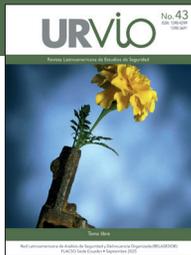




Misceláneos



doi.org/10.17141/urvio.43.2025.6460

Después del enfrentamiento: estrés en policías de zona rural del noreste de México

After the confrontation: stress on police officers in rural Northeastern Mexico

Cecilia Meza-Peña,¹ Amelia del Pilar Bravo-Garza²
y Mario-Alberto Loredovilla³

Recibido: 10 de enero de 2025

Aceptado: 30 de abril de 2025

Publicado: 1 de septiembre de 2025

Resumen

Introducción: México actualmente vive una situación de inseguridad y violencia que ha generado inquietud en distintos sectores de la población e instancias gubernamentales. La fuerza policial es la encargada de enfrentar y solucionar esta problemática, por lo que los elementos que pertenecen a este grupo se ven frecuentemente expuestos a situaciones de riesgo que pueden afectarlos física o mentalmente. Recientes enfrentamientos y decesos de elementos policiales de una zona rural del estado de Nuevo León han encendido las alarmas y han causado preocupación. **Objetivo:** analizar la relación entre estrés, ansiedad, depresión y *burnout* en los policías de esta comunidad. **Metodología:** estudio transversal correlacional con enfoque cuantitativo. Participaron 112 elementos de policías y protección civil. Se midieron las variables psicológicas con los siguientes instrumentos: Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés y la Escala de Resiliencia Mexicana para adultos. **Conclusiones:** los elementos de protección a la seguridad pública de la población ven mermada su salud mental debido a las situaciones estresantes que enfrentan, así como a las vivencias de su vida privada. Es importante que, en las intervenciones en materia de salud mental, se desarrollen protocolos de atención para este sector poblacional, constantemente expuesto al estrés de su trabajo.

Palabras clave: ansiedad; depresión; estrés; inseguridad; policías

Abstract

Introduction: Mexico is currently experiencing a situation of insecurity and violence that has generated concern among different sectors of the population and government agencies. The police force is in charge of confronting and solving this problem, and its members are frequently exposed to risky situations that can affect them physically and/or mentally. Recent confrontations and deaths of police officers in a rural area of the State of Nuevo Leon have raised the alarm causing concern. **Objective:** to analyze the relationship between stress, anxiety, depression and burnout in police officers of this community. **Methodology:** cross-sectional correlational study with quantitative approach. A total of 112 police and civil protection officers participated. The measurement of psychological variables was carried out with the following instruments: Depression, Anxiety and Stress Scale and the Mexican Resilience Scale for adults. **Conclusions:** the elements of public safety protection of the population see their mental health diminished due to the stressful situations they face, as well as the experiences of their private life. It is important that, in mental health interventions, care protocols are developed for this population sector, which is constantly exposed to the stress of their work.

Keywords: anxiety; depression; insecurity; police officers; stress

1 Universidad Autónoma de Nuevo León, México, cecilia.mezapn@uanl.edu.mx, orcid.org/0000-0003-3678-2836

2 Universidad Autónoma de Nuevo León, México, AMELIA.BRAVOGRZ@uanl.edu.mx, orcid.org/0000-0002-6001-8400

3 Universidad Autónoma de Nuevo León, México, MARIO.LOREDOVLL@uanl.edu.mx, orcid.org/0009-0001-2094-7969



Introducción

La inseguridad en México representa una preocupación creciente. Desde la declaratoria de guerra contra el crimen organizado en 2006, el país ha experimentado un notable incremento de la violencia (Rosen y Zepeda 2016). Esta situación ha escalado a tal magnitud que, en 2021, el Índice Global del Crimen Organizado ubicó a México en el cuarto lugar mundial en criminalidad, superado en América solo por Colombia.

En el contexto de la percepción sobre seguridad pública, la Encuesta Nacional de Seguridad Pública Urbana (ENSU), del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI 2024a), reveló que, tan solo en el primer trimestre de 2024, el 61 % de los ciudadanos mexicanos encuestados consideraba inseguro vivir en su ciudad debido a la delincuencia.

Según Herrera-Laso (2012), la inseguridad que percibe la población se atribuye a diversos factores, entre los que se encuentran la pobreza, la precariedad en las condiciones de vida, la violencia intrafamiliar y la presencia del crimen organizado. Además, este autor señala que diversos elementos propician la violencia, como las altas tasas de violencia intrafamiliar y la inseguridad en distintos entornos sociales, que a menudo se manifiestan a través de pandillas juveniles.

Específicamente en el estado de Nuevo León, México, la Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre Seguridad Pública (ENVIPE) del INEGI (2024b) indica que el 70,3 % de los ciudadanos mayores de edad considera la inseguridad como el principal problema estatal. Este mismo documento reporta una tasa de incidencia delictiva de 28,171 casos por cada 100 000 habitantes en Nuevo León. Además, se destaca que solo el 9,5 % de los delitos no son denunciados, ya que la población percibe el proceso como una pérdida de tiempo, además de que expresan sentir desconfianza hacia las autoridades.

