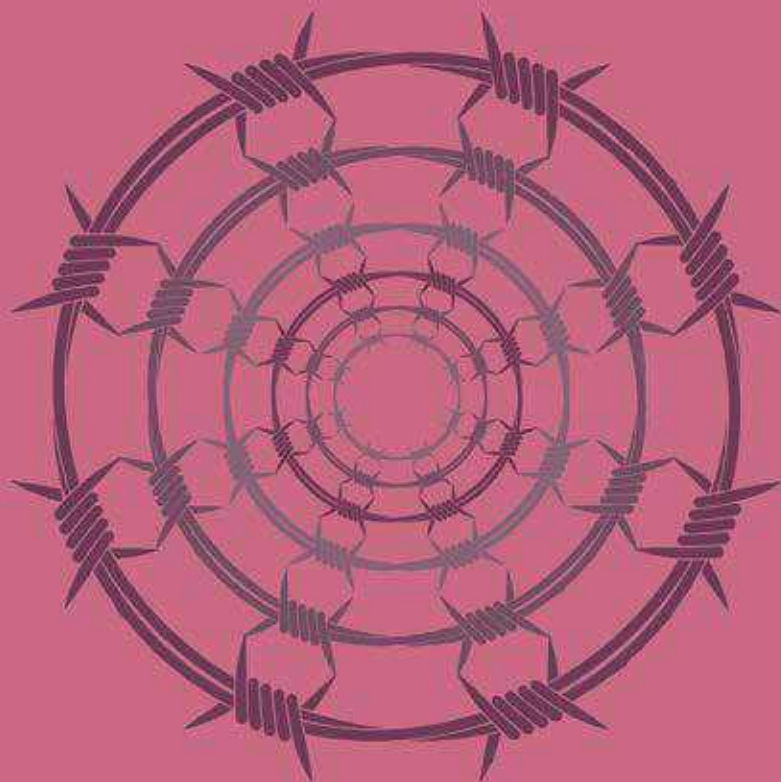


PSICOLOGÍA

MEDIACIÓN E INTERVENCIÓN DE LA PSICOLOGÍA EN SITUACIONES ACTUALES DE VULNERABILIDAD

Ruth Vallejo Castro
Joel Zapata Salazar
Hans Hiram Pacheco García
[coordinadores]



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA

MEDIACIÓN E INTERVENCIÓN DE LA PSICOLOGÍA
EN SITUACIONES ACTUALES DE VULNERABILIDAD

MEDIACIÓN E INTERVENCIÓN
DE LA PSICOLOGÍA EN SITUACIONES
ACTUALES DE VULNERABILIDAD

Ruth Vallejo Castro
Joel Zapata Salazar
Hans Hiram Pacheco García
(coordinadores)



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA
MÉXICO, 2020

Este libro fue evaluado por pares académicos a solicitud del Consejo Editorial de la Universidad Autónoma de Sinaloa, según se establece en el Reglamento de la Dirección de Editorial, entidad que resguarda los dictámenes correspondientes.

Esta obra se imprimió con el apoyo económico de
Cátedras Nacionales CUMEX para la
XII Cátedra CUMEX de Psicología «Dra. Julieta Heres Pulido» 2018,
siendo sede la Facultad de Psicología de la
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo



Primera edición: febrero de 2020

D.R. © RUTH VALLEJO CASTRO, JOEL ZAPATA SALAZAR
Y HANS HIRAM PACHECO GARCÍA (coordinadores)

D.R. © UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA

Bldv. Miguel Tamayo Espinoza de los Monteros 2358,
Desarrollo Urbano 3 Ríos, 80020, Culiacán de Rosales,
Sinaloa
www.uas.edu.mx
DIRECCIÓN DE EDITORIAL
<http://editorial.uas.edu.mx>

ISBN: 978-607-737-308-7

Prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio
sin autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales.

Impreso y hecho en México

Contenido

PRÓLOGO	9
INTRODUCCIÓN	13
La depresión y las crisis de ansiedad como situaciones de vulnerabilidad. Sus efectos en el ámbito clínico	17
<i>Herminia González Gaytán</i>	
Lo ineluctable de la violencia contra las mujeres: reflexiones psicoanalítico-feministas	35
<i>Flor de María Gamboa Solís y Adriana Migueles Pérez Abreu</i>	
La reprobación escolar: un ámbito de vulnerabilidad en el proceso educativo.	55
<i>Blanca de la Luz Fernández Heredia, María del Carmen Farfán García, Enrique Navarrete Sánchez y Ana María Rivera Guerrero</i>	
Psicoeducación para la paz como deber ético ante las víctimas.	77
<i>Patricia Lorena Martínez Martínez, María Tereza Santiesteban Contreras y Alberto Castro Valles</i>	
Estrés laboral, apoyo social y salud mental en policías municipales: un estudio comparativo	97
<i>Oliverio Leonel Linares Olivas, Cosme Francisco Maldonado Rivera, Mónica Adriana Vasconcelos Ramírez y Sonia Villagrán Rueda</i>	
Identidades culturales y juventudes	117
<i>Iris Rubi Monroy Velasco, Erick Ismael Romero Fonseca, Georgina Lozano Razo y Karla Patricia Valdés García</i>	

Memorias colectivas del movimiento de 1968. Una reconstrucción narrativa 50 años después.	139
<i>Jorge Mendoza García y Javier Zavala Rayas</i>	
Psicoeducación para la erradicación de la violencia en la relación de pareja en jóvenes	165
<i>Margarita Barak Velásquez, María Elena Vidaña Gaytán, María Elena Urdiales Ibarra y Alma Rosa Sánchez Chávez</i>	
El juego simbólico desde Winnicot como contenedor de ansiedad, un caso de leucemia	187
<i>Aline Aleida del Carmen Campos Gómez, María del Carmen Espinosa Gómez, Alba Cerino Soberanes y Luis Rubén Cerino Guichard</i>	
Acoso cibernético, su naturaleza e impacto sobre la salud	201
<i>Gloria Velia Reyna Barajas, Rafael Armando Samaniego Garay, Isauro García Alonzo y Absalón Pinedo Valdez</i>	
La imagen corporal y su vulnerabilidad desde la psicología de la salud ...	217
<i>Verónica Marcela Vargas Nájera, Lilián Elizabeth Bosques Brugada, Claudia Adriana Calvillo Ríos y María del Consuelo Escoto Ponce de León</i>	

Prólogo

La soledad, el sentirse y saberse solo, desprendido del mundo y ajeno a sí mismo, separado de sí, no es característica exclusiva del mexicano.

OCTAVIO PAZ, *El laberinto de la soledad*

Desde sus albores, las universidades se han caracterizado por ser entidades donde se privilegia el pensamiento crítico, ingenioso y abierto al diálogo; donde se promueve el saber y su transmisión, y donde se impulsa la construcción de ideas y el desarrollo de nuevas ciencias aplicables para la resolución de problemas específicos, entre otras premisas. Todo esto ocurre en un marco de *universalidad* y, por lo tanto, el conocimiento y quehacer se sustentan en la libertad, la tolerancia y la apertura.

Si repasamos la etimología de *universidad*, se ratifica la esencia misma de estos espacios académicos, pues este vocablo procede del latín *universitas*, pues este vocablo procede, según la última edición de la Real Academia Española (2014), del latín *universitas-ātis*, que se traduce como «universalidad», «totalidad», «colectividad», «gremio» y «corporación». En ese sentido, podríamos afirmar que la universidad no solo intenta estar abierta a la totalidad de los saberes, sino que al incorpora esos saberes y hacerlos consultar en colectividad, también los devuelve como un conocimiento universal, es decir, para todos.

Los universitarios, cobijados en este mismo espíritu, han asumido la tarea irrenunciable de generar conocimiento y utilizarlo: incidir para conducir y formar para encabezar. Asimismo, para que ese *saber* y *saber hacer* tenga mayor sentido, los universitarios no solo deben ampliar el conocimiento, sino también emplearlo; en otras palabras, poner la universidad al servicio del otro.

