

Factores protectores de la salud mental en personal activo de la Policía Nacional de Colombia

Protective factors of mental health in active personnel of the Colombian National Police

Karol Vanessa Moreno Cuervo*

María Alejandra Quiceno Chimasuque**

Fecha de recepción: 2025-05-30

Fecha concepto de evaluación: 2025-07-21

Fecha de aprobación: 2025-09-08

<https://doi.org/10.22335/rlct.v17i2.2141>

Para citar este artículo/To reference this article/Para citar este artigo: Moreno, K. & Quiceno, M. (2025). Factores protectores de la salud mental en personal activo de la Policía Nacional de Colombia. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 17(3), 112-131. <https://doi.org/10.22335/rlct.v17i2.2141>.

Nota. El presente artículo se deriva del proyecto de investigación titulado "Factores protectores de la salud mental en personal activo de la Policía Nacional de Colombia" y no ha recibido financiación.

RESUMEN

La investigación sobre la Policía Nacional se ha centrado principalmente en los factores de riesgo asociados a sus condiciones y funciones laborales, tales como las extensas jornadas de trabajo, la exposición continua a situaciones violentas y el elevado nivel de estrés. En contraste, los factores protectores de la salud mental han recibido escasa atención en la literatura científica. Esta revisión sistemática tuvo como objetivo identificar los hallazgos existentes sobre dichos factores protectores en el personal policial activo, con el fin de orientar estrategias de promoción de la salud mental y prevención de trastornos psicológicos. Para ello, se consultaron las principales bases de datos académicas. No obstante, debido a la limitada disponibilidad de estudios sobre el tema, fue necesario complementar la búsqueda con fuentes institucionales como el Sistema de Información de Bibliotecas de la Fuerza Pública (SIBFuP) y la revista *Logos Ciencia & Tecnología*. Los resultados evidencian que el estrés laboral en contextos policiales puede derivar en trastornos mentales e incluso en conductas suicidas. Se concluye que es esencial fomentar investigaciones orientadas a fortalecer dichos factores protectores y a diseñar estrategias basadas en evidencia que promuevan el bienestar psicológico de los policías.

Palabras clave: policía, salud mental, factores protectores, bienestar, estrés laboral, resiliencia.

* Autor de correspondencia
Universidad de Manizales, Manizales; Colombia
kmoreno109242@umanizales.edu.co
<https://orcid.org/0009-0007-0138-7242>

** Universidad de Manizales, Bogotá D.C.; Colombia
mquiceno109775@umanizales.edu.co
<https://orcid.org/0009-0003-7946-3154>

ABSTRACT

Research on the National Police has focused primarily on risk factors associated with their working conditions and duties, such as long work hours, continuous exposure to violent situations, and high levels of stress. In contrast, protective factors for mental health have received little attention in the scientific literature. This systematic review aimed to identify existing findings on these protective factors in active police personnel, in order to guide strategies for promoting mental health and preventing psychological disorders. To this end, the main academic databases were consulted. However, due to the limited availability of studies on the topic, it was necessary to complement the search with institutional sources such as the Public Force Library Information System (SIBFuP) and the journal *Logos Ciencia & Tecnología*. The results show that occupational stress in police settings can lead to mental disorders and even suicidal behavior. It is concluded that it is essential to promote research aimed at strengthening these protective factors and designing evidence-based strategies that promote the psychological well-being of police officers.

Keywords: police, mental health, protective factors, well-being, work stress, resilience.

Introducción

El quehacer policial, se caracteriza por ser una profesión de alto riesgo, que no solo implica la exposición física a situaciones peligrosas, sino también un impacto psicológico constante. Las funciones propias del servicio policial, como la interacción continua con escenarios de violencia, las extensas jornadas laborales, la presión jerárquica y el deber de proteger la seguridad ciudadana, generan elevados niveles de estrés que, en muchos casos pueden desencadenar sintomatologías asociadas a trastornos mentales.

En este contexto, la salud mental de los policías adquiere un papel central en la comprensión de su bienestar individual y del adecuado desempeño institucional.