Aunado a lo expuesto, la Fiscalía General de Justicia del Estado de Nuevo León (2023) advierte que el 33,4 % de la población ha presenciado al menos un conflicto o enfrentamiento en su vida. Algunos municipios del mismo estado reportaron un aumento de delitos entre enero y mayo de 2023, principalmente robos, homicidios culposos, amenazas y privaciones ilegales de la libertad. Estas cifras nacionales y estatales ilustran la inseguridad y violencia a la que el personal policial se expone constantemente durante su jornada laboral.

Mientras la población general se ve afectada por la inseguridad, el sector encargado de garantizarla también debe lidiar con las implicaciones emocionales de esta realidad. En México, la fuerza policial es la primera línea de defensa en enfrentamientos con grupos delictivos (Villasana 2022), mientras que cuerpos como Protección Civil brindan apoyo a las fuerzas policiales para salvaguardar la seguridad ciudadana (Gobierno del Estado 2022). Ambos grupos comparten el objetivo común de garantizar la seguridad y proteger a la población.

Las consecuencias directas de esta exposición son evidentes. En 2021 el INEGI (2022) reportó 945 elementos fallecidos de instituciones de seguridad pública en Nuevo León. De estos, 10,15 % (96 elementos) murieron por homicidio doloso y 0,52 % (5 elementos) por homicidio culposo. Adicionalmente, 74 elementos de seguridad fallecieron durante su jornada laboral, el 66,2 % a causa de enfrentamientos armados.

En cuanto a la capacidad operativa, el estado de Nuevo León cuenta con entre 5000 y 15 000 personas registradas en instituciones de seguridad pública, con aproximadamente un elemento de policía preventiva por cada 1000 habitantes, y ocupa el octavo lugar a nivel nacional en este aspecto (INEGI 2022). Este mismo informe de 2021 registra de 51 a 100 muertes, 77 lesiones y un elemento desaparecido.

Debemos enfatizar que el ámbito laboral policial es un entorno de alto estrés debido a la constante exposición a situaciones violentas y exigentes que ponen en riesgo la vida de quienes ejercen esta profesión. Esto afecta a su bienestar más allá del trabajo y genera consecuencias tanto emocionales como físicas (Alfan y Almigo 2024). Maglia (2020) subraya que la muerte es un factor cotidiano para los elementos de seguridad, quienes presencian enfrentamientos y pérdidas, tanto de civiles como de compañeros. La mayoría de las muertes policiales ocurren en intervenciones como enfrentamientos armados o persecuciones.

A nivel internacional, Blanco-Álvarez y Thoen (2017) realizaron un estudio con policías penitenciarios en Costa Rica, e identificaron que, además de factores laborales, algunas situaciones personales influyen en los niveles de ansiedad. Su estudio reveló que quienes cuentan con un segundo empleo reportaron niveles de ansiedad más altos. Aunque los problemas de salud en general no fueron una variable significativa, los policías diagnosticados con asma manifestaron mayores niveles de estrés en comparación con quienes no padecían enfermedades crónicas o tenían otras (diabetes, hipertensión, etc.).

En un estudio realizado en Nepal con agentes de policía de tránsito, se evaluó la prevalencia de depresión, ansiedad, estrés, factores asociados y estrategias de afrontamiento. Los resultados revelaron que el 42,3 % experimentaba síntomas de depresión, el 47 % ansiedad y el 44 % estrés. Además, las jornadas laborales prolongadas se asociaron significativamente con una mayor probabilidad de experimentar estos síntomas (Yadav et al. 2022).

De manera similar, una investigación en la India encontró altos niveles de depresión, ansiedad y estrés en el personal policial del departamento civil. Aproximadamente el 10 % de los oficiales experimentaban síntomas depresivos moderados, el 26,7 % depresión grave y el 24,2 % niveles extremadamente severos. En cuanto a la ansiedad, el 21,7 % presentaba ansiedad moderada, el 10,8 % severa y el 35,0 % niveles extremadamente severos. Respecto al estrés, el 14,2 % reportó un nivel normal, 18,3 % leve, 29,2 % moderado, 27,5 % severo y 10,8 % extremadamente severo (Jude y Leena 2020).

El estrés ocupacional excesivo y agotador puede desencadenar trastornos psicológicos, e impactar negativamente la salud mental y, por ende, en el desempeño profesional de los policías. Vancini et al. (2018) destacan que los policías enfrentan exigencias ocupacionales y laborales extremas con poco tiempo disponible para cuidar su salud.

Estudios como el de Nieuwenhuys y Oudejans (2011) en los Países Bajos mostraron que los altos niveles de ansiedad tuvieron un efecto negativo en la precisión del tiro en policías. Por otro lado, en Canadá, Chan y Andersen (2020) advirtieron que los factores estresantes organizacionales pueden contribuir a la presencia de lesiones por estrés operativo y depresión en elementos policiales.

En México, Linares (2022) llevó a cabo un estudio en Durango donde encontró que el 20 % de los elementos policiales reportan altos niveles de estrés, mientras que el resto presenta un buen nivel de salud mental y percepción de apoyo laboral. Este estudio también sugirió que el estrés en el trabajo no es un predictor significativo de salud mental deficiente, sino que lo son el estrés personal y social.

La Organización Mundial de la Salud (2020) ha señalado que diversos aspectos del ámbito laboral pueden tener repercusiones en la salud física y mental de los trabajadores. Además, afectan no solo a su rendimiento laboral, sino también interfieren en sus actividades familiares y sociales.