Las universidades en México y, en especial, las públicas, no han quedado exentas de los objetivos que las han caracterizado a lo largo de la historia, y que en la actualidad siguen siendo sus actividades sustantivas, como la investigación, la docencia, el fomento de la cultura, la vinculación con la sociedad y sus sectores vulnerables. Estas tareas, que las universidades llevan a cabo, tienen

que ser ejercidas en consecuencia con los propios parámetros de exigencia, que están a la altura de las demandas de la sociedad y sus instituciones.

Ahora bien, cada universidad, si obedece a su esencia misma, no debería asumirse como una galaxia aislada, sino como parte de un todo. Las universidades tendrían que ser sistemas correlacionados para integrar un universo completo; es decir, cada universidad, si bien goza de su autonomía e integridad como un *uno*, se engrandece al relacionarse con entidades pares que comparten objetivos similares y que convergen en la misma ruta de la calidad y la exigencia académica. Razón por la cual, es loable cuando las universidades renuncian al derecho de transitar de manera aislada y suman esfuerzos para cumplir los fines que se han establecido.

Tal como ocurre con los miembros que componen el Consorcio de Universidades Mexicanas (CUMEX), organización que se encuentra integrada por treinta universidades públicas de nuestro país que comparten criterios normativos y requerimientos de calidad establecidos para formar parte de la misma. Cabe decir que, como su propósito no solo es acompañarse en esa ruta de calidad sino también fortalecerse entre ellas, el Consorcio ha creado y promueve las Cátedras del CUMEX, las cuales se constituyen como un espacio académico común, plural, integral y democrático, donde se comparte y construye el conocimiento que emerge de las instituciones en ocho áreas del conocimiento, entre ellas, la Psicología.

Por ello, la XII Cátedra de Investigación en Psicología «Dra. Julieta Heres Pulido» del CUMEX, denominada *Mediación e intervención de la psicología en situaciones actuales de vulnerabilidad*, publicó un texto que congrega las investigaciones que se generaron en sus diferentes mesas de trabajo, sumando las experiencias de intervenciones, así como reflexiones y conclusiones teóricas bajo el mismo título.

Este es un reflejo fiel de los principios e ideales universitarios y es evidencia palpable de la pertinencia de las Cátedras del CUMEX, pues la presente publicación da testimonio del interés profundo de los investigadores universitarios por atender las necesidades más sentidas de los sectores expuestos o en mayor riesgo. Es sabido que la investigación, que se gesta en y entre las universidades, es un instrumento fundamental no solo para dar cuenta del entorno, sino también para brindar las bases para que el profesional de la Psicología logre conciliación e incida favorablemente en la sociedad que se encuentra en condición de riesgo.

Este libro reúne algunos de los objetivos de la universidad, pues da testimonio de la investigación, busca la transmisión de conocimiento a través de la

divulgación, al tiempo que muestra la vinculación entre el saber con la praxis; estas letras son el testimonio palpable del compromiso que las universidades mantienen con los sectores más desprotegidos. Además, en la medida en que los investigadores no permanecen deslindados de las problemáticas que aquejan a los más vulnerables y procuran intervenir desde su saber en dichas problemáticas, tendrán la oportunidad de ejercer la docencia con conocimiento pleno de aquello que se pretende ilustrar, pues el docente-investigador no será ajeno a la realidad lacerante.

Hoy en día, la dinámica social y otros factores, según se advierte en estas páginas, coloca a ciertos individuos en estado endeble, por lo que se vuelve urgente que el profesional de la Psicología posea elementos sólidos para poder mediar e intervenir en fenómenos como: las violencias, estrés, ansiedad, depresión, migración, deserción y bajo rendimiento escolar; situaciones que ponen en riesgo la salud mental y el bienestar social.

Otra virtud de este texto es que, como sucede en la universidad, aglutina no solamente diversos campos de aplicación de la Psicología, como son la educación, el área organizacional, el campo clínico (como la psicoterapia) y de la salud, sino también distintos enfoques y posturas teóricas de la misma. A eso se suman las experiencias personales y profesionales de psicólogos(as) de distintas latitudes, siendo este factor un elemento de plusvalía para el conjunto de la obra.

HANS HIRAM PACHECO GARCÍA

Introducción

Una de las constantes en el ejercicio cotidiano de la Psicología es el enfrentamiento con situaciones complejas que demandan abordajes creativos y formulaciones teóricas que permitan posicionamientos críticos al quehacer de la disciplina. Esto no es tarea fácil, requiere no solo de capacitación técnica y experiencia —el binomio tradicional en la práctica de la psicología—, sino de una profunda sensibilidad y sentido reflexivo. Los problemas con los que el psicólogo tiene que trabajar cotidianamente, demandan el intercambio de experiencias con otros profesionales del área, de la disciplina y de todos aquellos que puedan aportar elementos teóricos, metodológicos y de intervención en la modalidad de trabajo interdisciplinario.

La vinculación con otros profesionales exige escenarios donde el intercambio de experiencias sea fluido y constante y donde el desarrollo de productos académicos de alta calidad se convierta en eje conductor para la difusión del trabajo científico. En este contexto, la Cátedra de Investigación en Psicología «Dra. Julieta Heres Pulido», perteneciente al Consorcio de Universidades Mexicanas (CUMEX), ocupa su lugar natural. A través de sus doce emisiones se ha convertido en un foro de intercambio nutrido; expresión fecunda de las preocupaciones disciplinares, problemas, orientaciones, enfoques y buenas prácticas en el ejercicio profesional.

Uno de los intereses centrales de la Cátedra ha sido la generación de publicaciones que dan cuenta del trabajo general de las universidades que integran al Consorcio. Tal es el espíritu que guía la presente publicación. Bajo el título de *Mediación e intervención de la Psicología en situaciones actuales de vulnerabilidad* se presenta una visión compacta de los avances y desarrollos de la XII Cátedra, que tuvo como sede a la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo en la ciudad de Morelia, Michoacán.

El libro que el lector tiene en sus manos abre con dos ponencias magistrales. La primera lleva por título «La depresión y las crisis de ansiedad como situaciones de vulnerabilidad. Sus efectos en el ámbito clínico». En ella, Herminia González Gaytán retoma un planteamiento clásico de la clínica psicoanalítica: las manifestaciones de las afecciones de los estados de ánimo en la histeria, la neurosis obsesivo-compulsiva y la melancolía. Como todo planteamiento clásico, invita a la relectura de las denominadas «neurosis narcisistas», al trabajo con la clínica de la escucha y de elaboración subjetiva del duelo en su condición de posibilidad.

La segunda conferencia magistral corre a cargo de Flor de María Gamboa Solís, que en la escritura del texto se acompaña de la visión y experiencia de Adriana Migueles Pérez Abreu, con el título «Lo ineluctable de la violencia contra las mujeres: reflexiones psicoanalítico-feministas». Las autoras reflexionan sobre dos preguntas centrales: ¿por qué no se ha podido detener la violencia contra las mujeres? y ¿es esta erradicable o tenemos que aprender a vivir con ella? Estos cuestionamientos abren tres vías de trabajo: a) la conceptualización dominante de la violencia hacia las mujeres, b) la diferencia sexual como construcción sociocultural arraigada en el orden patriarcal y c) la subjetivación femenina de la violencia masculina en el vínculo erótico-amoroso. A partir de aquí se sitúa el problema, analizando la normatividad legal, sus implicaciones y enmarcándolo en la clínica psicoanalítica para comprender la singularidad de las experiencias de las víctimas de violencia por condición de género.

La mesa de Psicología Educativa participa con dos trabajos. En el primero: «La reprobación escolar: un ámbito de vulnerabilidad en el proceso educativo», Fernández, Farfán, Navarrete y Rivera, exploran el fenómeno desde una mirada crítica que los conduce a la búsqueda de abordajes distintos que redimensionan la problemática. Reparar en el hecho de que, en sistemas escolares cada vez más exigentes, la relación pedagógica y los aspectos emocionales del estudiante han sido soslayados, y las investigaciones pocas veces analizan los costos derivados del fracaso escolar, la reprobación y la deserción, en los niveles individual, familiar y social. En este sentido, los autores proponen una alternativa concreta: las medidas compensatorias orientadas a la atención de la pobreza de manera multidimensional, en donde la dimensión educativa y los problemas vinculados, resultan sustanciales para la atención social en contextos de vulnerabilidad y promoción del desarrollo.