Tradicionalmente, la literatura científica ha priorizado el estudio de los factores de riesgo que afectan a los miembros de la Policía Nacional, dejando en un segundo plano los factores protectores. No obstante, resulta indispensable reconocer que dichos factores protectores, tales como el apoyo familiar, la educación continua, la resiliencia, la inteligencia emocional y la actividad física, cumplen una función clave en la prevención del deterioro psicológico y en

el fortalecimiento del bienestar integral de los uniformados.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) ha señalado que la salud mental constituye un componente esencial de la salud general y debe ser promovida y protegida en todos los entornos laborales. En el caso específico de las fuerzas de seguridad, esta afirmación cobra mayor relevancia, ya que su labor involucra no solo la seguridad propia, sino también la de la comunidad. De allí que los factores protectores de la salud mental representen un campo de estudio necesario para garantizar condiciones óptimas en el servicio y en la vida personal de quienes integran la Policía Nacional.

En consecuencia, esta investigación propone una revisión sistemática de la literatura científica y de fuentes institucionales con el fin de identificar los principales factores protectores de la salud mental en policías activos. Con ello, se busca aportar evidencia que permita orientar la creación de estrategias de promoción y prevención más eficaces, en beneficio tanto de los profesionales de la institución como de la sociedad que reciben sus servicios. (Alves et al. 2023; Alzate et al. 2022; Bernal et al. 2022; Lombana, 2009; Luque, 2022; Suárez et al. 2020).

Distintos referentes internacionales demuestran alteraciones asociadas a los factores de riesgo en personal de la policía, según Ruiz-Ruano et al. (2023) en un estudio realizado con una muestra de 323 policías (España), se encontró que el estrés laboral crónico se identifica como uno de los riesgos psicosociales que genera mayor afectación en la salud mental del personal activo en la institución -el 36.2% cumple con los criterios considerados-, la categoría asociada en el estudio en mención fue el agotamiento emocional, en conexión con una falta de autonomía, desempeño del rol del uniformado y las demandas psicológicas, que generan factores de riesgo psicosocial.

En Jalisco México, una investigación dirigida a estudiar los factores de riesgo psicosociales en policías confirmó que el estrés es un factor significativo dentro del cuerpo activo de Puerto Vallarta, derivado de las funciones del puesto de trabajo, las extensas jornadas de trabajo y la exposición a acontecimientos traumáticos o actos de violencia que se desarrollan dentro del contexto sociodemográfico, asimismo, se reconoció como estrategia para mitigar el alto nivel de riesgo psicosocial, fortalezas como el trabajo en equipo y el sentido de pertenencia frente a la institución (López, 2022).

Continuando en el contexto policial de América del Sur, se encuentra un estudio realizado en Perú, donde se hizo un análisis sobre los factores de riesgo y los factores protectores, desde la promoción de la resiliencia en el contexto policial. La resiliencia es considerada como uno de los factores protectores más importantes, la cual se refiere a la capacidad de las personas de sobreponerse frente a las dificultades propias de la vida humana, es decir la capacidad de las personas para desarrollarse con normalidad después de enfrentarse a situaciones de adversidad; debido a las situaciones laborales que

enfrentan todos los días los uniformados, la resiliencia es fundamental y debe ser entrenada en esa población (Arias et al. 2023; Moreno et al. 2021).

Por otro lado, de acuerdo con Cruz y Chávez (2017), en una investigación realizada para identificar si los riesgos psicosociales influyen o no en la salud mental de los uniformados en Perú, se logra identificar que los riesgos psicosociales, en este caso y usando como instrumentos 2 cuestionarios, que el riesgo es medio asimismo se logra identificar que los dos factores que tienen mayor repercusión en la salud mental de los uniformados son el apoyo social y la calidad de liderazgo.

En Colombia, Valencia & Trejos (2013) afirman que los policías, entre sus funciones prestadoras de servicios a la comunidad, deben añadir la capacidad de brindar Primeros Auxilios Psicológicos (PAP). Debido al contacto permanente con otras personas, es fundamental que el personal de la policía pueda brindar una primera atención psicológica a quien lo requiera, se debe considerar que cuenten con los recursos propios para esta función.