A lo largo de los años, ha crecido el interés por estudiar los factores que generan estrés en los policías. Según Padilla (2020), elementos organizacionales u ocupacionales pueden originar el estrés. Las encuestas a la comunidad policial revelan que los factores organizacionales, como las largas jornadas laborales y los cortos descansos, son los que más influyen en su salud mental o el mal humor. Elliot-Davies (2021) confirmó que, en 2020, el 33 % de los encuestados reportó encontrar su trabajo muy o extremadamente estresante. Un estudio en el Reino Unido también mostró un aumento de casi el doble en la tasa de ausentismo por enfermedades psicológicas, traumas o estrés en los últimos 10 años, pasando del 4,72 % en 2008 al 8,82 % en 2018 (Cartwright y Roach 2020).

En 2015, MIND implementó un programa para mejorar la salud mental del personal de servicios de emergencia en Inglaterra. Una encuesta realizada como parte de este programa, con 1194 respuestas de elementos policiales, arrojó que el 91 % del personal había experimentado estrés, mal humor o mala salud mental mientras estaba en servicio.

Este estudio surge del interés por comprender la salud mental de la fuerza policial y de protección civil de una comunidad rural en Nuevo León, quienes se han visto afectados por repetidos enfrentamientos con grupos del crimen organizado. El objetivo fue determinar los niveles de estrés, ansiedad, depresión y burnout; analizar la relación entre el estrés y estas variables psicológicas, y contrastar las diferencias según la pertenencia a una unidad policial o de protección civil, el sexo y el tipo de estrés manifestado en policías de esta zona rural del estado de Nuevo León.

Metodología

Se diseñó un estudio no experimental, transversal de tipo correlacional en una población rural del estado de Nuevo León México.

Participantes

De los 136 elementos evaluados, finalmente se incluyen en el estudio 112 personas, 91 elementos de policías y 21 de protección civil, con una media de edad de 35,46 años ($DE= 12,24$). El

17,6 % fueron hombres y el 21,4 % mujeres. El 50 % de ellos cuenta con estudios de preparatoria, un 38,4 % estudios de secundaria, un 4,5 % tiene estudios de licenciatura trunca, solo un 5,4 % posee el nivel de licenciatura, y solo uno (0,9 %) presenta estudios de primaria, así como uno (0,9 %) presenta estudios de posgrado.

Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) (Lovibond y Lovibond 1995a). Esta escala permite evaluar los estados emocionales negativos en tres dimensiones: depresión, ansiedad y estrés. Cada una de estas dimensiones cuenta con siete ítems, cuyas opciones de respuesta se encuentran en una escala tipo Likert de 0 a 3 puntos, en la que se señala el acuerdo con la presencia e intensidad de cada síntoma en la última semana. El participante responde a los enunciados considerando la medida en que dicha afirmación se aplica en su vida en el lapso de la última semana. Con la suma directa de los ítems se obtiene el puntaje en cada dimensión, el cual oscila entre los 0 y 21 puntos. La escala ha mostrado buena consistencia interna en población hispanoparlante, con un alfa de Cronbach de 0,96 para la escala total, siendo de 0,93 para depresión, 0,86 para ansiedad y 0,91 para estrés (Daza et al. 2002). En este estudio se utilizan los puntos de corte propuestos por Lovibond y Lovibond (1995b).

Escala de Burnout (Maslach Burnout Inventory (MBI) (Maslash y Jackson 1996). Esta escala permite evaluar el desgaste profesional. Se compone de 22 ítems que indagan los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia las personas, para conocer la frecuencia y la intensidad del *burnout*. Las opciones de respuesta van de 0 = nunca a 6 = todos los días. La escala incluye tres dimensiones. El agotamiento o cansancio emocional (CE) evalúa la vivencia de estar exhausto emocionalmente debido a las demandas laborales y se integra por nueve ítems, que dan una puntuación máxima de 54. La dimensión de despersonalización (DP) permite conocer el grado en que se reconocen las actitudes de frialdad y distanciamiento; lo integran cinco ítems, con una puntuación máxima de 30. Con la dimensión de realización personal (RP) se busca evaluar la percepción de autoeficiencia y realización personal en el trabajo; se integra de ocho ítems cuya puntuación máxima es de 48. Las primeras dos dimensiones se interpretan a mayor puntuación mayor agotamiento o despersonalización, mientras que la realización personal se interpreta a menor puntaje menor realización. En este estudio se retoman los puntos de corte propuestos por López-León y colaboradores (2006), en donde CE bajo ≤ 18 , CE medio de 19-26 y CE alto ≥ 27 ; DP bajo, ≤ 5 , DP media de 6-9 y DP alta, ≥ 10 , finalmente RP baja ≤ 33 , RP media de 34-39 y RP alta, ≥ 40 .

Procedimiento

La evaluación fue propuesta al municipio en respuesta a las inquietudes por la salud mental del cuerpo policiaco y de protección civil, quienes ante enfrentamientos con grupos delictivos armados presentaban problemas de ansiedad, depresión y estrés, y solicitaron una intervención psicológica para su población. A petición de las autoridades, se diseñó la evaluación en dos versiones, una impresa y otra en línea. Se incluyeron variables de salud mental que se

consideraron pertinentes. La evaluación se realizó en las oficinas municipales, en donde se reunió a las personas afectadas y se les explicó el propósito de la evaluación, la cual buscaba identificar las áreas de mayor problema en la población para luego diseñar una intervención psicológica que brindase la asistencia requerida.