Martínez, Santiesteban y Castro trabajan una reflexión orientada a ubicar la noción de dignidad humana como asidero de la educación para la paz en el

ensayo «Psicoeducación para la paz como deber ético ante las víctimas». Los autores exploran la noción de consciencia y su importancia como una condición necesaria para aprender a vivir juntos, en el contexto de la solidaridad, entre iguales. En este sentido, el papel de la educación resulta fundamental, dado que es el medio donde se puede generar una «atmósfera escolar intersubjetiva, sentimiento guiado por la razón y de cara a las víctimas de la violencia», en cualquiera de sus manifestaciones.

La mesa de Psicología Organizacional mostró su interés por temas vinculados a la salud mental. En el estudio «Estrés laboral, apoyo social y salud mental en policías municipales: un estudio comparativo», Linares, Maldonado, Vasconcelos y Villagrán trabajaron, con el enfoque comparativo, con grupos de policías municipales y militares en el Norte de México. Se procesaron variables asociadas a la salud mental en el entorno laboral, apoyo social y estrés, detectando mayores niveles de estrés personal y social entre los militares. En lo referente al estrés laboral, los índices fueron muy similares en ambos grupos, mientras que en lo relativo a la salud mental, los militares puntuaron más alto en el nivel deficitario. Los resultados estuvieron vinculados con la mayor exposición a operaciones de alto impacto y la complejidad de las tareas propias de la función castrense.

La mesa de Psicología Social presentó dos capítulos. El primero, «Identidades culturales y juventudes», de Monroy, Romero, Valdés, Lozano y Zavala, presenta una panorámica contextual sobre las nociones de identidad cultural a través de un recorrido histórico del constructo, estableciendo las categorías analíticas que lo integran, deslindando las dimensiones individual y social y enmarcando la noción trabajada en el concepto amplio de cultura. Este producto solo fue posible a través de la articulación de dos disciplinas: la Psicología y la Sociología, con sus respectivos posicionamientos, visiones y metodologías. En el segundo, Mendoza y Zavala recuperan las «Memorias colectivas del movimiento de 1968. Una reconstrucción narrativa 50 años después». Desde la perspectiva narrativa de la memoria colectiva, los autores realizan un recuento de los momentos clave del movimiento. A través de una serie de entrevistas, se teje su significado actual y se plantea el reconocimiento de este como forma de mediación e intervención.

La «Psicoeducación para la erradicación de la violencia en la relación de pareja en jóvenes» es el tema de interés de la mesa de atención psicológica. Barak, Vidaña, Urdiales, Sánchez y Vázquez reportan el trabajo realizado en la Universidad Juárez del Estado de Durango (UJED) bajo el enfoque de género humanista y feminista; destacan la necesidad de extender esa labor a otras poblaciones universitarias del país. El trabajo de intervención se decanta por

la promoción de «relaciones interpersonales no violentas, nuevas formas en el diario vivir» que ponen en práctica herramientas de relación interpersonal basadas en la equidad de género.

«El juego simbólico desde Winnicott, como contenedor de ansiedad, en un caso de leucemia» es el título del ensayo presentado por Campos, Espinosa, Cerino Soberanes y Cerino Guichard. Los autores retoman el trabajo de la escuela inglesa de psicoanálisis en donde el niño, a través del juego, «expresa sus fantasías, deseos y experiencias». Se reporta un estudio de caso único de un niño de tres años con leucemia y su cuidador principal, las defensas ante la angustia y el vínculo afectivo. Los resultados muestran cómo el juego simbólico, enriquecido desde las aportaciones de Winnicott, se convierte en una herramienta importante para el trabajo con niños en situación de hospitalización.

Finalmente, en la mesa de Psicología de la Salud, Reyna, Samaniego, García y Pinedo trabajan con el «Acoso cibernético, su naturaleza e impacto sobre la salud». Ciertamente, es un tema emergente del cual se ha ocupado la Psicología Educativa; sin embargo, los estudios recientes revelan un impacto negativo sobre la salud general, convirtiéndose en un tema de análisis para la Psicología de la Salud. Los autores realizan una revisión profunda de las características del fenómeno, las consecuencias para la víctima y los factores inhibidores o potenciadores del ciberacoso; se sugieren líneas de intervención y se presentan algunos instrumentos para la evaluación del problema. En la misma mesa, Vargas, Bosques, Calvillo y Escoto abordan el tema de la imagen corporal desde su constitución básica hasta su conformación como un problema de salud, en el ensayo «La imagen corporal y su vulnerabilidad desde la psicología de la salud». De este modo, las autoras exploran variables de orden bio-psico-socio-cultural, vinculadas con el rechazo del propio cuerpo, destacándose el papel de la psicología de la salud como mediadora para objetos de prevención, diagnóstico y atención.

Como el lector podrá observar, en esta obra se concretan los esfuerzos del trabajo realizado en las distintas mesas, sus intereses y sus preocupaciones profesionales, quedando de manifiesto cómo la disciplina tiene una gran tarea sobre sus hombros: la del trabajo con el ser humano en una de sus condiciones más complejas, las de vulnerabilidad.

Estrés laboral, apoyo social y salud mental en policías municipales y militares: un estudio comparativo

OLIVERIO LEONEL LINARES OLIVAS¹

COSME FRANCISCO MALDONADO RIVERA²

MÓNICA ADRIANA VASCONCELOS RAMÍREZ³

SONIA VILLAGRÁN RUEDA⁴

INTRODUCCIÓN

La dinámica de violencia e inseguridad pública que se vive en México desde el inicio de la guerra contra el narcotráfico y el crimen organizado, encabezada por el entonces presidente Felipe Calderón en 2006, ha impactado en todos los sectores de la sociedad. Diversos tipos de víctimas aparecieron como un fenómeno de nuevas dimensiones, los «nuevos vulnerables», a partir de un fenómeno de dicha dimensión nunca antes visto en México. Por un lado, las víctimas indirectas de la guerra fue la población civil. Por otro lado, las víctimas directas de esta lucha fueron principalmente todas aquellas personas que se dedican a la labor policiaca y militar. De acuerdo con una investigación publicada en 2010 por Luceño, Rubio, Díaz y Martín, se afirma que los trabajadores que presentan mayor riesgo psicosocial son los policías municipales y, en segundo lugar, los militares. Considerando que una de las poblaciones menos estudiadas por la Psicología son las fuerzas de seguridad, el presente estudio tiene como objetivo realizar un análisis exploratorio y comparativo en ambas poblaciones, a saber: policía municipal y un grupo de militares de la zona norte de México.

¹ Profesor investigador de tiempo completo, de la Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación Humana de la Universidad Juárez del Estado de Durango.

² Profesor investigador de tiempo completo, de la Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación Humana de la Universidad Juárez del Estado de Durango.

³ Profesor investigador, de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

⁴ Profesor investigador, de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Zacatecas.

La finalidad es evaluar y establecer contrastes entre los niveles de estrés, apoyos y salud mental de cada grupo.

ESTRÉS LABORAL EN LAS FUERZAS DE SEGURIDAD NACIONAL

En las sociedades modernas, las enfermedades más prominentes infecto-contagiosas han pasado a un segundo plano después de las llamadas «enfermedades de la civilización» (Moreno, Menéndez y Turró, 2001), que se refiriere a aquellas provocadas por la tensión social excesiva y permanente. Estos autores recomiendan enfatizar los factores psicosociales en el abordaje de esta temática, con el fin de hacer mejores intervenciones y de prevención. Los factores psicosociales, aunados a otras presiones de tiempo y situación de peligro, incrementan los índices de estrés en trabajadores dedicados a la salud y seguridad social. Como bien mencionan Cirera, Aparecida, Rueda y Ferraz (2012), el clima laboral se ha transformado de ser motivador a representar sufrimiento, tensión y enfermedad para el trabajador.

