Salud, Ciencia y Tecnología. 2025; 5:1631
doi: 10.56294/saludcyt20251631

ORIGINAL

Stress management and operational performance of police officers in border regions

Manejo del estrés y rendimiento operativo de los oficiales de policía en regiones fronterizas

Jonathan Cristian Játiva Ruano[1], Carmen Marina Méndez Cabrita[1], Angela Patricia Arellano Guilcamaigua[1], Mayerly Salomé Pozo Mera[1]

[1]Universidad Regional Autónoma de los Andes. Tulcán. Ecuador.

Citar como: Játiva Ruano JC, Méndez Cabrita CM, Arellano Guilcamaigua AP, Pozo Mera MS. Stress management and operational performance of police officers in border regions. Salud, Ciencia y Tecnología. 2025; 5:1631. https://doi.org/10.56294/saludcyt20251631

Enviado: 24-09-2024 **Revisado:** 08-12-2024 **Aceptado:** 25-02-2025 **Publicado:** 26-02-2025

Editor: Prof. Dr. William Castillo-González

Autor para la correspondencia: Jonathan Cristian Játiva Ruano

ABSTRACT

Introduction: the well-being of police officers has been essential for their performance, especially in unsafe environments such as the border region of Tulcán, Ecuador. In fact, work stress and the lack of adequate institutional support have affected their physical, mental and emotional health. Therefore, the present study is aimed at analyzing the factors that affect the physical, mental and emotional well-being of police officers in Ecuador, with special emphasis on the border region of Tulcán. In addition, solutions are proposed to improve institutional support and the balance between work and personal life, to optimize their performance and effectiveness in fulfilling their duties.
Methods: to achieve this objective, a methodological approach was used that included PESTEL analysis to measure each factor that impacts the well-being of officers. While to evaluate the most significant factor, Saaty's AHP method was applied.
Results: the results indicated that stress and social distrust are critical factors, and that individual coping strategies, although useful, are not sufficient without organizational change. Furthermore, the lack of structured institutional support contributed to the intensification of stress among police officers.
Conclusions: it was concluded that it is urgent to implement public policies that promote comprehensive well-being, by improving psychological support programs. Likewise, a collaborative work environment is encouraged that strengthens both the resilience of officers and their operational effectiveness.

Keywords: Work Stress; Police Performance; Occupational Risk; Police Resilience.

RESUMEN

Introducción: el bienestar de los oficiales de policía ha sido esencial para su desempeño, sobre todo en ambientes inseguros como la región fronteriza de Tulcán, Ecuador. De hecho, el estrés laboral y la falta de apoyo institucional adecuado han afectado su salud física, mental y emocional. Por ende, el presente estudio se orienta en analizar los factores que afectan el bienestar físico, mental y emocional de los oficiales de policía en Ecuador, con especial énfasis en la región fronteriza de Tulcán. Además, de proponer soluciones para mejorar el apoyo institucional y el equilibrio entre la vida laboral y personal, para optimizar su rendimiento y eficacia en el cumplimiento de sus funciones.
Método: para lograr este objetivo, se utilizó un enfoque metodológico que incluyó el análisis PESTEL para dimensionar cada factor que impactan el bienestar de los oficiales. Mientras que para evaluar el factor más significativo se aplicó el método AHP de Saaty.
Resultados: los resultados indicaron que el estrés y la desconfianza social son factores críticos, y que las

© 2025; Los autores. Este es un artículo en acceso abierto, distribuido bajo los términos de una licencia Creative Commons (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0) que permite el uso, distribución y reproducción en cualquier medio siempre que la obra original sea correctamente citada

estrategias de afrontamiento individuales, aunque útiles, no son suficientes sin un cambio organizacional. Además, la falta de un apoyo institucional estructurado contribuyó a la intensificación del estrés de los oficiales de policía.
Conclusiones: se concluyó que es urgente implementar políticas públicas que promuevan un bienestar integral, al mejorar los programas de apoyo psicológico. Así mismo que se fomente un entorno laboral colaborativo que fortalezca tanto la resiliencia de los oficiales como su eficacia operativa.

Palabras clave: Estrés Laboral; Desempeño Policial; Riesgo Laboral; Resiliencia Policial.