La muestra se colectó del 30 de enero al 10 de febrero del 2023. Finalmente, los cuestionarios se aplicaron en formato de papel y lápiz; primero se presentó el objetivo del estudio y se solicitó la participación voluntaria, así como el consentimiento de los participantes para usarlo para fines científicos. Participaron 136 elementos de policía y de protección civil. Tras eliminar los protocolos incompletos, la muestra final fue de 112 personas. El proyecto estuvo enmarcado en las recomendaciones sobre ética de la investigación establecidos por la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial 2013).

Análisis de datos

Primeramente, estimamos la normalidad de las variables. Debido a que la prueba Kolmogorov-Smirnov mostró valores de $p = 0,001$, por lo que se rechaza la H_0 , y se eligen en consecuencia pruebas no paramétricas en los análisis de correlación y en las comparaciones de diferencias entre grupos. Para obtener la clasificación del tipo de estrés que viven las personas, se tomó como referente un ítem de la Evaluación Global de Estrés Postraumático (Crespo, Gómez y Soberón 2017), en la cual se establece que, si la experiencia traumática se vivió en el último mes, entonces se clasifica como estrés agudo; cuando la experiencia se vivió en la infancia o adolescencia, o en una temporalidad mayor a un mes, entonces se clasifica como estrés postraumático.

La depresión, la ansiedad y el estrés se clasificaron de acuerdo con la propuesta de los autores originales, quienes establecen puntos de corte que clasifican las variables en normal, leve, moderado, severo y extremadamente severo (Lovibond y Lovibond, 1995b). Para clasificar los niveles de la escala de *burnout* se tomaron los puntos de corte propuestos por sus autores (Maslach y Jackson, 1996), quienes lo clasifican en rangos de bajo, medio y alto. Para los contrastes de grupos se utilizó la prueba U de Mann Whitney, y se compararon por sexo, grupos por adscripción y por tipo de estrés. Todos los cálculos estadísticos se realizaron con el uso del SPSS 21.0, estableciendo el valor de $p < 0,05$ para determinar la significancia estadística de las pruebas.

Resultados y discusión

Inicialmente se evaluaron los niveles de cada variable. Se observó la presencia de sintomatología de estrés agudo en el 17 % ($n = 19$) de los participantes, mientras que el 51,8 % ($n = 58$) presentaron sintomatología de estrés postraumático. Un 31,3 % no respondió a esta interrogante (tabla 1).

En cuanto a los niveles de estrés, la tabla 1 muestra que principalmente el 79,5 % presenta sintomatología de estrés normal, mientras que la sintomatología de depresión se manifiesta en forma moderada en el 83,9 % de los participantes. Aunque un 57,1 % presenta sintomatología de ansiedad moderada, un 23,3 % la presenta en un severa y un 19,6 % extremadamente severa. En torno a la escala de *burnout*, podemos ver en la tabla que el cansancio emocional se manifiesta bajo en la mayoría de los participantes (86,6 %), el 65,2 % manifiesta despersonalización baja y el 50,9 % una realización personal alta.

Tabla 1. Frecuencias y porcentajes de los diferentes niveles en las variables analizadas

Nivel en variable	Frecuencia	Porcentaje
Estrés postraumático	58	51,8
Estrés agudo	19	17,0
Estrés normal	89	79,5
Estrés leve	19	17,0
Estrés moderado	3	2,6
Estrés severo	1	0,9
Depresión leve	4	3,6
Depresión moderada	94	83,9
Depresión severa	8	7,1
Depresión extremadamente severa	6	5,4
Ansiedad moderada	64	57,1
Ansiedad severa	26	23,3
Ansiedad extremadamente severa	22	19,6
Cansancio emocional bajo	97	86,6
Cansancio emocional medio	7	6,3
Cansancio emocional alto	8	7,1
Despersonalización baja	73	65,2
Despersonalización media	23	20,5
Despersonalización alta	16	14,3
Realización personal baja	40	35,7
Realización personal media	15	13,4
Realización personal alta	57	50,9

Fuente: elaboración propia.

El análisis de relación mostró que el estrés relaciona de manera positiva y alta, siendo esta relación estadísticamente significativa con la sintomatología de depresión y de ansiedad como se puede ver en la tabla 2. Así mismo, se observa una relación positiva y estadísticamente significativa con las dimensiones del *burnout* de agotamiento y despersonalización.

Tabla 2. Relación de estrés con las variables de depresión, ansiedad y escala de *burnout*

Variabes	<i>r</i>	<i>p</i>
Depresión	.630**	.000
Ansiedad	.743**	.000
BO Agotamiento	.370**	.000
BO Despersonalización	.335**	.000
BO Realización Personal	-.072	.452

Fuente: elaboración propia.

Posteriormente, con el fin de conocer las diferencias por grupos de género en cada una de las variables, se realizó un contraste con la prueba *U* de Mann Whitney, y se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en los puntajes totales de sintomatología de estrés y ansiedad (ver tabla 3). No se encontraron diferencias en cuanto a la depresión y las diferentes dimensiones del *burnout*.