Históricamente, el término *estrés* fue empleado en un contexto científico por vez primera por Cannon en 1911, que relacionaba la influencia de los factores emocionales con el aumento de la secreción de ciertos neurotransmisores; en concreto, la adrenalina (Carroble, 2008). Cannon conceptualizó el estrés como un estímulo ante el cual el organismo respondía de una forma concreta. La finalidad era que el organismo lograra un nivel de homeostasis. Selye (1984), por otro lado, cambió el concepto definiéndolo como una respuesta ante la influencia de estímulos externos que sobrepasan la capacidad de reacción del organismo. Los individuos responden de diversas maneras a las diferentes situaciones que se les presentan, trayendo consigo una serie de cambios biológicos y psicológicos que, a su vez, les permiten responder adecuadamente, o no, a las demandas externas (Åkerstedt, Alfredsson, Kecklund, Knutsson, Theorell y Westerholm, 2002). De acuerdo con la Agencia Europea para la Seguridad y Salud del Trabajo (2005), el estrés podría definirse como esfuerzo agotador para mantener las funciones esenciales al nivel requerido, información que la persona interpreta como amenaza de peligro o como imposibilidad de predecir el futuro.

Otra de las aproximaciones al estudio del estrés lo define como:

La respuesta del organismo a un estado de tensión excesiva y permanente que se prolonga más allá de las propias fuerzas del individuo y lo lleva a un sobreesfuer-

zo emocional, intelectual, que sobrepasa sus propias posibilidades, y le ocasiona como consecuencia, una hiperactividad incontenible, que desencadena una serie muy compleja de modificaciones bioquímicas y un cortejo sintomático precedido por excitación cardíaca, aumento del tono muscular y trastornos gastrointestinales difusos (Rojas, 1994, citado por Moreno *et al.*, 2001, pp. 183-184).

Justamente, Rojas enfatiza la interrelación dialéctica existente entre los aspectos fisiológicos y sociales del ser humano y la influencia que ejercen estos últimos en el individuo (Moreno *et al.*, 2001).

Un término más focalizado a este estudio es el de *estrés laboral*. Este representa un riesgo de mayor impacto en la salud de los trabajadores del siglo XXI, pues provoca en ellos incapacidad física o mental en el desarrollo de sus actividades laborales. En el ámbito de trabajo, se refiere a un «desequilibrio percibido entre las demandas profesionales y la capacidad de la persona para llevarlas a cabo, el cual es generado por una serie de fenómenos que suceden en el organismo del trabajador con la participación de algunos estresores, los cuales pueden llegar hasta afectar la salud» (Ruiz, 2017, p. 2). La Organización Internacional del Trabajo (OIT) refiere el estrés como una respuesta a un daño emocional y físico causado por un desbalance entre las exigencias que la persona percibe, sus capacidades y los recursos que esta tiene para afrontar las exigencias. Asimismo, el estrés laboral está definido por la organización, las relaciones y el diseño de la labor en un ambiente óptimo. Estos se potencian al existir un equilibrio de las exigencias, las capacidades, conocimientos y habilidades de cada individuo para enfrentar dichas exigencias, esperando coincidir con las expectativas de la cultura organizativa de cada empresa o institución.

Etiológicamente, el estrés laboral es originado por causas laborales que la persona percibe como amenazantes para su salud mental y física, ante su necesidad de logro personal o profesional, todo lo cual provoca el deterioro del clima laboral (França y Rodrigues, 2005, citados por Cirera *et al.*, 2012). Así, el propio trabajador percibe situaciones como amenazantes, precisamente cuando siente que sobrepasan sus propios recursos, lo cual deriva en padecimientos fisiológicos y psicológicos, alterando su equilibrio durante la jornada laboral. El investigador Siegrist (1996, citado por Cirera *et al.*, 2012) señala que las personas en el trabajo reciben recompensas sociales a partir de su esfuerzo y las clasifica en «tres sistemas de transmisión: dinero, estima y oportunidades de carrera» (p. 70). Cuando el individuo percibe una diferencia o inequidad entre lo que

espera y lo que realmente recibe, surge en él un estado de estrés con afectación emocional y psicológica.

DESGASTE OCUPACIONAL

Cuando el estrés laboral se hace crónico, los síntomas en el individuo se agudizan y deviene en él una sintomatología más grave que en el estrés laboral, llamada Síndrome de Desgaste Ocupacional. Este síndrome está integrado por tres dimensiones que son: el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal.

El agotamiento emocional fue diferenciado de la fatiga por Alonzo (2010), quien especificó que la fatiga se desvanece con el descanso, pero que el agotamiento emocional es ya una falta de fuerza emocional que provoca en el trabajador «[...] hastío, desilusión o desmotivación hacia su ocupación habitual, como si le hubiese abandonado el interés por el trabajo» (p. 127). La segunda dimensión es la despersonalización, la cual se compone de sentimientos negativos, actitudes de cinismo, indiferencia y trato deshumanizado hacia el usuario (Maslachy y Jackson, citados por González, Lacasta y Ordóñez, 2008). Estos mismos autores describen la tercera dimensión, que es la baja realización personal en el trabajo. Tal dimensión está marcada por una tendencia a la autoevaluación negativa, descontento e insatisfacción con el propio desempeño laboral. La afectación de estas dimensiones trae en el individuo consecuencias que pueden llegar a ser tan graves como el alcoholismo, intentos suicidas y paros cardíacos o eventos cardiovasculares, entre muchas otras de gravedad considerable.

EL ESTRÉS LABORAL EN POLICÍAS

La profesión de policías es una de las más estresantes y causantes de angustia (Selye, 1984). En tal sentido, se podría decir que los policías se encuentran aún más expuestos a situaciones generadoras de estrés, no solo por las características propias de su tarea, sino también por los riesgos derivados de la gestión y organización de la función policial (Wieclaw, Agerbo, Mortensen y Bonde, 2006; Åkerstedt *et al.*, 2002; Firth-Cozens, 1990; García, 2011; Peiró, 2004).

Aunado a lo anterior, es importante enmarcar la profesión de policía en un contexto donde cada vez aumenta más el índice de delincuencia, que pone en

riesgo su vida, considerando además que los policías no cuentan con el armamento necesario para su defensa, lo que conlleva a hablar de un grupo vulnerable, expuesto y con estrés constante. El ámbito donde se desarrolla un policía es un entorno conflictivo, en el límite de la marginalidad y criminalidad, en donde su principal herramienta de trabajo como medio de defensa es la pistola que en sí ya representa un riesgo genérico, que se añade como factor de estrés. Además de estos factores meramente laborales, existen otros de carácter organizativo y de tipos de autoridad (jefes), que inciden en el aumento de su fatiga psíquica y los someten a los efectos nocivos del estrés (Sarsosa, Paerez y Alzate, 2013). Existen investigaciones alrededor del mundo que evidencian la importancia del estudio de estrés en policías, por ejemplo Pita (2006) describió la existencia de estrés postraumático en policías y militares de grupos antisequestro. Encontró una prevalencia de 31% de este trastorno, y además que en un 8% existía una relación entre los efectivos con más antigüedad y mayor rango. Sin embargo, García (2011) encontró que aquellos policías con menos de 15 años de servicio tuvieron una mayor prevalencia de estrés psicosocial y laboral.

En la misma área de la salud, Ruiz (2017) señala las técnicas de afrontamiento del estrés laboral de los policías de tránsito, identificando las dimensiones del afrontamiento orientado al problema, afrontamiento orientado a la emoción y afrontamiento evitativo. Los resultados que obtuvieron fueron los siguientes: el 44.8% de los policías aceptan la realidad y tratan de convivir con ella (afrontamiento orientado a la emoción), el 35.6% concentran esfuerzos y toman medidas de la situación (afrontamiento orientado al problema) y el 19.6% toman con buen humor la situación a lo que acontece (afrontamiento evitativo). Así, el puesto de policía es considerado uno de los cinco empleos más estresantes en Estados Unidos (Lee, 2015). La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) señala que el estrés laboral y los riesgos psicosociales se ubican en los problemas que repercuten y dificultan la salud y seguridad en el trabajo, permeando la salud de los trabajadores así como de las organizaciones.