INTRODUCCIÓN

La labor policial en América Latina constituye una de las bases fundamentales para la seguridad pública y el orden social.[1] Sin embargo, su ejercicio trasciende las nociones comunes de patrullaje y detención de delincuentes. Para comprender la complejidad de esta profesión, es necesario situarla en un ambiente más amplio, que abarque las dinámicas sociales, políticas, económicas, tecnológicas, ecológicas y legales que influyen tanto en la vida de los oficiales como en su impacto en la comunidad. En este escenario, marcado por una creciente delincuencia y una persistente preocupación por la inseguridad, el análisis de la vida del policía adquiere una relevancia crítica.[2]

A lo largo de su evolución, las fuerzas policiales en la región han sido una extensión del poder estatal, con la misión de mantener el orden y garantizar la seguridad.[3] Esta función ha evolucionado en respuesta a las necesidades cambiantes de la sociedad, al generar nuevos desafíos y responsabilidades para los oficiales. En la actualidad, deben enfrentar una creciente presión para adaptarse a un entorno dinámico que combina exigencias operativas, restricciones políticas y expectativas sociales.[4]

De hecho, el ejercicio de la autoridad policial no ocurre en un vacío, sino en un entramado complejo de relaciones sociales y políticas que condicionan tanto el modo de actuar de los oficiales como la percepción que la sociedad tiene de su labor. La interacción entre la policía y la ciudadanía está marcada por tensiones que derivan de la necesidad de equilibrar la seguridad pública con el respeto a los derechos individuales. Este equilibrio resulta esencial para la legitimidad institucional y la confianza pública en las fuerzas de seguridad.[5]

En Ecuador, los policías enfrentan retos que van más allá de los riesgos inherentes a su labor.[6,7] La necesidad de responder eficazmente a la delincuencia, en un ambiente de exigencias sociales y políticas críticas, genera un entorno laboral marcado por el estrés y la constante exposición a situaciones de violencia y trauma.

Además, las exigencias de la vida policial trascienden el ámbito profesional, al afectar la vida personal y familiar de los oficiales. La naturaleza demandante de su trabajo, que incluye largas jornadas, horarios irregulares y una exposición constante al peligro,[8] genera tensiones que deterioran las relaciones familiares y la calidad de vida. El esfuerzo por equilibrar las demandas laborales con las necesidades personales y familiares frecuentemente resulta en agotamiento físico y emocional, al incidir negativamente en su desempeño y bienestar integral.

En el caso de los oficiales en Tulcán, una región fronteriza con Colombia, ilustra las dificultades particulares que enfrentan los policías en ambientes complejos.[9] La proximidad a la frontera aumenta la exposición a actividades ilegales como el tráfico de drogas y armas, al incrementar la presión sobre los oficiales y generar impactos significativos en su dinámica familiar. Las condiciones de vida en estas zonas suelen ser precarias, con recursos limitados y escaso acceso a servicios básicos, al agravar los retos asociados al ejercicio policial.

A través de un análisis específico de la realidad en Tulcán, este estudio se encamina en analizar los factores que afectan el bienestar físico, mental y emocional de los oficiales de policía en Ecuador, con especial énfasis en la región fronteriza de Tulcán. Además de proponer estrategias para mejorar el apoyo institucional y el equilibrio entre la vida laboral y personal, con el fin de optimizar su rendimiento y eficacia en el cumplimiento de sus funciones.

MÉTODO

Esta investigación se enmarca en un enfoque cualitativo orientado a explorar la vida de los policías en América Latina, con un énfasis particular en Ecuador y la ciudad de Tulcán.[10] Este enfoque permite una comprensión detallada y profunda de las experiencias subjetivas de los oficiales, así como de los desafíos inherentes a su labor y las dinámicas sociales que afectan tanto su vida profesional como su impacto en la comunidad.

El diseño metodológico adoptado es de carácter exploratorio y descriptivo, con el propósito de captar las complejidades y matices que caracterizan la vida cotidiana de los policías. Para ello, se recurre a la recolección de datos mediante entrevistas cualitativas, una técnica que ofrece la posibilidad de obtener información rica

y contextualizada sobre sus experiencias, percepciones y estrategias de afrontamiento frente a los retos que enfrentan.[11]

Este diseño investigativo busca no solo documentar los desafíos de los oficiales en su entorno laboral, sino también analizar las interacciones entre su trabajo y su vida personal. De este modo, se pretende construir un panorama que permita identificar áreas críticas y proponer estrategias para mejorar tanto el bienestar de los policías como su desempeño en el cumplimiento de sus funciones.