El abordaje del estrés interno de los policías es una necesidad para prevenir, detectar e intervenir el riesgo de la salud y la enfermedad mental. Esto obedece al incremento de riesgos asociados al estrés, lo cual puede afectar significativamente la salud del uniformado y el rendimiento de este, hasta el punto en que se ha relacionado con la ideación o conducta suicida, esta última se reconoce como una conducta compleja y multicausal, en la que se enmarcan elementos laborales, personales, sociales, económicos, psicológicos o individuales, predominando el estrés organizacional (Krishnan et al., 2022; Pérez, 2022; Rodríguez et al., 2013).

De acuerdo a la literatura, hay fases asociadas e identificadas en el estrés, la pri-

mera corresponde a la alarma, donde el cerebro identifica un estímulo que genera estrés, de manera que envía un mensaje a la glándula pituitaria y esta libera una hormona que fomenta la liberación de adrenalina, por lo que el cuerpo queda en un estado de alerta prolongado, esto se puede identificar por medio del pulso acelerado, aumento de las palpitaciones, aumento en la sudoración, extremidades tensionadas, emocionalidad intensa, entre otros, el estado prolongado de esta primera fase, está asociado a enfermedades cardiovasculares e hipertensión, entre otras condiciones médicas (Naranjo, 2009).

Las siguientes dos fases son la resistencia y el agotamiento, en la resistencia el cuerpo continúa con respuestas de estrés, no se relaja, sigue percibiendo dicho estímulo bajo la lectura del estrés, lo que quiere decir que continúan activadas las mismas áreas identificadas; finalmente en la fase del agotamiento, debido a la respuesta fisiológica prolongada del estrés llegan consecuencias asociadas al cansancio, la irritabilidad, dolencias físicas, entre otros relacionado a los mencionados en el párrafo anterior (Gobierno de México, 2022).

Debido a la presencia constante de estos riesgos, la importancia de la salud mental sigue siendo un elemento clave para el adecuado desempeño de las labores del uniformado y su bienestar integral. La salud mental como parte vital de la salud integral, se define como un estado que se evidencia en la vida cotidiana por medio del comportamiento y las relaciones humanas, de manera que permite a los individuos desarrollar sus recursos emocionales y cognitivos para realizar las actividades del día a día, y contribuir a la comunidad con un impacto positivo y constructivo (Ministerio de Salud, 2017).

De esta manera, se abordan los factores protectores como esos esfuerzos intrapsíquicos que se encuentran en constante

cambio y en diálogo con el contexto sociocultural, es decir que corresponden a variables personales, pero también del entorno, es el fruto de las interacciones individuales con el ambiente, lo que deja ver que el afrontamiento tiene un rasgo multicausal, debido a las diversas influencias que deben ocurrir para que se den factores protectores ante situaciones estresantes (Macías et al, 2013).

Según Castro et al. (2012), entre los trabajos más estresantes del mundo se encuentra hacer cumplir la ley; en un estudio realizado con los policías de Colombia para identificar su estado de salud física y mental, específicamente con 171 policías adscritos a la Escuela de Investigación Criminal, a través de encuestas que buscaban evaluar variables sociodemográficas y factores policiales, se encontró que el 91.2% de los policías perciben que las órdenes dadas dentro de la organización son "apresuradas", dice "siempre" o "casi siempre" sobre sentirse desanimado o triste.

En Colombia, la Constitución Política de 1991 en el Artículo 218, declara que la labor policial persigue "el mantenimiento de las condiciones necesarias para el ejercicio de los derechos y libertades públicas y asegurar que los habitantes de Colombia convivan en paz" esto demanda que los policías hagan uso de todas sus capacidades físicas y mentales para atender el servicio de seguridad ciudadana garantizando lo constitucionalmente establecido.