ESTRÉS EN MILITARES

El desgaste ocupacional es frecuente en el personal militar (Osca, González-Camino, Bardera y Peiró, 2003, citados por Chaves y Orozco, 2015), así como el estrés postraumático derivado de condiciones de terrorismo y de guerra (Baca y Baca-García, 2002, citados por Chaves y Orozco, 2015). Moreno *et al.* (2001)

ofrecen una descripción general del desarrollo del estudio del estrés en militares. Dan a conocer que ya durante la guerra ruso-japonesa en 1904-1906, los investigadores rusos hicieron una buena aportación a la psiquiatría militar a partir de sus observaciones de la neurosis traumática de guerra, manifestada por excitación e inestabilidad emocional en los combatientes al frente. Añaden que durante la Primera Guerra Mundial se detectaron en los militares síntomas psicóticos y una gran inestabilidad emocional, nombrando a estos padecimientos como el *Choque por Bomba*. A partir de la Segunda Guerra Mundial, los estudiosos detectaron que el esfuerzo y la tensión llegaban a provocar enfermedades mentales. Después, en la Guerra de Corea, se estudió el efecto de situaciones favorables como la comida y el descanso, factores que provocaban efectos positivos excelentes después de la tensión y la fatiga. Y ya en la Guerra de Vietnam, las bajas psiquiátricas recibían primera atención aplicándoles sedación, reposo físico y regulación de temperatura corporal (Sánchez, 2017).

En estos individuos existen diversos estresores domésticos, civiles y militares, entre los que se pueden mencionar: una elevada exposición al peligro, las extensas horas de servicio, la exposición a condiciones climáticas extremas y la portación de ropas incómodas, el ruido de la artillería y la espera estresante durante la jornada, ciclos de trabajo ininterrumpidos de trabajo, entre muchos estímulos altamente estresantes, que ponen al individuo en un estado de alerta excesivo y estrés que desgastan su organismo. Aunado a lo anterior, se encuentran sometidos constantemente al factor sorpresa dado que no saben en qué condiciones estarán en el siguiente momento, es decir, a la inseguridad y la ansiedad (Moreno *et al.*, 2001; Cirera *et al.*, 2012).

Otro de los aspectos que no tiene que ver con el combate, sin embargo sí con factores sociales, es la situación dolorosa de separación de la familia que causa nostalgia y dolor. La vida en el cuartel, tan diferente a la de casa, los sumerge en un estado emocional de estrés físico y emocional (Moreno *et al.*, 2001).

A nivel organizacional, Carayon, Smith y Haims (1999, citados por Cirera *et al.*, 2012) agregan como causas las condiciones desfavorables en el ambiente organizacional, así como la relación abusiva entre supervisores y subordinados. Mansilla (s. f., citado por Cirera *et al.*, 2012) agrega que la poca libertad para tomar decisiones en el trabajo o menor control del trabajador, lo expone a demandas psicológicas generando altos niveles de estrés. Como resultado, Cirera *et al.* (2012) señalan que la extenuación en el desempeño de las tareas (que bien puede observarse en el caso de los militares por la tensión emocional y física durante las jornadas) es otro causal del desgaste ocupacional.

Moreno *et al.* (2001) reportaron que en los niveles militares medios y altos del cuerpo armado cubano, algunas causas de estrés eran los conflictos con los jefes, incremento de responsabilidades en los últimos seis meses, así como el no disfrute de los días de vacaciones ni de tiempo libre. El pánico y el miedo son factores altamente estresantes y desgastantes del organismo. A nivel fisiológico, la amígdala es el centro emocional en el cerebro. Este centro es el responsable de enviar un cúmulo de hormonas del estrés, como la adrenalina y el cortisol, hacia el resto del cuerpo humano, por medio del torrente sanguíneo, para preparar al individuo para la reacción. En estas condiciones, los sentidos y la memoria se agudizan, el cuerpo se torna menos sensible al dolor y estas condiciones dificultan las reacciones acertadas en los militares (National Geographic, 2016).

Asimismo, Cirera *et al.* (2012) agregan que, a niveles altos de estrés, la persona puede reducir en forma importante su productividad, bajará su concentración mental y habrá mayor incidencia en accidentes laborales durante tareas que exigen exactitud.

Aunado a estas condiciones, Moreno-Jiménez, Morante, Garrosa y Rodríguez (2004) agregan que cuando las funciones y responsabilidades del trabajador implican el contacto continuo con personas en situación de peligro o crisis, existe mayor riesgo de padecer el estrés traumático secundario, el cual surge cuando aquel que da atención a una persona en situación dolorosa, puede llegar a identificarse tanto como para experimentar respuestas emocionales parecidas a las del usuario. Un ejemplo doloroso de tal situación fueron las experiencias que se vivieron durante el terremoto del 19 de septiembre de 2017, en donde los soldados se solidarizaron con víctimas, mediante el plan DN-III. Por otra parte, Vallejo y Terranova (2009) abordan otros síntomas derivados del estrés postraumático, entre ellos, los «sentimientos de entumecimiento y parálisis» (párr. 5), así como un sentimiento de impotencia al no poder controlar lo que sucede.

El personal militar, debido a la naturaleza de sus actividades laborales, vive más expuesto a situaciones de peligro, tales como enfrentamientos armados y situaciones de desastre. Adicionalmente, tiene la característica de estar alejado de sus familiares y seres queridos.

FORMAS DE AFRONTAMIENTO

Debido a que las causas del síndrome de desgaste ocupacional se originan por estresores del trabajo, lo indicado es que el individuo con el síndrome sea atendido

por la organización, así como con la aplicación de las propias estrategias que pueda desarrollar. El-Sahili (2015) lo subraya diciendo que la «[...] sintomatología no proviene ni del estudio ni de la familia y mucho menos, únicamente de características personales; la determinante principal del burnout proviene del trabajo» (p. 45). En un estudio realizado en una zona rural de Antioquia, con soldados en primera fase de instrucción, en edades de 18 a 24 años, se encontró que la estrategia de afrontamiento empleada con mayor frecuencia era la reflexión, aunque los individuos mostraban también conformismo e individualismo. El estilo cognitivo de reflexión implica lógica, coherencia y crítica, funciones útiles en este personal; el conformismo es muy probablemente necesario para la obediencia requerida en el ejército. El individualismo resulta un aspecto preocupante en ese grupo de trabajo, dado que muestra poca consideración del otro en los momentos de trabajo (Chaves y Orozco, 2015).

En 1990 y 1991, durante la Guerra del Golfo, se implementó la operación *Escudo del Desierto*, en la cual el personal responsable de la terapia ocupacional ideó, con buenos resultados, algunas estrategias para que los militares afrontaran mejor el estrés; algunas de dichas estrategias fueron las celebraciones, reuniones y actividades recreativas. Además, capacitaron a los soldados en técnicas para el manejo del estrés que consistían en adecuar su conducta a mecanismos positivos enfatizando el cumplimiento del deber (Moreno *et al.*, 2001). En un documental de National Geographic (2016), se da a conocer cómo en los Estados Unidos entrenan a militares de las Fuerzas Especiales para que aprendan a manejar y reducir el miedo y la angustia. Su entrenamiento se basa en cuatro principios o técnicas básicas que son: la fijación de objetivos, el ensayo mental o visualización, el auto discurso y el control de la excitación. La estrategia de fijación de objetivos se fundamenta en el hecho de que una persona que se fija objetivos tiene mayor probabilidad de cumplirlos; esta acción facilita que el cerebro dé orden al caos, logrando mantener bajo control a la amígdala, centro del miedo en el cerebro. El ensayo mental o visualización consiste en pensar, imaginar, recrear una situación creando cierta desensibilización para que, al momento de estar en dicha realidad, la persona pueda sentir menos miedo y menos estrés al resultarle más natural el evento. El auto-discurso⁵ coadyuva a que la persona centre

⁵ Se refiere al acto en que una persona se dirige a sí misma palabras, lo cual puede ayudar a centrar los pensamientos de la persona. En el caso de entrenamiento a militares, consiste en que dichas palabras sean positivas, y no negativas, para disminuir y hasta anular la reacción de miedo provocado por la amígdala.

sus pensamientos, promoviendo así una conducta positiva. Cada minuto, una persona se dirige de 600 a 1000 palabras; y si son positivas, pueden disminuir la señal de miedo de la amígdala. El cuarto punto de la estrategia es el control de la excitación, basada en la respiración, ya que centrar la atención en esa función básica, el respirar y expirar despacio, permite la conducción de más oxígeno al cerebro ayudando a disminuir los efectos del pánico. Los aplicadores de las estrategias reconocen que resulta difícil influir en forma potente a la amígdala mediante la respiración. Sin embargo, consideran que la aplicación de las cuatro tácticas ha conllevado ventajas en el control del miedo en los militares y han visto que la autoconfianza incrementa en forma primordial.

