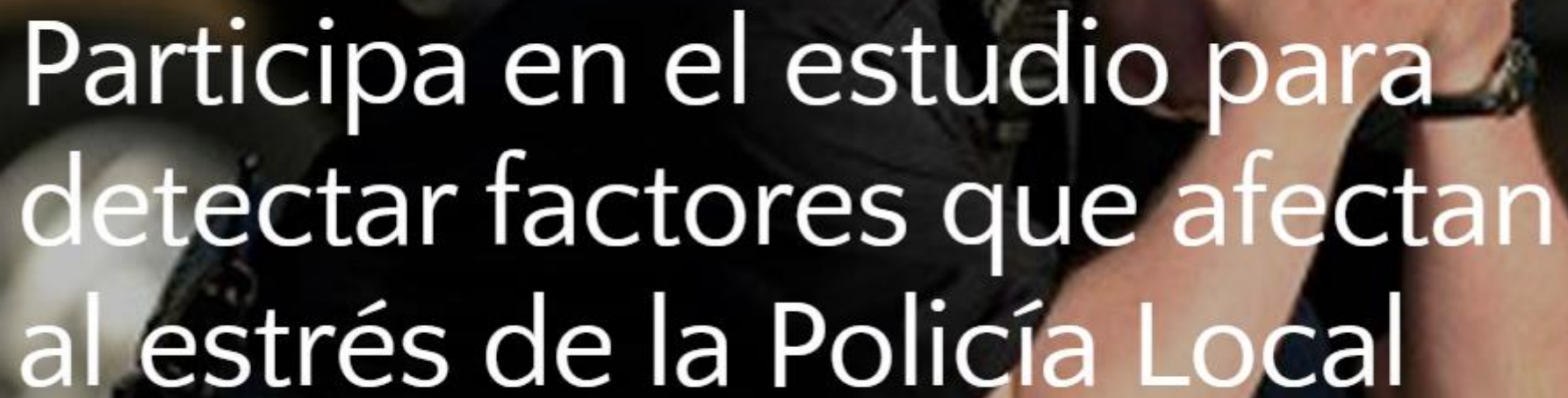
La plantilla ha mermado un 30% en cuatro años

## Policías de Málaga, de baja psicológica por estrés

noticias / 14 Agosto, 2015 - 00:00



EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE  
LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.



Participa en el estudio para  
detectar factores que afectan  
al estrés de la Policía Local

Publicada en 29/05/2019 por Sppme-A

EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE  
LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

CAUSAS:

SE TRATA DE UNA DE LAS PROFESIONES CON MAYORES  
ÍNDICES DE:

SUICIDIOS.

SEPARACIONES Y DIVORCIOS.

CONSUMO DE TÓXICOS (DROGAS Y ALCOHOL).

RITMO DE VIDA DESORDENADO.

INFARTOS Y PROBLEMAS SOMATOFORMES.

A PARTE SE ENCUENTRAN LOS RIESGOS LABORALES PROPIOS:  
AGRESIONES, ATENTADOS, ...



EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE  
LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

CONSECUENCIAS DERIVADAS DE LA ACTIVIDAD  
LABORAL POLICIAL EN ESPAÑA.

ANSIEDAD  
ESTRÉS LABORAL  
INSOMNIO  
ÁNIMO DERPRIMIDO Y/O DEPRESIÓN.  
FÓBIAS  
ACOSO LABORAL  
PROBLEMAS DE PAREJA

# EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

**■ Cuadro 1 ■ Aspectos estresantes y gratificantes en policía de países bajos**  
(% De veces que se mencionaron)

CAUSANTES DE DISTRÉS (878 aspectos mencionados)		GRATIFICANTES (963 aspectos mencionados)	
AGENTE	%	AGENTE	%
Gestión deficiente/mala	26	Contacto con civiles	61
Situaciones emocionalmente difíciles	25	Trabajo variado	41
Reorganización	21	Asistencia y valor para la sociedad	35
Trabajo de oficina/interno	19	Aspectos especiales del trabajo	30
Poca eficiencia de las acciones policiales	17	Cooperación con los colegas	28
Trato con personas difíciles/no deseadas	16	Libertad/responsabilidad	21
Administración	12	Trabajo a turnos	14
Trabajo a turnos	11	Captura de un ladrón	11
Organización burocrática/ineficiencia	11	Tensión/acción	9
Parte específica del trabajo	11	Trabajo en el exterior	6
Actitud negativa ante civiles	11	Sueldo	3
Uso de la violencia por policías	11	Papel de la policía	3
Peligros del trabajo	9	Agradecimiento de los civiles	2
Circunstancias del trabajo	9	Otros	6
Colegas machistas, no motivados	8		
Carga de trabajo	7		
Mediación en conflictos de larga duración	6		
Informe accidentes de menor importancia	4		
Sanciones inadecuadas	3		
Papel limitado de la policía	3		
Otros	5		

Fuente: N. Kop; M. Euwema; W. Schaufeli: «Burnout, job stress and violent behavior among Dutch police officers», en Work and Stress, 1999, vol. 13, núm. 4, págs. 326-340; citado por la Oficina Internacional del Trabajo (2003).