Pestel

El análisis PESTEL es una herramienta para comprender el entorno que rodea la mejora de las condiciones laborales y del bienestar de los oficiales de policía.[12] Este método permite identificar de manera organizada los factores políticos que influyen en las políticas de seguridad pública, los aspectos económicos que afectan el presupuesto. Así como los recursos disponibles para las fuerzas policiales, las influencias socioculturales que afectan las relaciones interpersonales dentro de la institución, las innovaciones tecnológicas que mejoran la eficiencia y seguridad. De igual manera, determina las preocupaciones ecológicas relacionadas con los recursos disponibles y el impacto ambiental en las labores policiales, y las regulaciones legales que afectan el marco normativo de la seguridad. Por tanto, para el desarrollo del PESTEL se determinan las siguientes preguntas claves a desarrollar:

- Político: ¿Cómo afectan las políticas gubernamentales las condiciones laborales y de bienestar de los oficiales de policía? ¿Existen reformas en las leyes que impacten la seguridad laboral de los oficiales?
- Económico: ¿Cuál es el impacto de los presupuestos limitados en los recursos y la infraestructura policial? ¿Cómo influye la situación económica en las compensaciones y beneficios para los oficiales?
- Sociocultural: ¿Cómo influyen las normas culturales en la relación entre la policía y la comunidad? ¿Cómo afecta el estrés social y cultural la interacción entre los oficiales y sus familias?
- Tecnológico: ¿Qué avances tecnológicos mejoran la eficiencia y seguridad en las labores policiales? ¿Existen tecnologías que ayuden a mitigar el estrés y mejorar la salud mental de los oficiales?
- Ecológico: ¿Cómo afecta el entorno natural y urbano las operaciones de seguridad pública? ¿Existen preocupaciones ecológicas que influyan en los recursos materiales o el bienestar de los oficiales?
- Legal: ¿Cuáles son las regulaciones legales que impactan las condiciones laborales y el bienestar psicológico de los oficiales? ¿Existen leyes que regulen el estrés laboral y la gestión de salud mental dentro de la policía?

Este análisis permite comprender las dimensiones críticas del entorno y formular estrategias efectivas para mejorar las condiciones laborales, la salud física y mental, y el bienestar general de los oficiales de policía (figura 1). De modo que se clasifiquen los desafíos según la dimensión correspondiente, para proponer soluciones estratégicas que fortalezcan tanto el rendimiento de los oficiales como su calidad de vida personal y profesional.

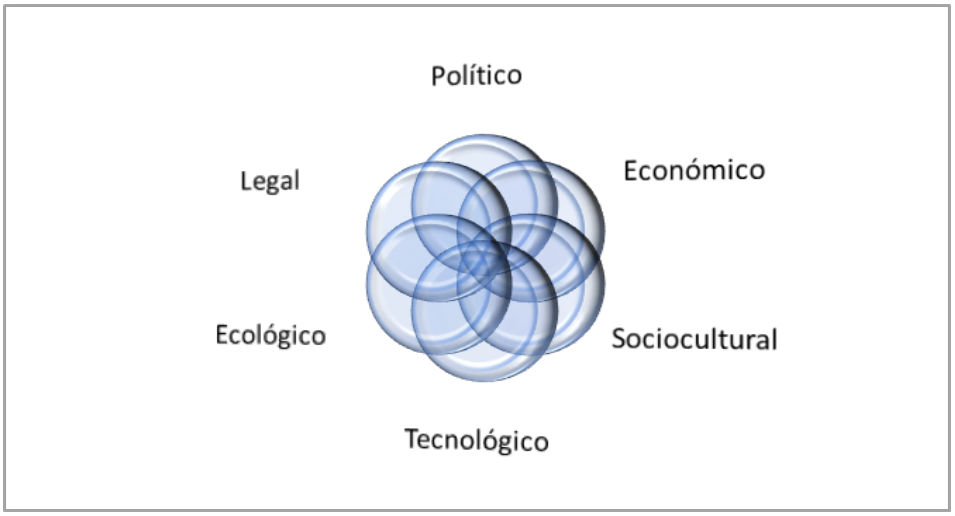

Figura 1. Dimensiones del PESTEL

AHP de Saaty

El Proceso Analítico Jerárquico (AHP), desarrollado por Thomas Saaty en 1980, es una técnica ampliamente utilizada para la toma de decisiones multicriterio.[13] En el caso de las condiciones laborales de los oficiales de policía, el AHP se adapta para evaluar y priorizar las dimensiones clave del entorno que afectan el bienestar de los oficiales.

Este método estructura los problemas en una jerarquía que refleja el esquema de toma de decisiones. Con el objetivo principal en el nivel superior y las alternativas en el nivel inferior, mientras que los criterios y atributos relevantes ocupan los niveles intermedios. El método consta de tres funciones básicas:

- Estructuración de la complejidad: Descompone problemas complejos en subproblemas homogéneos organizados jerárquicamente.
- Medición en escalas: Permite evaluar factores subjetivos y objetivos mediante estimaciones numéricas, verbales o gráficas.
- Síntesis: Integra el análisis de decisiones, al considerar el objetivo general y las interdependencias entre factores, criterios y alternativas.