El Decreto Nacional 1417 de 2014 de Colombia, que adopta la Tabla de Enfermedades Profesionales, desarrolla el estrés como una enfermedad laboral causada por diversas condiciones desfavorables, como la sobre carga en el trabajo, la excesiva responsabilidad, el clima laboral y el fracaso sobre las tareas laborales cotidianas, este fenómeno entre otros varios factores de riesgo psicosocial afecta la salud y el bienestar del funcionario policial.

Con el fin de aportar al mejoramiento de la calidad de vida de los policías de la institución, la Policía Nacional desde la dirección de talento humano y el área de seguridad y salud en el trabajo ha implementado la estrategia 4D un estilo de vida saludable, donde impulsa la cultura del auto cuidado de los miembros de la Policía Nacional de Colombia, en las dimensiones física, mental, afectiva y espiritual, generando hábitos saludables que se ven reflejados en el ambiente laboral y personal, impactando positivamente la salud mental y la prestación del servicio policial (Ministerio de Defensa Nacional, 2023).

La articulación efectiva de capacidades por parte de la dirección del componente de gestión humana, la dirección administrativa y financiera y de los comandantes de cada unidad, deben garantizar el espacio y las condiciones favorables al personal integrante de la institución para que pueda adoptar la cultura de la práctica de los hábitos saludables en el marco de las 4 dimensiones del ser humano (Ministerio de Defensa Nacional, 2023).

Debido a la ya identificada problemática de trastornos y síntomas de enfermedades mentales en la policía, se considera oportuno focalizar los esfuerzos para promover los hábitos que predicen un estado de salud mental óptimo, para esto resulta fundamental identificar las características propias del grupo poblacional a intervenir, lo particular en términos de lo laboral y otros hallazgos que permitan direccionar lo mejor posible la intervención, de manera que, de la eficacia se dirija a la eficiencia, esto se traduce en un mejoramiento de las actividades humanas cuando se interviene de manera anticipada, ya que se evitan entre otros aspectos el alcoholismo, los diferentes tipos de violencia y la posible drogodependencia (Celis, 2011; Flórez, Bermúdez et al. 2023; Jané-Llopis, 2004; Mendoza & Castillo, 2018).

En definitiva, el personal activo de la policía nacional se expone a riesgos psicosociales que afectan en gran medida su salud física, mental, su bienestar y desarrollo profesional, lo que puede desencadenar en trastornos mentales. Los cambios comportamentales en los policías activos son ocasionados en gran medida por el entorno en el cual desempeñan su labor, dadas las exigencias en capacidad de respuesta inmediata durante el servicio para garantizar la seguridad y la convivencia ciudadana, alterando gravemente su salud mental (Rivera, 2013)

Es por esto que la presente revisión sistemática busca identificar los factores protectores de la salud mental en el personal activo de la Policía Nacional de acuerdo con la literatura registrada considerando su impacto en las estrategias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad mental en personal de dicha institución.

Para esto, se consideran los siguientes objetivos específicos: (1) identificar los factores protectores y de riesgo de la salud mental asociados a los policías activos de la Policía Nacional de Colombia, (2) discriminar cuáles son los más repetidos y nombrados (3) y generar un nuevo estudio asociado a los factores protectores de la salud mental como herramienta para mejorar las condiciones de vida del personal activo de la Policía Nacional de Colombia. Investigaciones como estas facilitan los procesos científicos y la apropiación del conocimiento para proteger el bienestar del personal de la policía nacional y qué orientaciones se deben aplicar en búsquedas emergentes, reconociendo y definiendo la salud mental como concepto clave en el presente documento.

Metodología

Esta revisión sistemática se realizó siguiendo los lineamientos de la declaración PRIS-

MA. Incluyendo estudios que identificaran y describieran los factores protectores en nuestra policía Nacional de Colombia publicados entre los años 2013 al 2023 en bases de datos reconocidas.

Se consideraron artículos científicos, libros académicos, tesis de posgrado, trabajos de grado y normativa legal vinculada con el tema. Se excluyeron, documentos sin acceso libre, archivos escaneados o aquellos cuya extensión imposibilitara la transliteración. Además, se descartaron textos que, pese a coincidir con los descriptores de búsqueda, no abordaban de manera directa la población policial.