Las organizaciones también tienen la responsabilidad de crear condiciones físicas en el trabajo favorables para el bienestar del trabajador y de facilitar el trabajo y colaboración en equipo. También, capacitar al personal en lo referente al estrés y su control y afrontamiento, fomentar un clima laboral sano, crear actividades recreativas para aumentar la integración del personal y las buenas relaciones interpersonales al interior. Igualmente, crear los canales adecuados para tener una comunicación efectiva. Organizacionalmente, preparar al personal en la toma de decisiones e idear programas para estrechar la relación organización-familia, tales como los horarios comprimidos, horarios flexibles, el trabajo a distancia y el enriquecimiento del puesto. Todo ello creará las condiciones adecuadas para que el personal tenga menos estímulos estresantes e incluso, si los hay, pueda afrontarlos reduciendo así el surgimiento del estrés (Vasconcelos, 2013). Finalmente, es evidente la importancia que revisten las estrategias individuales y organizacionales. También es importante considerar que el individuo requiere de redes de apoyo social que le permitan prevenir o reducir el estrés en el trabajo (Moreno *et al.*, 2001).

MODELO DE TRABAJO

Para abordar el fenómeno del estrés laboral en empleados de las fuerzas de seguridad pública, adoptamos el modelo SWS (Self - Work - Social) de Gutiérrez y Ostermann (1994). Tal modelo apunta las fuentes del estrés dividiéndolos en tipos de estresores, tomando en cuenta que un estresor es cualquier situación o estímulo, real o percibido, que es interpretado como una amenaza a la persona (Gutiérrez y Ángeles, 2012). Así, los estresores son definidos en tres ámbitos. El *estrés personal* hace referencia a todas aquellas percepciones de una

persona en que el ambiente se vive como amenazador, limitante y hostil. Ello provoca preocupación y hostilidad, ansiedad y sentimientos de aprensión. El *estrés social* hace referencia a estresores situaciones y de contexto con los que la persona se enfrenta. Este tipo de estresores se refiere a relaciones interpersonales conflictivas, mala convivencia con el grupo de referencia, situaciones de inseguridad pública y mala condición económica. Evidentemente, la situación de guerra contra el narcotráfico y los grupos delictivos es un estresor social de gran relevancia para esta investigación. Por otro lado, el *estrés del trabajo* hace referencia a todas aquellas situaciones y problemáticas del ámbito laboral que perjudican la salud mental y física. Malas relaciones con el jefe y compañeros, pobre desarrollo de carrera, riesgos de trabajo, inestabilidad entre las situaciones y demandas laborales y los apoyos organizacionales percibidos.

El modelo SWS, por otro lado, también integra los recursos con los que los trabajadores hacen frente a las demandas, situaciones y riesgos del trabajo. El *apoyo personal* se refiere a la actitud de reto que tienen las personas ante la adversidad; una sensación de poder realizar las tareas que se demandan. El *apoyo social* se representa en la percepción de contar con las redes sociales (cohesión, extensión y significancia) necesarias para dar solución a los estresores en un momento dado. Ejemplos de un apoyo social alto son contar con buenas amistades, tener una familia nutricia y, en general, la habilidad para establecer buenas relaciones interpersonales (Gutiérrez y Ángeles, 2012). Por último, el *apoyo del trabajo* son todos aquellos recursos comunicacionales, informacionales y operativos que la organización proporciona para el adecuado cumplimiento de las metas organizacionales por parte de los empleados.

Como resultado del interjuego de los estresores y apoyos y una expresión dinámica de la vida misma, los autores Gutiérrez y Ostermann (1994) determinaron que todo esto se refleja en la salud mental. Así, la *buena salud mental* se refleja en las personas como un estado de bienestar percibido, actitud de reto ante la vida, comportamientos funcionales de alguien optimista y con buena autoestima. Sin embargo, un resultado negativo de la dinámica de estresores y apoyos también puede ser la *salud mental deficitaria*. Se describe como una visión pesimista del mundo, depresión y desgano ante la vida, baja autoestima, ansiedad y miedo constante que llevan a la persona al sufrimiento persistente. Debe subrayarse que esto no es necesariamente una característica psicopatológica de la personalidad.

Es así cómo la dinámica de la conducta, bajo un sistema de reglas (en este caso del trabajo de riesgo), en un contexto determinado de estresores (lucha

contra el crimen organizado) y apoyos (reales o percibidos) determinan, todos en conjunto, el nivel de bienestar y, en última instancia, de desempeño de un elemento de seguridad. Tomando en cuenta esta panorámica de la situación de agentes de policía y elementos del ejército, se propuso el objetivo de evaluar los niveles de estresores y apoyos de las dos instituciones, así como contrastar las diferencias entre ellos.

MÉTODO PARTICIPANTE

Se trató de una muestra por conveniencia. Participaron en el estudio 91 personas de las cuales 39 prestan sus servicios en la Dirección Municipal de Seguridad Pública (DMSP) como agentes de policía y 52 en la Secretaría de la Defensa Nacional (SEDENA) como soldados. Los 52 militares eran del sexo masculino, mientras que los policías fueron 30 hombres y 9 mujeres. Los agentes de policía tuvieron una edad promedio de 28.34 años con una desviación estándar de 7.97 años y, para los militares, la media fue de 28.10 años con 6.48 de desviación estándar.

DISEÑO

Se trató de un estudio de tipo exploratorio, ya que se desconoce el alcance del fenómeno. También es un estudio comparativo, puesto que se contrastan variables en dos grupos de trabajadores relacionados a la seguridad pública.

INSTRUMENTOS

Con la finalidad de determinar los niveles de los estresores, apoyos y salud mental, se utilizó la escala SWS-Survey© (Self, Work, Social) Gutiérrez y Osterman (1994, versión 2015). Se trata de un instrumento de auto aplicación tipo Likert de lápiz y papel (Gutiérrez, Chávez, Contreras e Ito, 2001) y cuenta con la escala adicional (SPS), que mide los síntomas físicos relacionados con el estrés y evalúa si la persona ha sido incapacitada de su trabajo por estos síntomas (Gutiérrez y Romero, 2005). Como indicadores de consistencia interna, se calculó el alfa de Cronbach por escala y arrojó los siguientes valores: estrés en el trabajo .772; apoyo en el trabajo .927; estrés social .903; apoyo social .866; estrés personal .822;

apoyo personal .824; salud mental deficitaria .874 y salud mental funcional .904. Para las escalas de estrés, en su conjunto, fueron de .955; para las de apoyo .948 y para la escala completa de .886 (Gutiérrez *et al.*, 2001).

PROCEDIMIENTO

Con previa autorización de las autoridades, se reunió a los participantes durante una sola sesión. Se leyeron los criterios de confidencialidad, anonimato y voluntariedad del estudio. Se realizaron análisis de normalidad para determinar el tipo de estadígrafos a utilizar. Se hizo un análisis de estadística descriptiva para observar las características sociodemográficas y la distribución de las variables. Y por último se elaboró otro análisis de comparación de medianas U de Mann-Whitney para contraste de los grupos. Todos los análisis se realizaron mediante el programa IBM SPSS versión 20.