El proceso comienza con la formulación del problema en una estructura jerárquica, al desglosar el problema en metas u objetivos generales, criterios y alternativas. La evaluación utiliza una escala propuesta por Saaty, que varía desde 1 (igualmente preferido) hasta 9 (extremadamente preferido). Para calcular la consistencia del juicio, se sigue un algoritmo que incluye:

- Para cada línea de la matriz de comparación por pares determinar una suma ponderada con base a la suma del producto de cada celda por la prioridad de cada alternativa o criterio correspondiente.
- Para cada línea, dividir su suma ponderada por la prioridad de su alternativa o criterio correspondiente.
- Determinar la media Λmax del resultado de la etapa anterior.
- Calcular el índice de consistencia (CI) para cada alternativa o criterio.

$$CI = \frac{\lambda_{max} - m}{m-1} \qquad (1)$$

Donde m es el número de alternativas:

- Determinar el Índice Aleatorio (IA) según la tabla 1.
- Determinar el índice de cociente de consistencia (la razón entre el índice de consistencia y el índice aleatorio)

Tabla 1. Índice aleatorio para el cálculo del coeficiente de consistencia

Número de alternativas para la decisión n	Índice aleatorio	Número de alternativas para la decisión n	Índice aleatorio
3	0,58	7	1,32
4	0,9	8	1,41
5	1,12	10	1,49
6	1,24		

DESARROLLO

Desafíos que afrontan los policías a partir de la entrevista aplicada

El análisis de entrevistas a oficiales de policía revela que enfrentan altos niveles de estrés debido a la exposición constante a situaciones de riesgo e incertidumbre, al impactar tanto su rendimiento profesional como su bienestar personal y familiar. La carga emocional y física provoca agotamiento, al dificultar el equilibrio entre el trabajo y la vida familiar. Aunque existen recursos institucionales como asesoramiento psicológico, su efectividad es limitada, y los oficiales requieren más apoyo constante.

Las estrategias de afrontamiento, como el ejercicio, la meditación y el apoyo entre colegas, son útiles, pero no siempre efectivas frente a traumas prolongados. Además, las largas jornadas laborales y la falta de tiempo familiar agravan el estrés. Por otro lado, los problemas de salud física y mental, como insomnio y ansiedad, reflejan el impacto negativo del estrés laboral.

Para ampliar estos desafíos, se procede a aplicar el análisis PESTEL que define una estructura a partir de dimensiones (tabla 2). Con ello, se busca mejorar el bienestar de los oficiales, así como su desempeño, a partir de un análisis que considere cada una de estas dimensiones. De modo que asegure la disponibilidad de recursos suficientes, políticas consistentes, y un cambio cultural que promueva la salud mental y emocional en el ámbito policial.

Tabla 2. Factores que inciden en las condiciones laborales de los oficiales de policía