Tabla 3. Diferencias por grupos de género de género en las variables

Variable	Género	Medias de Rangos	<i>U</i>	<i>p</i>
Estrés	Hombre	52,56	709,00	.008
	Mujer	70,96		
Depresión	Hombre	54,55	884,50	.190
	Mujer	63,65		
Ansiedad	Hombre	53,32	776,5	.029
	Mujer	68,15		
BO Agotamiento	Hombre	54,18	852	.147
	Mujer	65,00		
BO Despersonalización	Hombre	55,94	1007	.719
	Mujer	58,54		
BO Realización Personal	Hombre	57,66	953,5	.465
	Mujer	52,23		

Fuente: elaboración propia.

Así mismo, buscando contrastar la hipótesis de diferencia entre su adscripción laboral, es decir, si pertenecían al cuerpo de policías o bien al de protección civil, se observaron diferencias estadísticamente significativas en la sintomatología de estrés, depresión, ansiedad y despersonalización; los más afectados en estos aspectos fueron los elementos de protección civil como se muestra en la tabla 4.

Tabla 4. Diferencias por tipo de adscripción laboral en las variables psicológicas

Variable	Adscripción	Medias de Rangos	U	p
Estrés	Policía	47,56	142,00	.001
	Protección civil	95,24		
Depresión	Policía	49,93	358,00	.001
	Protección civil	84,95		
Ansiedad	Policía	50,05	368,5	.001
	Protección civil	84,45		
BO Agotamiento	Policía	54,07	734	.098
	Protección civil	67,05		
BO Despersonalización	Policía	52,37	579,5	.004
	Protección civil	74,40		
BO Realización personal	Policía	57,51	864	.493
	Protección civil	52,14		

Fuente: elaboración propia.

Al analizar los resultados de este estudio, se contrastaron los grupos según su sexo y la corporación a la que pertenecen (policía o protección civil) en relación con el tipo de estrés manifestado, ya sea agudo o postraumático. Es relevante destacar que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas ($p > .05$) entre estos grupos en ninguna de las variables estudiadas, lo que sugiere una igualdad en la forma en que experimentan estas condiciones.

Los hallazgos de este estudio revelan que, si bien el 17 % de los participantes mostró niveles de estrés agudo, una cifra notablemente mayor, poco más de la mitad (51,8 %) reveló la presencia de estrés postraumático (TEPT). Este dato inicial es particularmente relevante para el estrés agudo, pues la intervención con el grupo afectado por su participación en enfrentamientos con grupos del crimen organizado fue muy temprana, ya que la evaluación fue en un plazo menor a los 10 días después de los eventos. De este modo, este 17 % representa esa respuesta inmediata. Por otra parte, el alto porcentaje de quienes presentan TEPT (51,8 %) indica que el personal encuestado ha vivido eventos traumáticos con una temporalidad superior a un mes. Es crucial entender que, si bien este estudio no puede atribuir el TEPT directamente a los sucesos recientes vividos, sí indica una afectación por eventos traumáticos previos en sus vidas. En el caso del estrés agudo, aún se desconoce el alcance a largo plazo de esta manifestación. Afortunadamente, de forma general, cerca del 80 % de los participantes manifiesta un nivel de estrés considerado normal, lo que les permite llevar a cabo sus actividades cotidianas sin impedimentos significativos.

Estos hallazgos coinciden en parte con estudios previos. Por ejemplo, Linares (2022) encontró una presencia de estrés en el 20 % de los elementos policiales en el estado de Durango. Nuestro estudio, con un 17 % de estrés agudo y un 80 % de estrés normal, presenta

similitudes en que una parte significativa de la población no sufre de estrés severo. Además, la naturaleza inherentemente estresante del trabajo policial ha sido señalada de manera consistente con trabajos como el de Baldwin et al. (2019).

El estrés crónico, como señala Mariotti (2015), puede tener un impacto negativo significativo en el bienestar emocional y físico de los policías. Asimismo, la ansiedad es una respuesta natural al estrés, y es común que los agentes de policía experimenten niveles elevados debido a las exigencias y peligros de su trabajo, una observación respaldada por estudios como el de Landman, Nieuwenhuys y Oudejans (2016).

En cuanto a la depresión, el 12,5 % de los participantes mostró rangos de severa a extremadamente severa. Este porcentaje difiere notablemente de lo reportado en estudios con personal policial hindú y nepalí, donde los porcentajes de depresión se ubican en 50,9 % y 42,3 % respectivamente (Jude y Leena 2020; Yadav et al. 2022). La diferencia podría sugerir variaciones culturales, institucionales o de exposición a traumas entre las poblaciones estudiadas. No obstante, la presencia de depresión en nuestros participantes, aunque no ligada de forma directa a los sucesos vividos recientemente, resalta la importancia de la salud mental en el personal policial y la necesidad de una atención integral.

Por otra parte, es notable que la ansiedad se manifestó en mayor medida en los evaluados y afectó al 42,9 % de ellos. Este dato es similar a lo reportado en Nepal con agentes policiales de tránsito por Yadav et al. (2022), quienes también encontraron una alta prevalencia de ansiedad en esta población. Sin embargo, difiere de los hallazgos de Apaza-Llantoy, Cedillo-Ramírez y Correa-López (2021) en personal policial de Perú, donde la depresión mostró una mayor prevalencia en comparación con la ansiedad. Estas diferencias sugieren que la manifestación predominante de malestar psicológico puede variar según el contexto geográfico y las características específicas de la fuerza policial.