La búsqueda de la literatura se llevó a cabo en las siguientes fuentes de información Redalyc, Google Scholar y Dialnet, sin embargo estos evidenciaron información limitada referente al tema, ya que, mediante el cribado se evidenció que los resultados arrojados no pertenecían propiamente al tema en cuestión. Por otro lado, fue posible establecer acceso a las bases de datos de la fuerza pública denominada Sistema de Información de Bibliotecas de la Fuerza Pública (SIBFuP) y la revista Logos Ciencia & Tecnología, revista de la Policía Nacional de Colombia, lo cual facilitó el acceso a la información.

El número de registros identificados mediante la búsqueda en las bases de datos fue de 48.118 discriminados de la siguiente manera Dialnet 50, rediUMH 49, science direct 7.843, diálogos abiertos 40.051, Logos Ciencia & Tecnología 101, Sistema de información de bibliotecas de la fuerza pública SIBFuP 4. adicionalmente el número de registros identificados mediante otras fuentes fueron de 172 Web of Science 123, repositorios universitarios 49.

Las estrategias de búsqueda se establecieron bajo los siguientes descriptores "salud mental", "factores protectores", "Policía".

Sin embargo, la búsqueda permitió vislumbrar un número significativo de estudios científicos que enmarcaban mayor inclinación frente a los factores de riesgo. Lo cual llevó a un refinamiento de los descriptores quedando de la siguiente manera: "salud mental", "factores protectores", "Policía Nacional", "factores de riesgo", "Colombia".

El proceso para la selección de los estudios se realizó mediante un cribado que dejó la suma de 298 documentos eliminando 1.000 documentos duplicados y 46.992 tras leer el título e identificar que no estaba relacionado propiamente con el objetivo de la búsqueda.

Tras la selección de los estudios se procede a la extracción de los datos revisando los artículos de texto completo evaluados para su elegibilidad se eliminaron documentos que no presentaban acceso libre 88, documentos escaneados 51 y documentos que presentaban imposibilidad de transliteración por su tamaño 106. Finalmente, el número de estudios para la revisión sistemática arrojó un número de 53 documentos, posteriormente se construyó una matriz de análisis bibliográfico donde se evaluó la evidencia científica y la calidad de cada documento.

Los artículos plasmados en la matriz bibliográfica se llevaron a la Tree of Science para su organización y análisis. Después de clasificar y seleccionar detenidamente los artículos científicos pertinentes para la investigación se hizo uso del software Atlas.ti 24 para el análisis cualitativo de los datos, con el fin de comprender, plasmar y administrar de manera adecuada la información previamente analizada.

El proceso con el software Atlas.ti 24 evidenció una visión general del proyecto mediante la nube de conceptos, análisis de frecuencia de palabras, codificación manual, análisis de redes y mapa de Sankey.