Dimensión	Factor	Descripción
Político	Inestabilidad política	La inestabilidad política afecta las políticas públicas y de seguridad, al generar incertidumbre en las fuerzas policiales. La falta de continuidad en los programas de seguridad y la variabilidad en las estrategias gubernamentales generan desconfianza y una disminución en la eficiencia del trabajo policial. Además, los cambios frecuentes en el liderazgo político afectan la priorización de recursos para la policía, al influir en su capacidad operativa.
	Falta de apoyo institucional	Se refiere a la insuficiencia de recursos materiales, humanos y tecnológicos que las fuerzas policiales reciben del gobierno y de las instituciones correspondientes. Esta carencia incluye la falta de presupuesto para mejorar infraestructuras, equipo, y la capacitación continua de los oficiales, al limitar su efectividad en el combate al crimen y en la protección de la seguridad pública.
	Corrupción dentro de las fuerzas policiales	Constituye un factor crítico que socava la moral, la imagen pública y la efectividad de la institución. La corrupción se manifiesta en prácticas de soborno, abuso de poder o encubrimiento de delitos. Esto no solo deteriora la confianza de la ciudadanía en la policía, sino que también afecta la eficiencia operativa de las fuerzas del orden al desviar recursos y al generar un ambiente de desconfianza dentro de las instituciones.
Económico	Presupuesto insuficiente	Constituye uno de los problemas más graves para las instituciones policiales, ya que limita la capacidad de los cuerpos de seguridad para adquirir recursos fundamentales como equipos de protección, vehículos, tecnologías avanzadas y materiales necesarios para realizar su trabajo de manera efectiva. Un presupuesto limitado también dificulta la contratación de personal adicional y la capacitación continua de los oficiales.
	Salarios no competitivos	Constituye un factor económico que genera desmotivación entre los oficiales de policía. Si los salarios no son adecuados en comparación con otras profesiones similares, los oficiales experimentan dificultades económicas. De modo que a su vez afecta su rendimiento y el compromiso con su trabajo. Además, la insatisfacción salarial fomenta la rotación de personal y contribuye a la corrupción dentro de la fuerza policial.
	Condiciones laborales precarias	Se refieren a la infraestructura inadecuada, la falta de equipos y recursos materiales, y la presión constante que enfrentan los oficiales en su jornada diaria. Estos problemas conllevan a un agotamiento físico y mental, al afectar el rendimiento laboral y la salud de los oficiales. La falta de descanso adecuado, la sobrecarga de trabajo y la deficiencia en las instalaciones de descanso y trabajo son factores que deterioran la calidad de vida de los agentes y su desempeño.
Social	Estigmatización social	Se refiere a la percepción negativa que la sociedad tiene hacia los oficiales de policía, debido a la desconfianza generalizada o la asociación con comportamientos corruptos. Esta percepción resulta en la alienación de los oficiales de la comunidad a la que sirven, al afectar su moral y su capacidad para interactuar positivamente con los ciudadanos. La desconfianza genera un círculo vicioso de separación y hostilidad entre la policía y la comunidad, al dificultar el cumplimiento de sus funciones.
	Desgaste emocional y familiar	Constituye un fenómeno que se produce cuando los oficiales de policía no equilibran las exigencias laborales con su vida personal y familiar. Las largas jornadas laborales, el estrés constante y la exposición a situaciones traumáticas afectan el bienestar emocional de los oficiales. De modo que generan tensiones familiares y dificultades en la relación con sus seres queridos. Este desgaste reduce la calidad de vida y contribuye al agotamiento emocional, al impactar en el desempeño profesional.
	Falta de redes de apoyo social	La falta de redes de apoyo social dentro de la policía y en la comunidad es un factor clave en la gestión del estrés y la salud mental de los oficiales. El apoyo entre colegas y la existencia de comunidades de apoyo emocional son cruciales para reducir el aislamiento y ayudar a los oficiales a afrontar las experiencias traumáticas. Sin embargo, la ausencia de estas redes o su debilidad dificulta el manejo adecuado del estrés y agrava los problemas emocionales derivados de la labor policial.
Tecnológico	Infraestructura tecnológica insuficiente	Se refiere a la carencia de herramientas avanzadas que permitan a los oficiales de policía desempeñar sus funciones de manera eficiente. La falta de tecnología adecuada en áreas como el análisis de datos, la vigilancia, la gestión de información, y la comunicación limita la capacidad de respuesta ante incidentes y afecta la efectividad operativa. El no estar al día con los avances tecnológicos también expone a la policía a riesgos de ciberataques o fallas en los sistemas de seguridad.

	Capacitación en tecnologías emergentes	Constituye un factor que limita la eficiencia de los oficiales al enfrentarse a nuevos retos que requieren el uso de tecnologías avanzadas. La falta de formación continua en el uso de herramientas tecnológicas de vanguardia impide que los oficiales aprovechen al máximo los recursos disponibles para la resolución de crímenes y la prevención de delitos, al reducir su eficacia en el trabajo.
	Vulnerabilidad a ciberataques	Constituye un riesgo creciente para las fuerzas policiales que dependen de sistemas informáticos para gestionar datos sensibles y operaciones de seguridad. Los ataques cibernéticos comprometen la seguridad de la información y los procesos operativos. De modo que afecta la integridad de las investigaciones y la capacidad de respuesta ante incidentes de seguridad. Por tanto, la falta de preparación y de una infraestructura adecuada ante amenazas cibernéticas deja expuestas a las instituciones policiales.
Ecológico	Exposición a condiciones ambientales adversas	Hace referencia a los retos que enfrentan los oficiales de policía al trabajar en entornos difíciles, como condiciones climáticas extremas, terrenos difíciles, o situaciones que afectan su salud física. El trabajo en exteriores en condiciones poco favorables también contribuye al agotamiento y aumenta la vulnerabilidad a enfermedades.
	Impacto de las operaciones policiales en el medio ambiente	Las operaciones policiales generan un impacto negativo en el medio ambiente, en especial en situaciones de control de multitudes, persecuciones, y otras intervenciones que causan daños ecológicos. Esto no solo afecta la sostenibilidad ambiental, sino que también genera conflictos con la comunidad, en especial si los recursos naturales se ven comprometidos en el proceso de seguridad.
Legal	Normativa sobre el uso de la fuerza	Las normas legales que regulan el uso de la fuerza por parte de los oficiales de policía son esenciales para garantizar que se actúe dentro del marco de la ley. Las restricciones sobre el uso de la fuerza, aunque necesarias para proteger los derechos humanos, generan incertidumbre entre los oficiales sobre cómo actuar en situaciones de alta tensión. De modo que afecta su capacidad de respuesta en casos críticos.
	Afectaciones en el derecho laboral y condiciones de servicio	Las leyes laborales que afectan las condiciones de servicio de los oficiales de policía son fundamentales para garantizar el bienestar de los trabajadores. La protección de los derechos laborales, como el derecho a descansos adecuados, licencias por estrés o enfermedad, y la limitación de horas de trabajo, es esencial para prevenir el agotamiento y mejorar la calidad de vida de los oficiales. La falta de estas protecciones agrava los problemas de salud y aumentan el estrés laboral.
	Reformas en políticas de seguridad pública	Las reformas legislativas y políticas de seguridad pública impactan directamente en las funciones y prioridades de las fuerzas policiales. Los cambios en las leyes relacionadas con la seguridad, la justicia y la criminalidad afectan la forma en que la policía interactúa con la comunidad y cómo se enfrentan a los delitos. Mientras que las reformas mejoran o complican el desempeño policial, al depender de cómo se implementen y si están alineadas con las necesidades y realidades de los oficiales.