Respecto al cansancio emocional (una dimensión del *burnout*), este se presentó en un nivel alto en el 7,1 % de los elementos de seguridad. Los sentimientos de despersonalización afectaron al 14,3 %, y un 35,7 % reportó sentimientos de baja realización personal. Estos porcentajes, aunque no tan elevados como en algunos estudios de estrés y ansiedad, son indicativos de la presencia de *burnout* en la población estudiada, pero debemos señalar que difieren de los hallazgos de Ruiz-Ruano García et al. (2023), quienes encontraron un mayor porcentaje de cansancio emocional y *burnout* en general en policías españoles.

El estrés se presenta en una alta relación con la depresión y la ansiedad, y, en cuanto a las dimensiones del *burnout*, se relaciona significativamente con el agotamiento emocional y la despersonalización. Este hallazgo es similar a lo reportado por McCarty, Zhao y Garland (2007), quienes encontraron que la exposición continua a eventos estresantes en la población policial puede llevar a sentimientos de agotamiento y distanciamiento emocional. Así mismo, el estudio de Kazim y Rafique (2023) con policías paquistaníes evidenció que el estrés laboral se relaciona con el *burnout* ocupacional, así como con el compromiso que sienten por el interés público.

Es crucial abordar el agotamiento emocional que pueden experimentar los policías, ya que este factor denota una falta de recursos emocionales y una creciente sensación de incapacidad para brindar un servicio efectivo a los demás. En contraste, la despersonalización podría considerarse, hasta cierto punto, un mecanismo de defensa o un requisito para ejercer en trabajos como el policial. Permite establecer una distancia emocional con la población atendida, ya que ser demasiado sensible o empático podría obstaculizar la ejecución de ciertas tareas. Sin embargo, como señala Castillo Ramírez (2001), es fundamental monitorear este aspecto, ya que un exceso puede llevar a actitudes negativas e insensibles hacia los demás. Los hallazgos de Kazim y Rafique (2023) en policías paquistanés, así como los de Santa Maria et al. (2021), refuerzan la relación entre estrés laboral y *burnout*, lo que subraya la necesidad de intervenciones para reducir ambos.

Conclusiones y recomendaciones

Aunque las mujeres participantes en este estudio manifestaron mayor estrés y ansiedad, tanto hombres como mujeres se vieron afectados de igual forma por la depresión y los factores del *burnout*. Por otra parte, se observó que el personal de protección civil se ve más afectado por estrés, depresión, ansiedad y despersonalización. Esta última observación podría deberse a que el personal de protección civil, en comparación con la policía, podría no contar con la preparación profesional adecuada para afrontar eventos de enfrentamiento armado contra grupos del crimen organizado, ya que esta no es su área de trabajo principal. Esta situación puede provocar que, ante un llamado de ayuda, el personal intervenga de manera empática colaborando con el personal policial, a costa de un alto nivel de estrés al percibir su vida en peligro y no contar con los recursos ni físicos ni emocionales adecuados para un evento de esta naturaleza.

Si bien el estrés es una constante en la vida de los policías, la naturaleza impredecible y a menudo peligrosa de su trabajo los expone a situaciones de alto estrés de manera regular, ya sea responder a incidentes violentos, lidiar con situaciones de crisis o enfrentar la presión de mantener la seguridad pública. Estudios como el de Fuller, Boland y Salami (2024) señalan que el estrés laboral en personal policiaco interactúa con la frecuencia de los síntomas de estrés postraumáticos, lo cual nos lleva a subrayar la importancia de trabajar con este grupo poblacional, por su alta exposición a este tipo de eventos. Aunado a esto, en nuestro estudio, las mujeres mostraron una mayor afectación, lo cual no implica una mayor sensibilidad innata al estrés, sino que pueden existir otros factores asociados al género que incrementen su carga de estrés.

La incertidumbre y el riesgo inherentes a las tareas que realizan los participantes de este estudio pueden llevar a un estado constante de alerta y preocupación. Además, la ansiedad no controlada puede tener un impacto negativo significativo en la calidad de vida y la capacidad de desempeñar eficazmente su trabajo. El estrés continuo y las experiencias traumáticas

pueden contribuir a desarrollar el *burnout* en los policías, lo que a su vez tiene graves consecuencias para su salud mental y su capacidad para servir a la comunidad de manera efectiva.

Este estudio presenta limitaciones inherentes a la metodología empleada y a los cuestionarios utilizados, lo cual implica que la muestra no es representativa de todo el estado. Sin embargo, señalamos como principal fortaleza el acceso a una población rural y de alto riesgo, la cual ha sido poco representada en estudios previos. La participación de más del 90 % de los elementos que trabajan en ambas corporaciones (policía y protección civil) es un punto fuerte. Dada la temporalidad en que se realizó este estudio en la población afectada, se recomienda dar seguimiento a estos grupos y evaluar en otro momento el impacto de estar ante enfrentamientos con grupos armados. Esto permitirá identificar si persiste el malestar por estrés o si ha evolucionado hacia un estrés postraumático.

Para futuras investigaciones, se recomienda contrastar la experiencia entre la población rural y la población urbana, ya que esto podría arrojar luz sobre la comprensión de la salud mental en el personal policial. También se sugiere incluir otras variables psicológicas que puedan afectar al desempeño de sus funciones. Esto permitiría desarrollar propuestas de prevención en salud mental que contemplen las características específicas de estos grupos poblacionales.