CONSIDERACIONES ÉTICAS

Se solicitó la autorización a las autoridades policiales y castrenses. Después se procedió a explicar la naturaleza del estudio a los participantes y a asegurar el anonimato y confidencialidad de los datos. Se les dio la información de que en cualquier momento podrían dejar de participar en el estudio sin que ello representara algún tipo de problema.

RESULTADOS

Se llevó a cabo la evaluación de las variables de estrés y apoyos en los ámbitos personal, social y del trabajo, así como salud mental funcional y deficitaria para los dos grupos. Inicialmente se evaluó la normalidad de los datos (ver tabla 1), resultando negativa la prueba de normalidad ($p < .050$) en 11 de las 16 mediciones llevadas a cabo en el estudio.

TABLA 1. Resultados de la prueba de normalidad de Shapiro-Wilks

Variable	Institución	p
Estrés personal	DMSP	.345
	SEDENA	.478
Estrés en el trabajo	DMSP	.251
	SEDENA	.027
Estrés social	DMSP	.043
	SEDENA	.128
Apoyo personal	DMSP	.029
	SEDENA	.003
Apoyo en el trabajo	DMSP	<.001
	SEDENA	.004
Apoyo social	DMSP	.001
	SEDENA	<.001
Salud mental funcional	DMSP	.018
	SEDENA	.001
Salud mental deficitaria	DMSP	.052
	SEDENA	<.001

Los números en negrita implican negativo en la prueba de normalidad.

Considerando la naturaleza no paramétrica de los datos, se reportan a continuación las medianas de las ocho dimensiones evaluadas:

TABLA 2. Estadísticos descriptivos para las ocho dimensiones evaluadas por el SWS

Variable	Institución	Mediana	Mínimo	Máximo	Rango intercuartil
Estrés personal	DMSP	25.50	15.00	44.00	8.00
	SEDENA	31.00	15.00	55.00	14.00
Estrés en el trabajo	DMSP	28.50	17.00	49.00	11.25
	SEDENA	30.00	15.00	58.00	19.00
Estrés social	DMSP	26.00	17.00	43.00	12.00
	SEDENA	32.00	16.00	63.00	17.00
Apoyo personal	DMSP	68.00	56.00	75.00	7.25
	SEDENA	63.00	34.00	75.00	15.00

Apoyo en el trabajo	DMSP	76.00	60.00	79.00	9.25
	SEDENA	68.00	39.00	80.00	15.00
Apoyo social	DMSP	68.50	45.00	74.00	7.25
	SEDENA	62.00	31.00	74.00	11.00
Salud mental funcional	DMSP	73.00	59.00	80.00	10.00
	SEDENA	64.00	43.00	79.00	10.00
Salud mental deficitaria	DMSP	19.50	15.00	30.00	6.25
	SEDENA	27.00	16.00	68.00	10.00

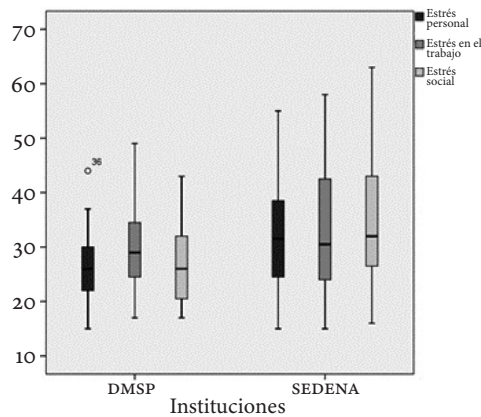
La inspección de estos resultados llama la atención en cuanto a la posibilidad de que los grupos agentes de seguridad puedan estar sometidos a diferentes factores que afecten su salud mental, por lo que siguiendo la pregunta planteada con respecto a si estas fuerzas son diferentes, se llevó a cabo la prueba U de Mann-Whitney con el fin de comprobar si las medianas reportadas son estadísticamente diferentes entre sí.

TABLA 3. Resultados de la prueba U de Mann-Whitney para la diferencia de las medianas en las ocho dimensiones del SWS para los grupos de la DMSP y la SEDENA

Variable	p
Estrés personal	.001
Estrés en el trabajo	.291
Estrés social	.001
Apoyo personal	.001
Apoyo en el trabajo	<.001
Apoyo social	<.001
Salud mental funcional	<.001
Salud mental deficitaria	<.001

Considerando lo anterior, es posible observar que los militares reportan mayores puntuaciones en estrés personal y estrés social que los policías; sin embargo, el estrés en el trabajo no es estadísticamente diferente entre las dos instituciones.

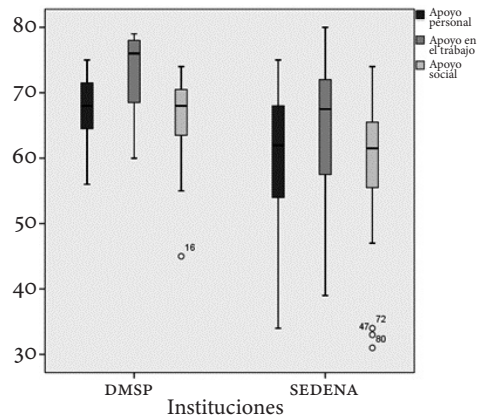
GRÁFICO 1. Comparación de los resultados de estrés personal, social y en el trabajo entre policías y militares



El gráfico anterior hace patente lo reflejado por la descripción numérica, donde se ve claramente cómo en los miembros de la SEDENA hay una elevación de las puntuaciones con respecto a los miembros de la DMSP.

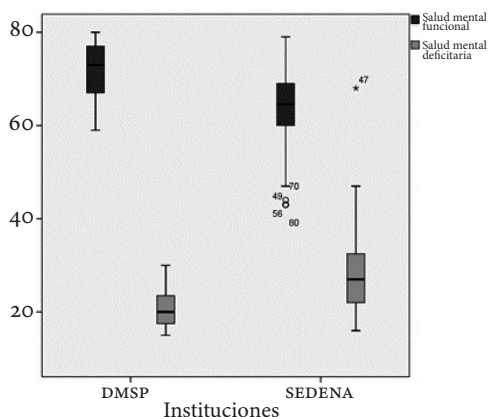
En cuanto al apoyo, es posible percibir que es mayor en los tres aspectos, social, en el trabajo y personal en los miembros de la DMSP, lo cual se evidencia en el gráfico 2.

GRÁFICO 2. Comparación de las puntuaciones de apoyo social, en el trabajo y social entre policías y militares



Finalmente, la salud mental deficitaria tiene valores mayores en los militares, mientras que la salud mental funcional es mayor en los policías. Esto se muestra en el gráfico 3.

GRÁFICO 3. Comparación de las puntuaciones de salud mental funcional y deficitaria entre policías y militares.



DISCUSIÓN

El objetivo de este estudio fue comparar los tipos de estresores, apoyos y niveles de salud mental en dos grupos, uno integrado por agentes de policía y otro por efectivos del ejército mexicano de la zona norte del país. En general, se encontró mayor estrés, bajo apoyo y peor salud mental en el grupo de los militares. Al momento de analizar cada uno de los tipos de estrés y apoyos se encontró que tanto los policías como los militares perciben el mismo nivel de estrés de trabajo. Aparentemente, la disciplina y las líneas de mando verticales que caracterizan a estas instituciones no son un aspecto que genere tensión ni malestar en el grupo. Esto es acorde a lo encontrado por Linares (2001) en cadetes de la armada de México. En tal estudio se halló que aquellos cadetes que no desertaron tenían más necesidad de apego a la autoridad y deferencia como rasgos de personalidad.