Para cada uno de los factores del PESTEL, es necesario hacer comparaciones entre ellos para establecer su importancia relativa con respecto al objetivo. Para ello, se utiliza una escala de Saaty, que va de 1 a 9 (donde 1 significa que dos factores son igualmente importantes y 9 indica que uno es mucho más importante que el otro) (tabla 3).

Tabla 3. Matriz normalizada

Aspectos	P	E	S	T	E	L	PESO
P	0,50	0,59	0,50	0,32	0,39	0,36	0,44
E	0,17	0,20	0,30	0,23	0,24	0,26	0,23
S	0,10	0,07	0,10	0,14	0,24	0,16	0,13
T	0,07	0,04	0,03	0,05	0,03	0,02	0,04
E	0,10	0,07	0,03	0,14	0,08	0,16	0,09
L	0,07	0,04	0,03	0,14	0,03	0,05	0,06

Se observa que el factor político tiene el mayor peso relativo, al indicar que los desafíos relacionados con políticas y regulaciones son los más impactantes para los oficiales de policía en su bienestar y desempeño. Por tanto, es urgente fortalecer los recursos y políticas institucionales para promover el bienestar emocional y físico de los oficiales, lo que mejoraría tanto su desempeño profesional como su calidad de vida. En cuanto al análisis de la consistencia del método, se obtuvo un RC menos a 0,10, por tanto, se validan los datos en la modelación (tabla 4).

Tabla 4. Análisis de la consistencia del ejercicio

Aspectos	Valores propios aproximados		
P	2,96	6,671175639	Valor propio= 6,4507 IC=0,09 RC=0,07<=0,10 Consistente
E	1,55	6,72178991	
S	0,88	6,637513942	
T	0,24	6,291503388	
E	0,60	6,328697613	
L	0,36	6,053735044	

El análisis de las políticas laborales y de seguridad de la institución policial en Ecuador muestra una desconexión significativa con las necesidades reales de los oficiales, en especial en recursos, formación y gestión del estrés. A pesar de la existencia de directrices claras, la falta de equipamiento adecuado y tecnología avanzada limita la eficacia operativa, en regiones con altos índices de inseguridad. Además, la formación en bienestar emocional y la gestión del estrés es insuficiente, al afectar la capacidad de los oficiales para afrontar los retos psicológicos de su labor.

La distribución desigual de recursos y la falta de apoyo psicológico continuo generan un ambiente de trabajo ineficaz y estresante, al deteriorar tanto el bienestar como el rendimiento de los oficiales. Por tanto. es crucial mejorar la implementación de estas políticas para alinearlas con las necesidades reales de los oficiales, al garantizar así su bienestar y eficacia operativa.

La mejora de la infraestructura y los recursos materiales es crucial para reducir el estrés laboral y aumentar la eficiencia operativa de los oficiales de policía. La modernización de equipos, el mantenimiento preventivo y la actualización de tecnología optimizan las intervenciones y garantizan la confiabilidad operativa. Además, la renovación de las instalaciones, la expansión de los recursos humanos y la contratación de personal de apoyo contribuirían a mejorar las condiciones laborales, reducir la carga de trabajo y fortalecer el bienestar emocional.

La provisión de equipamiento especializado, como chalecos antibalas y vehículos actualizados, incrementaría la seguridad personal de los oficiales y la eficiencia operativa. La optimización en la gestión de recursos y logística facilitaría una distribución más eficiente, en especial en áreas de alta demanda.

Asimismo, la creación de espacios destinados al bienestar de los oficiales mejoraría su salud física y mental, reduciendo el estrés y aumentando la motivación. En conjunto, estas medidas no solo mejorarían el bienestar de los oficiales, sino también la eficacia en la protección de la comunidad y la seguridad pública.