En el caso de poblaciones con características semejantes a la aquí estudiada, consideramos fundamental intervenir psicológicamente mediante servicios de salud mental que les permitan desarrollar habilidades para manejar el estrés, la ansiedad, la depresión y el *burnout*. Las fuerzas de seguridad deben contar con los recursos y apoyo adecuados para ayudar a los agentes a manejar el estrés y desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento. Esto puede incluir programas de capacitación y prevención en salud mental, acceso a servicios de salud mental y promover una cultura organizacional que fomente la resiliencia y el bienestar, como ha señalado Santre (2024).

Se sugiere además analizar las estrategias de un sistema de recompensas al desarrollo de trabajo del personal de la fuerza policíaca, ya que estudios como el de Santa María et al. (2021) han demostrado que estos sistemas de premios o recompensas representan un factor protector ante el *burnout* en policías alemanes. Así mismo, desarrollar actividades que promuevan satisfacción laboral puede ser un factor importante para reducir el estrés laboral (Alfan y Almigo 2024). Estas propuestas están en línea con las conclusiones de múltiples estudios, que enfatizan la necesidad de programas de apoyo psicológico y manejo del estrés.

Bibliografía

- Alfan, Choirul, y Nuzsep Almigo. 2024. "Work Stress and Job Satisfaction among Police Officers at Palembang Resort Police Station". *ELS Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities* 7(3): 426-431. doi.org/10.34050/elsjish.v7i3
- Apaza-Llantoy, Katherine D., Lucy Cedillo-Ramírez, y Lucy E. Correa-López. 2021. "Factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en el contexto de la pandemia por Covid-19"

- en policías de Lima Metropolitana, Perú”. *Revista de la Facultad de Medicina Humana* 21(4): 809-818. [dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i4.4227](https://doi.org/10.25176/rfmh.v21i4.4227)
- Asociación Médica Mundial. 2013. “Declaración de Helsinki. Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos”. Asociación Médica Mundial 59. Declaración Helsinki.
- Baldwin, Simon, Craig Bennell, Judith P. Andersen, Tori Semple y Bryce Jenkins. 2019. “Stress-activity mapping: physiological responses during general duty police encounters”. *Frontiers in psychology* 10, 2216. doi.org/10.3389%2Ffpsyg.2019.02216
- Blanco-Álvarez, Tatiana María, y Megan A. Thoen. 2017. “Factores asociados al estrés laboral en policías penitenciarios Costarricenses”. *Revista Costarricense de Psicología* 36: 45-59. <https://www.redalyc.org/journal/4767/476754919003/html/>
- Cartwright, Ashley, y Jason Roach. 2020. “The wellbeing of UK police: a study of recorded absences from work of UK police employees due to psychological illness and stress using freedom of information act data”. *Policing: A Journal of Policy and Practice* 15(2): 1326-1338. doi.org/10.1093/police/paaa033
- Castillo Ramírez, Sisy. 2001. “El síndrome de ‘Burn Out’ o síndrome de agotamiento profesional”. *Medicina Legal de Costa Rica* 17(2): 11-14.
- Chan, Jeniffer F., y Judith P. Andersen, 2020. “Influence of organizational stress on reported depressive symptoms among police”. *Occupational Medicine* 70: 496-502. doi.org/10.1093/occmed/kqaa14
- Crespo, María, María del Mar Gómez y Carmen Soberón. 2017. *Evaluación Global de Estrés Postraumático. Manual EGEP5*. España: TEA.
- Daza, Patricia, Diane M. Novy, Melinda A. Stanley y Patricia Averill. 2002. “The Depression Anxiety Stress Scale-21: Spanish translation and validation with a Hispanic sample”. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 24(3): 195-205. doi.org/10.1023/A:1016014818163
- Elliot-Davies, Mary. 2021. *Demand capacity and welfare survey 2020: headline report January 2021*. Police Federation. DCWS 2020
- Fiscalía General de Justicia del Estado de Nuevo León. 2023. “Estadísticas por municipio”. Estadísticas por municipio.
- Fuller, Erica, Grace M. Boland y Temilola Salami. 2024. “The impact of critical incidents, work stress, and organizational support on PTSD symptoms among law enforcement officers: a moderated moderation model”. *Police practice and research* 25(3): 308-323. doi.org/10.1080/15614263.2023.2231594
- Gobierno del Estado. 2022. “Acerca de esta dependencia”. 06 de Junio. <https://www.nl.gob.mx/proteccioncivil>
- Herrera-Lasso, Luis. 2012. “Factores que propician la violencia y la inseguridad: apuntes para una estrategia integral de seguridad pública en México”. *México: Grupo Coppan SC Manuscript*.
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística. 2022a. “Censo Nacional de Seguridad Pública Estatal”. Censo Nacional de Seguridad Pública Estatal 2022.