Para este grupo de militares, los estresores sociales y personales tienen peores puntajes. Una posible explicación se refiere al nivel de impacto de la actividad operativa. Es decir, los militares están más expuestos a situaciones de enfrenta-

mientos armados con grupos de la delincuencia organizada. Además, respecto al apoyo social, puede ser coherente la percepción de bajo apoyo en militares, ya que, como lo indica la naturaleza del trabajo, deben estar lejos de sus familiares y seres queridos por periodos prolongados. En términos generales, pertenecer a la SEDENA, según este grupo de efectivos, es más estresante y con mayores riesgos a la salud mental, que pertenecer a la policía municipal.

Las limitaciones de este estudio recaen en que los grupos estudiados no son representativos del universo de efectivos que se encuentran en el país. Por otro lado, existieron serias dificultades para acceder a ambos grupos, especialmente al grupo de los militares. Pese a ello, ha sido viable seguir estudiando. Además, se cuenta con evidencia de la necesidad de focalizar los esfuerzos en el mantenimiento de la salud mental de los empleados expuestos a situaciones de conflicto armado. Por todo lo anterior, agradecemos infinitamente el apoyo de las autoridades que dieron permiso para aplicar los cuestionarios, a los alumnos que participaron en la aplicación y la captura y, sobre todo, a los policías y soldados que respondieron a las encuestas.

CONCLUSIONES

En esta investigación se evaluaron los niveles de estresores y apoyos de policías y militares, y se contrastaron las diferencias entre ellos.

El personal militar mostró mayores niveles de estrés personal y social, así como menor apoyo en las mismas tres dimensiones. Ello concuerda con lo establecido por Gil-Monte (2012), quienes refieren que la falta de apoyo social puede provocar el estrés laboral.

En cuanto al estrés en el trabajo, ambos sectores perciben igual nivel de estrés laboral. Los militares tuvieron una mayor salud mental deficitaria que los policías debido al interjuego de más estímulos estresores (narcotráfico y crimen organizado) y menor apoyo (personal, laboral y social), lo cual les significa mayor depresión, pesimismo y desgano ante la vida, aunados a miedo constante, baja autoestima y sufrimiento (Gutiérrez y Ostermann, 1994).

Este estudio contribuye al campo de la Psicología del personal de seguridad y pone en relieve aspectos que podrían ser atendidos para mejorar su salud física y mental.

REFERENCIAS

- Agencia Europea para la Seguridad y Salud del Trabajo (2005). El estrés relacionado con el trabajo. Luxemburgo (Reino Unido). Recuperado de: <https://osha.europa.eu/es/tools-and-publications/publications/reports/203>
- Åkerstedt, T., Knutsson, A., Westerholm, P., Theorell, T., Alfredsson, L., y Kcklund, G. (2002). Sleep disturbances, work stress and work hours: A cross-sectional study. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(3), 741-748.
- Alonzo, F. (2010). *¿Por qué trabajamos? El trabajo entre el estrés y la felicidad*. España, Madrid: Ediciones Díaz de Santos.
- Carrobbles, J. A. (2008). *Análisis y modificación de la conducta. Aplicaciones clínicas*, 4ta. edición. España, Madrid: UNED, Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Chaves, L. y Orozco, A. (2015). Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento al estrés en soldados: un estudio correlacional. *Revista de Psicología, Universidad de Antioquia*, 7(1), 35-56.
- Cirera, O., Aparecida, E., Rueda, E. y Ferraz, O. (2012). Impacto de los estresores laborales en los profesionales y en las organizaciones. Análisis de investigaciones publicadas. *Invenio*, 15(29), 67-80.
- History Channel. (2016). El cerebro humano. Documentales en español. Recuperado de <https://youtu.be/pLyEZD7nrms>
- El-Sahili, F. (2015). *Burnout consecuencias y soluciones*. México: Manual Moderno.
- García, T. (2011). *Más allá del estrés*. Madrid: Bubok Publishing, S.L.
- Gil-Monte, P. (2012). Riesgos psicosociales en el trabajo y salud ocupacional. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 29(2), 237-341.
- González, M., Lacasta, M. A. y Ordoñez, A. (2008). *Síndrome de agotamiento profesional en Oncología*. Madrid: Médica Panamericana.
- Gutiérrez, R. y Ángeles, Y. (2012). *Estrés organizacional*. México: Ed. Trillas.
- Gutiérrez, R. y Romero, E. (2005). El SWS-Survey © de Salud Mental, estrés y trabajo, una alternativa para evaluar el estrés organizacional, en A. Juárez (2005) (comp.), *Estrés psicosocial en el trabajo*. UNAM FES Iztacala.
- Gutiérrez, R. y Ostermann, R. (1994). *El SWS-SURVEY© de Salud mental, estrés y trabajo*. Ed. Universidad Nacional Autónoma de México y Fairleigh Dickinson University (EUA).

- Gutiérrez, R., Chávez, V., Contreras, C. e Ito, E. (2001). Relación de las escalas de estrés del SWS-Survey y el inventario de depresión de Beck y desempeño en profesionales de la salud. *Revista Mexicana de Psicología*, 18(1), 182-190.
- Lee, T. Jobs Rated Report 2015: Ranking the Top 200 Jobs. Career cast.USA [publicación periódica en línea] 2015. [citado: 2016 abril]. 1(1). Recuperado de <http://www.careerast.com/jobs-rated/jobs-rated-report-2015-ranking-top-200-jobs>
- Linares, O. L. (2001). *Algunos rasgos de personalidad en alumnos de un plantel naval militar mediante la prueba de frases incompletas de Sacks en un análisis de contenido*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Luceño, L., Rubio, S., Díaz, E. y Martín, J. (2010). Percepción de riesgos psicosociales en distintas muestras de trabajadores españoles. En *EduPsykhé*, 9 (1), 119-141.
- Moreno-Jiménez, B., Morante, M. E., Garrosa, E., y Rodríguez, R. (2004). Fatiga por compasión o estrés traumático secundario. Nuevas formulaciones para un viejo problema. En *Psicología Conductual*, 12, 215-231.
- Moreno, M., Menéndez, J. y Turró, C. (2001). Factores psicosociales y estrés en el medio militar, *Revista Cubana de Medicina Militar*, 30(3), 183-189.
- Pita, B. (2006). La Universidad Santo Tomás y su Contribución en el campo de la Educación a Distancia en Colombia. RIED, vol. 9. 1(2), pp. 93-125.
- Ruiz, M. (2017). *Estrés laboral en el desempeño de los policías del departamento antinarcóticos de la ciudad de León en el período Marzo – Noviembre 2007*. Tesis Recuperado de <http://repositorio.cnu.edu.ni/Record/RepoUNANL2676/Details>
- Sánchez, M. (2017). Las consecuencias de la guerra en las emociones y la salud mental. Una historia de la psicopatología y medicalización en los frentes bélicos de Occidente (1914-1975). *Revista de estudios sociales* (62), 90-101
- Sarsosa, K., Paerez, N., y Alzate, C. (2013). Prevalencia del síndrome de quemarse en el trabajo en policías de Cali. *Informes Psicológicos*, 13(2), 43-58.
- Selye, H. (1984). Stress de grands specialistes respondent. Ediciones Masajar de las Universidades: Bilbaostudy. *Revista Journal of Psychosomatic Research*, 53(3), 741-748.
- Vallejo, A. y Terranova, L. (2009). Estrés postraumático y psicoterapia de grupo en militares. En *Terapia psicológica*, 27(1), 103-112.

- Vasconcelos, M. (2013). Recursos personales y organizacionales para generar la elaboración de estrategias de afrontamiento y prevención del desgaste ocupacional. En *UARICHA México*, 10(22), 139-149.
- Wieclaw, J., Agerbo, E., Mortensen, P. B. & Bonde, J. P. (2006). Risk of affective and stress related disorders among employees in human service professions. *Occupationa Environmental Medicine*, 63(5), 314-319.

*Mediación e intervención de la psicología
en situaciones actuales de vulnerabilidad,*
de Ruth Vallejo Castro, Joel Zapata Salazar
y Hans Hiram Pacheco García (coords.),
se terminó de imprimir en Pandora Impresores, S. A. de C. V.,
Cañas 3657, La Nogalera, Guadalajara, Jalisco, México.
El tiraje consta de 500 ejemplares.