

Carta al Director

Estrés en las Unidades de Intervención Policial

Police Intervention Units Stressed Out

Miguel López Gobernado¹, Carlos Javier López-Gobernado²

1. Servicio de Estudios Documentación y Estadística de la Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León. Valladolid. España.
2. Cuerpo Nacional de Policía. Madrid. España.

Recibido: 20-03-2018

Aceptado: 22-03-2018

Correspondencia:

Dr. Miguel López Gobernado.

Servicio de Estudios Documentación y Estadística de la Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Paseo de Zorrilla nº1. 47007 Valladolid.

Teléfono: 983328000. Ext. 806242.

Correo electrónico: mlopezgov@saludcastillayleon.es

Sra. Directora,

A propósito del fallecimiento por infarto agudo miocardio (IAM) de un agente de la policía autonómica del País Vasco (Ertzaintza) en febrero de 2018, durante una intervención policial, desde nuestra experiencia, quisiéramos hacer algunas aportaciones.

Las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado, en concreto las unidades especializadas en mantenimiento de orden público, tienen una exposición repetida y prolongada a cargas de trabajo pesadas, alta tensión laboral y violencia en el lugar de trabajo, todo lo cual tiene un impacto negativo en la salud física y mental. Los agentes de policía, en general tienen una gran capacidad de adaptación, en algunas ocasiones ciertos requerimientos del trabajo obligan a realizar un esfuerzo adaptativo para el que el sujeto no está preparado, lo cual le origina una serie de problemas de adaptación o de ajuste.

Una revisión sistemática publicada recientemente sobre el estrés relacionado con el trabajo como factor de riesgo cardiovascular en los agentes de policía¹ ha puesto de manifiesto que existe una asociación entre el estrés y la morbilidad de la enfermedad cardiovascular. Un estudio longitudinal evaluó la asociación entre el estrés laboral y el síndrome metabólico (SMet) en una unidad especial de la policía y concluyó que el estrés relacionado con el trabajo induce al SMet, particularmente a través de sus efectos sobre los lípidos en la sangre². A su vez, un estudio que relacionaba el sMet con las características del sueño en policías, concluyó que la corta duración del sueño y la mala calidad del sueño pueden afectar la salud mental de estos profesionales³.

Si bien es cierto, las Unidades de Intervención son especialmente resistentes al estrés⁴, en parte debido a las características y la personalidad de los individuos que las componen, pero principalmente a causa de la formación y entrenamiento recibido. Una identificación temprana de los trabajadores en riesgo y la



<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

detección de trastornos psicológicos y psiquiátricos son esenciales para prevenir la enfermedad y establecer una mejora efectiva de los niveles de salud en esta categoría profesional.

Un buen principio de precaución sería adoptar programas de promoción de la salud en el lugar de trabajo diseñados para implementar estrategias de manejo del estrés en este tipo de trabajadores¹. Cursos de capacitación a medida y programas de apoyo pueden también ser herramientas útiles y efectivas para prevenir el estrés antes de que se vuelva crónico². A su vez, una adecuada organización de jornadas y turnos de trabajo puede promover el bienestar psicológico⁵, pese a lo complejo que pudiera ser en determinadas unidades que, dependiendo de múltiples factores, ven sometidos sus horarios a diversas contingencias.

Esta contribución pretende señalar que la realización de estudios bien diseñados, en las Unidades de Intervención Policial, permitiría un mejor conocimiento de la epidemiología de la enfermedad cardiovascular y metabólica en nuestro entorno, elemento clave a la hora de establecer estrategias de salud laboral para la prevención de los riesgos psicosociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Magnavita N, Capitanelli I, Garbarino S, Pira E. Work-related stress as a cardiovascular risk factor in police officers: a systematic review of evidence. *Int Arch Occup Environ Health*. 2018. doi: 10.1007/s00420-018-1290-y. [Epub ahead of print]
2. Acquadro Maran D, Varetto A, Zedda M, Ieraci V. Occupational stress, anxiety and coping strategies in police officers. *Occup Med (Lond)*. 2015;65:466-73.
3. Yoo H, Franke WD. Sleep habits, mental health, and the metabolic syndrome in law enforcement officers. *J Occup Environ Med*. 2013 ;55:99-103.
4. Sánchez-Teruel D, Robles-Bello MA. Personalidad y resiliencia en un cuerpo especial de la Policía Nacional de España. *Journal of Work and Organizational Psychology*. 2014;30: 75-81.
5. Houdmont J, Randall R. Working hours and common mental disorders in English police officers. *Occup Med (Lond)*. 2016;66:713-18.