- Instituto Nacional de Geografía y Estadística. 2022b. “Encuesta Nacional de Victimización y Percepción Sobre Seguridad Pública”. ENVIPE 2022
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística. 2023. “Encuesta Nacional de Seguridad Pública Urbana (ENSU)”. ENSU 2023
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística. 2024a. “Encuesta Nacional de Seguridad Pública Urbana (ENSU). Primer trimestre 2024”. ENSU 2024
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística. 2024b. “Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre Seguridad Pública (ENVIPE) 2024”. ENVIPE 2024 Nuevo León
- Jude, S., y ST. Leena. 2020. “Depression, Anxiety and Stress among Civil Police Officers in Kerala”. *Journal of Psychosocial Research* 15, 213-225.
- Kazim, Syed Musa, y Rafia Rafique. 2023. “Occupational Stress and Burnout in Police Officers: Moderating Role of Attachment to Policy Making and Commitment to Public Interest”. *Journal of Excellence in Management Sciences* 2(2): 112-139.
- Landman, Annemarie, Arne Nieuwenhuys, y Raoul. R. D. Oudejans. 2016. “Decision-related action orientation predicts police officers’ shooting performance under pressure”. *Anxiety Stress Coping*, 29: 570. doi.org/10.1080/10615806.2015.1070834
- Linares Olivas, Oliverio Leonel. 2022. “Salud mental y estrés laboral en un grupo de policías municipales”. *Revista de Estudios Clínicos e Investigación Psicológica* 13: 32 - 46. doi.org/10.56342/ recip.vol13.n25.2023.4
- López-León, Elizabeth, José Raymundo Rodríguez-Moctezuma, Juan Manuel López-Carmona, María Luisa Peralta-Pedrero y Catarina Munguía-Miranda. 2006. “Desgaste profesional en médicos familiares y su asociación con factores sociodemográficos y laborales”. *Medigraphic Artemisa en Línea* 45(1): 13-19. Desgaste profesional en médicos
- Lovibond, Peter F, y Syd H. Lovibond. 1995a. “The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories”. *Behaviour Research and Therapy* 33: 335–343. doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-uReturn
- Lovibond, Syd H., y Peter F. Lovibond. 1995b. *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales* (2nd. Ed.). Sydney: Psychology Foundation.
- Maglia, Elea Paola. 2020. “El morir y los muertos en la profesión policial: el caso de la Policía Federal Argentina”. Tesis de Doctorado, Universidad Nacional de San Martín. <https://ri.unsam.edu.ar/handle/123456789/1245>
- Mariotti, Agnese. 2015. “The effects of chronic stress on health: new insights into the molecular mechanisms of brain–body communication”. *Future science OA* 1(3). doi.org/10.4155%2Ffso.15.21
- Maslach, Cristina, y Susan Jackson. 1996. *Manual del Inventario Burnout de Maslach*. Madrid: TEA.
- McCarty, William P., Jihong Zhao y Brett E. Garland. 2007. “Occupational stress and burnout between male and female police officers: Are there any gender differences?”. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management* 30(4): 672-7.

- MIND. 2015. "Blue Light Scoping Survey". *Blue light scoping survey police*
- National Centre for Farmer Health. 2009. "DASS (Depression and Anxiety Stress Scale) Scoring". <https://farmerhealth.org.au/published-reports-evaluations>
- Nieuwenhuys, Arne, y Raoul Oudejans. 2011. "Training with anxiety: short- and long- term effects on police officers' shooting behavior under pressure". *Cognitive Processing* 12(3): 277-288. doi.org/10.1007/s10339-011-0396-x
- Padilla, Kathleen E. 2020. "Sources and severity of stress in a Southwestern police department". *Occupational medicine (Oxford, England)* 70(2): 131-134. doi.org/10.1093/occmed/kqaa018
- Rosen, Jonathan D., y Roberto Zepeda. 2016. "Una década de narcoviolencia en México: 2006-2016". *Atlas de la seguridad y la defensa de México* 59: 55-65.
- Ruiz-Ruano García, Ana Ma., Miguel Ángel Blaya Sánchez, José Luis López Morales, Ana Isabel Peinado Portero, César Augusto Giner Alegría, Jorge López Puga y Francisco J. Moya-Faz. 2023. "Factores psicosociales de riesgo y burnout en policías: un análisis de redes". *Anales de Psicología* 39(3): 478-486.
- Santa Maria, Andreas, Christine Wolter, Burkhard Gusy, Dieter Kleiber, y Babette Renneberg. 2021. "Reducing work-related burnout among police officers: the impact of job rewards and health-oriented leadership". *The Police Journal* 94(3): 406-421. doi.org/10.1177/0032258X20946805
- Santre, Siriporn. 2024. "Mental disorders and mental health promotion in police officers". *Health Psychology Research* 12: 93904. doi.org/10.52965/001c.93904
- Vancini, Rodrigo, Claudio de Lira, Sarah Anceschi, André V. Rosa, Ana P. Lima-Leopoldo, André S. Leopoldo, Weverton Rufo-Tavares, Marilia S. Andrade, Pantelis Nikolaidis, Thomas Rosemann y Beat Knechtle. 2018. "Anxiety, depression symptoms, and physical activity levels of eutrophic and excess-weight Brazilian elite police officers: a preliminary study". *Psychology Research and Behavior Management* 11: 589-595. Anxiety,depression symptoms and physical activity levels
- Villasana, Mayté. 2022. "Fuerza Civil destaca su crecimiento y capacitación profesional". 19 de octubre. Fuerza civil y crecimiento profesional de labores
- Yadav, Bindita, Anil KC, Sandesh Bhusal, y Pranil Man Singh Pradhan. 2022. "Prevalence and factors associated with symptoms of depression, anxiety and stress among traffic police officers in Kathmandu, Nepal: a cross-sectional survey". *BMJ open* 12(6): e061534. doi.org/10.1136/bmjopen-2022-061534