Estrategias de afrontamiento y su efectividad en la gestión del estrés policial

Las estrategias de afrontamiento son fundamentales para la gestión del estrés y los traumas derivados del trabajo policial. Estas estrategias, que son tanto individuales como colectivas, buscan mitigar los efectos negativos del estrés laboral y las situaciones traumáticas a las que se enfrentan los oficiales en su desempeño. Sin embargo, la efectividad de estas estrategias varía según el tipo de estrés experimentado, el apoyo institucional disponible y la resiliencia individual de cada oficial.

Entre las estrategias individuales, el ejercicio físico se destaca como una opción beneficiosa para reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y la salud general, aunque su efectividad depende de la regularidad y el acceso a instalaciones adecuadas. La meditación y las técnicas de relajación, como la respiración profunda y el mindfulness, son también eficaces para la autorregulación emocional y la mejora de la concentración. No obstante, su efectividad varía según la formación previa y la disposición personal. En contraste, el uso de sustancias como mecanismo de escape, aunque es común, resulta una estrategia no efectiva, ya que solo ofrece alivio temporal y agrava los problemas de salud mental y física a largo plazo.

En cuanto a las estrategias colectivas, el apoyo social entre colegas, juega un papel crucial, al reducir el aislamiento emocional y fortalecer la resiliencia, no obstante, su efectividad depende de la calidad de las relaciones dentro del equipo. Además, la terapia grupal o el apoyo psicológico institucional resultan efectivos, pero su impacto se ve limitado por la accesibilidad y la disposición para participar, ya que el estigma asociado con la salud mental puede inhibir su uso.

Desde una perspectiva institucional, los programas de bienestar, que incluyen asesoramiento psicológico, actividades recreativas y promoción de un estilo de vida saludable, son efectivos si se diseñan de forma correcta y se implementan de manera continua. Sin embargo, su impacto depende de la inversión de recursos y de la implementación constante. Así como de políticas de manejo del estrés, que proporcionan formación regular en técnicas de afrontamiento y manejo de crisis. Además, son efectivas si se integran de forma consistente en la cultura organizacional y se aplican en la rutina diaria de los oficiales.

RESULTADOS

El análisis de los resultados ha mostrado la complejidad de la labor policial en Ecuador, en especial en regiones

fronterizas como Tulcán, donde los oficiales han enfrentado una presión constante derivada del aumento de la inseguridad y de las actividades delictivas. De hecho, ha sido agravado por la desconfianza generalizada de la ciudadanía hacia las fuerzas de seguridad, al generar un ciclo de desconfianza que ha dificultado la interacción efectiva entre la comunidad y las autoridades.

El estrés laboral resultante de estas circunstancias ha tenido un impacto negativo significativo en la vida personal y familiar de los oficiales, al afectar su salud física y mental. A pesar de la existencia de algunos recursos institucionales de apoyo, estos han sido insuficientes en alcance y efectividad. De modo que ha limitado la capacidad para abordar adecuadamente las demandas emocionales y psicológicas del personal.

Aunque los oficiales han empleado estrategias individuales de afrontamiento, como la meditación y el ejercicio, estas no han logrado mitigar de todo el estrés, al acentuar la necesidad de una intervención institucional de mayor alcance. Inclusive, la falta de políticas adecuadas y la insuficiencia de recursos han evidenciado una desconexión crítica entre las necesidades del personal y el apoyo institucional disponible.

Esta carencia no solo ha afectado el bienestar de los oficiales, sino que también ha comprometido su eficiencia y capacidad operativa. En este sentido, se destaca la urgencia de fortalecer las políticas públicas y los recursos destinados al personal policial, para crear un entorno laboral más saludable y sostenible que potencie tanto el desempeño profesional como la calidad de vida de los oficiales.

DISCUSIÓN

El estudio ha confirmado que el estrés en los oficiales de policía de regiones fronterizas ha estado vinculado a condiciones laborales difíciles y a la desconfianza comunitaria, al afectar su salud mental y física. A pesar de que las estrategias individuales, como el ejercicio y la meditación, han sido utilizadas, estas no han sido suficientes, al evidenciar la necesidad de políticas organizacionales y recursos institucionales.

Por tanto, sería relevante explorar cómo la implementación de políticas de bienestar y la capacitación en habilidades de afrontamiento impactan de manera directa en la reducción de problemas de salud mental y físico entre los oficiales. Por otro lado, se plantea realizar estudios longitudinales para evaluar el impacto a largo plazo de las políticas de bienestar en la salud de los oficiales y su desempeño profesional.