GARCÍA CASTRO (2015)

## FACTORES ESTRESANTES PARA POLICÍAS SUDAFRICANOS

- 1.- Demandas de trabajo,
- 2.- falta de apoyo y
- 3.- factores estresantes relacionados con el crimen.

Los factores estresantes más importantes:  
otros agentes que no hacían su trabajo,  
equipos inadecuados o de mala calidad,  
salarios inadecuados y  
ver a los delincuentes en libertad.

Rothmann y Piernaar 2016

## FUENTES DE ESTRÉS EN LAS ACTUACIONES POLICIALES

### Contenido del trabajo:

Horarios de trabajo,  
turnos,  
largas horas de actividad (horas extra y trabajo en los juzgados),  
eventos traumáticos y  
amenazas a la salud física y psicológica.

Violanti et al (2017)

## EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

### FUENTES DE ESTRÉS EN LAS ACTUACIONES POLICIALES

Contexto laboral (factores estresantes organizacionales):

Las características de la organización (burocracia) y comportamiento de las personas que generan estrés (relaciones con los/as compañeros/as de trabajo).

## EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

### **SERVIDUMBRE:**

La exposición al sufrimiento humano y la muerte también puede dar lugar a una visión negativa de la vida, así como a efectos psicológicos como un trastorno por estrés postraumático (TEPT).

## EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

### **SERVIDUMBRE:**

Los turnos rotativos a menudo conducen a un sueño inadecuado para los/as agentes, lo que reduce la resistencia fisiológica al estrés.

## EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

### **SERVIDUMBRE:**

La vida familiar puede verse alterada por los horarios de trabajo por turnos, las vacaciones laborales y las relaciones tensas.

.



## EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

### **SERVIDUMBRE:**

La imagen pública negativa que enfrenta la policía, lo que provoca una pérdida de confianza pública en la integridad de la policía.

EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE  
LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

¿CUÁL ES EL MOTIVO HAN INGRESADO USTEDES  
EN LOS CUERPOS Y FUERZAS DE SEGURIDAD?

**EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.**



**EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.**



## EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.

### PRINCIPALES ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS (POLICÍA SUDAFRICANA)

La resolución planificada de problemas y la reevaluación positiva se consideran formas adaptativas de lidiar con el estrés.

Los resultados del afrontamiento confrontativo dependen del contexto.

Wasserman, Meiring y Renier (2019)

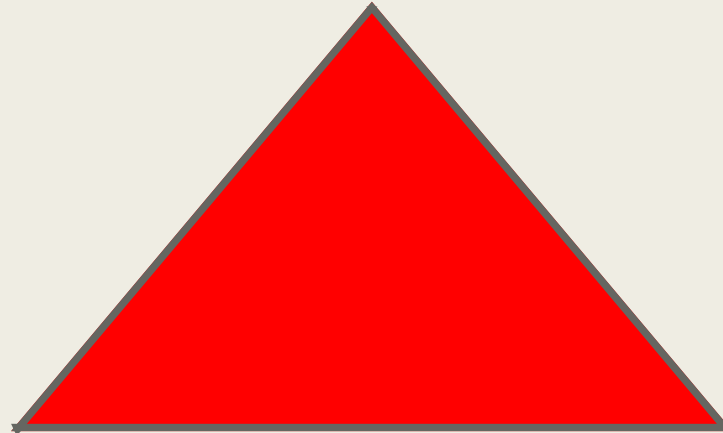
**EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.**

**EJERCICIOS DE CONCENTRACIÓN**

**EJERCICIOS DE RELACIÓN Y RESPIRACIÓN**

**EJERCICIOS DE VISUALIZACIÓN E IMAGINACIÓN**

**PIRÁMIDE DE ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO DEL POLICÍA**



**EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.**



**EXPERIENCIA Y CARGA EMOCIONAL DE TRABAJO EN EL ÁMBITO DE  
LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD Y FUERZAS ARMADAS.**

**NO PUEDO PRETENDER QUE ALGUIEN ME REGULE.  
ES PRECISO QUE YO ME CONOZCA PARA ASÍ PODER AUTORREGULARME**



# MUCHAS GRACIAS



[pepe@us.es](mailto:pepe@us.es)

[@psychoforense](#)



Grupo de Investigación CTS 441

Intervención Psicológica: Promoción de la Salud y la Seguridad.