CONCLUSIONES

La investigación ha evidenciado que los oficiales de policía en regiones fronterizas de Ecuador enfrentan altos niveles de estrés debido a las condiciones de inseguridad y a la desconfianza de la comunidad hacia las fuerzas de seguridad. Este entorno ha tenido un impacto negativo en su salud física y mental, al abordar de manera integral las necesidades emocionales y psicológicas del personal policial.

A pesar de que los oficiales han implementado estrategias individuales de afrontamiento, como el ejercicio físico y la meditación, estos métodos no han logrado mitigar de manera significativa los efectos del estrés laboral. Por ello, la necesidad de políticas organizacionales de mayor alcance y recursos institucionales que proporcionen un apoyo continuo y adecuado, al favorecer la creación de un entorno laboral más saludable y resiliente.

El apoyo social entre colegas ha mostrado ser un factor beneficioso en la gestión del estrés, pero su efectividad depende de la calidad de las relaciones dentro de los equipos de trabajo. Así como la necesidad de reformar las políticas públicas y fortalecer los programas de bienestar psicológico, para mejorar la salud mental y el rendimiento de los oficiales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Chavez Santos R, Reina Marín Y, Sánchez Bardales E, Cruz Caro O, Carrasco Rituay AM, Sánchez Pantaleón AJ, et al. Government strategies for the prevention of human trafficking for sexual and labor exploitation in the Amazonas region. Cogent Social Sciences. 2024;10(1):1-5.

2. Maila OLP, Palma RGA, Cajo CBS, Chiriboga EAV. Violencia criminal en Latinoamérica: una revisión sistemática. Dominio de las Ciencias. 2024;10(3):1355-72.

3. Vargas MÁC. Satisfacción laboral en policías ecuatorianos durante la pandemia del COVID 19. Revista de Investigación Enlace Universitario. 2024;23(2):1-22.

4. Saborío S. Venta de drogas y control policial en Rincón Grande de Pavas. Reflexiones 2024;103(1):1-15.

5. Olmedo-Alvarado IV, Medina-Medina VE. Análisis comparado del uso de la fuerza policial en Perú y Ecuador. MQRInvestigar. 2024;8(2):2225-44.

6. Barragán-Galeas S, Velasteguí-Silva D. Fortalecimiento del personal policial del subsistema investigativo del Ecuador a través de la educación continua. ASCE MAGAZINE. 2024;3(4):1-18.

7. Wolff J, Dressler E. From political instability to “internal armed conflict”: Ecuador’s multiple crisis. Revista de Ciencia Política. 2024;44(2):270-87.

8. Monar JHS. Impacto del crimen y la delincuencia en la economía ecuatoriana. Revista Social Fronteriza. 2024;4(2):e42217.

9. Quiroga S, Suárez C, Hernanz V, Aguiño JE, Fernández-Manjarrés JF. Analysing post-conflict policies to enhance socio-ecological restoration among black communities in Southern Colombia: Cacao cropping as a win-win strategy. Forest Policy and Economics. 2024;163(June):1-10.

10. Zhang C, Tian L, Chu H. Usage frequency and application variety of research methods in library and information science: Continuous investigation from 1991 to 2021. Information Processing and Management. 2023;60(6):4-8.

11. Vargas LI. Métodos de investigación. Logos Boletín Científico de la Escuela Preparatoria No 2. 2025;12(23):23-5.

12. Giraldo LM, Naranjo EG, Castro JDB. Análisis Pestel y su incidencia sobre la planeación estratégica: una aproximación en tiempos de COVID-19. Revista Semillas del Saber. 2022;1(1):137-48.

13. Fadjar A, Kusumaningsih N, Yanto H. Decision Making with Ahp Approach (Analytical Hierarchy Process). Review of International Geographical Education Online. 2021;11(3):1520-31.

FINANCIACIÓN

Ninguna.

CONFLICTO DE INTERESES

Ninguno.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Curación de datos: Jonathan Cristian Játiva Ruano, Carmen Marina Méndez Cabrita, Angela Patricia Arellano Guilcamaigua, Mayerly Salomé Pozo Mera.

Metodología: Jonathan Cristian Játiva Ruano, Carmen Marina Méndez Cabrita, Angela Patricia Arellano Guilcamaigua, Mayerly Salomé Pozo Mera.

Software: Jonathan Cristian Játiva Ruano, Carmen Marina Méndez Cabrita, Angela Patricia Arellano Guilcamaigua, Mayerly Salomé Pozo Mera.

Redacción - borrador original: Jonathan Cristian Játiva Ruano, Carmen Marina Méndez Cabrita, Angela Patricia Arellano Guilcamaigua, Mayerly Salomé Pozo Mera.

Redacción - corrección y edición: Jonathan Cristian Játiva Ruano, Carmen Marina Méndez Cabrita, Angela Patricia Arellano Guilcamaigua, Mayerly Salomé Pozo Mera.