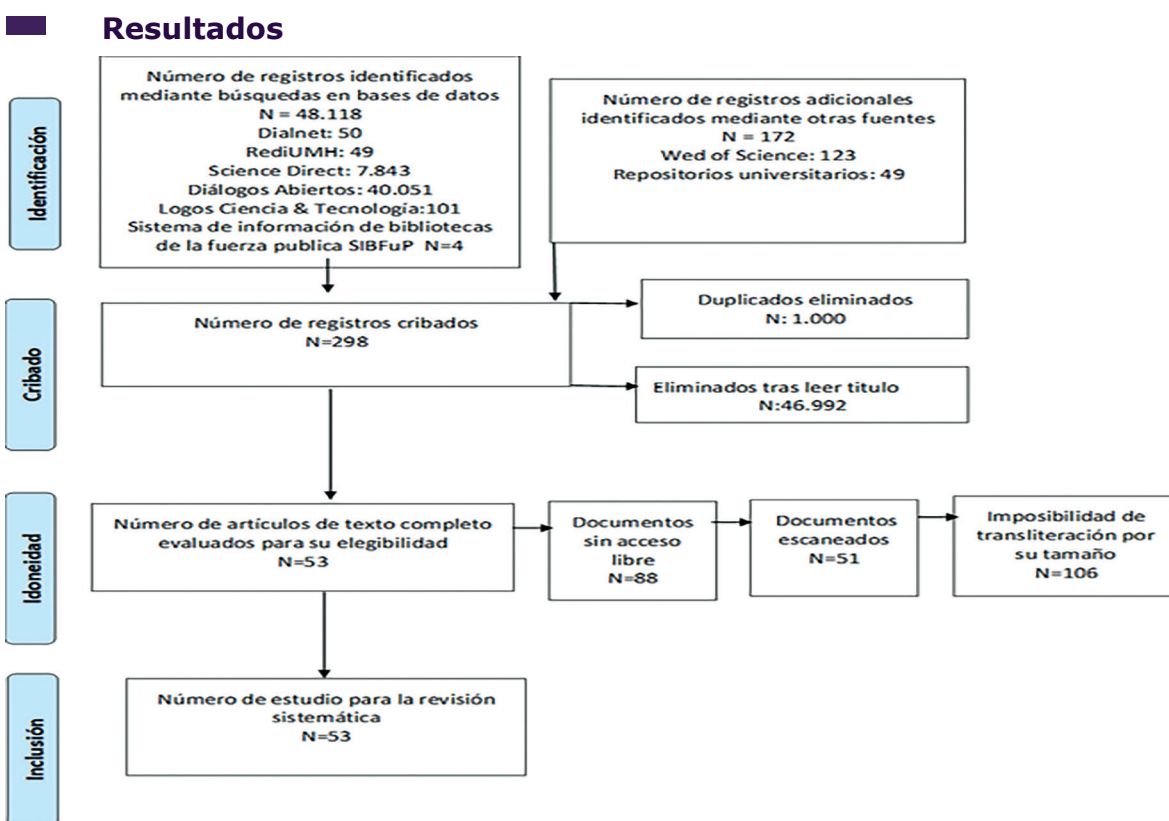


Figura #1.

Flujograma. (Fuente: propio autor)

Los resultados de la presente revisión sistemática corresponden a la búsqueda realizada de los artículos, su respectivo análisis y el uso que se hizo del software Atlas.ti. Según la búsqueda de los descriptores mencionados, se encuentra lo siguiente. La primera búsqueda que se hizo con los descriptores "Factores Protectores" y "Policía" en Dialnet, se encontraron 50 artículos de los cuales se eligió 1.

Con los descriptores "Factores Protectores", "factores de riesgo" y "Policía" en Repositorio RediUMH, se encontraron 49 artículos de los cuales se utilizó 1. Con la búsqueda "Salud mental en uniformados activos de la policía nacional" en Dialnet se encontró 48 artículos de los cuales se utilizó 1. Con los descriptores "Policía Nacional Colombia" en la revista Direc-

ción de Talento Humano se encontraron 3 artículos de los cuales se utilizó 1. En el Repositorio de la Universidad Nacional, se buscó con los siguientes descriptores "Salud mental" y "Policía Nacional", se encontraron 46 artículos de los cuales se utilizó 1.

Debido a la poca evidencia que se estaba encontrando, se optó por una búsqueda en inglés con los descriptores "protective factors", "mental health" y "police", de los que se encontró 7.843 y se utilizó 1 artículo de la plataforma Science Direct la cual permite el acceso a artículos de revistas científicas; también se hizo la búsqueda con los descriptores "police" AND "protective factors" con 58.307 resultados de los cuales se eligió 1.

La búsqueda que se estaba haciendo, no obtenía los resultados en cantidad de artículos, por lo que se pudo acceder a las bases de datos de la revista Logos Ciencia & Tecnología Policía Nacional, que hace parte directamente de la institución Policía Nacional de Colombia. Esto facilitó la búsqueda y fue posible encontrar más artículos bajo los siguientes descriptores: "Factores protectores" con 15 resultados y uso de 1 artículo; "Salud mental" y "Policía Nacional" con 55 resultados y 2 artículos seleccionados, "Salud mental" y "Policía Nacional" con 55 resultados y 2 artículos seleccionados.

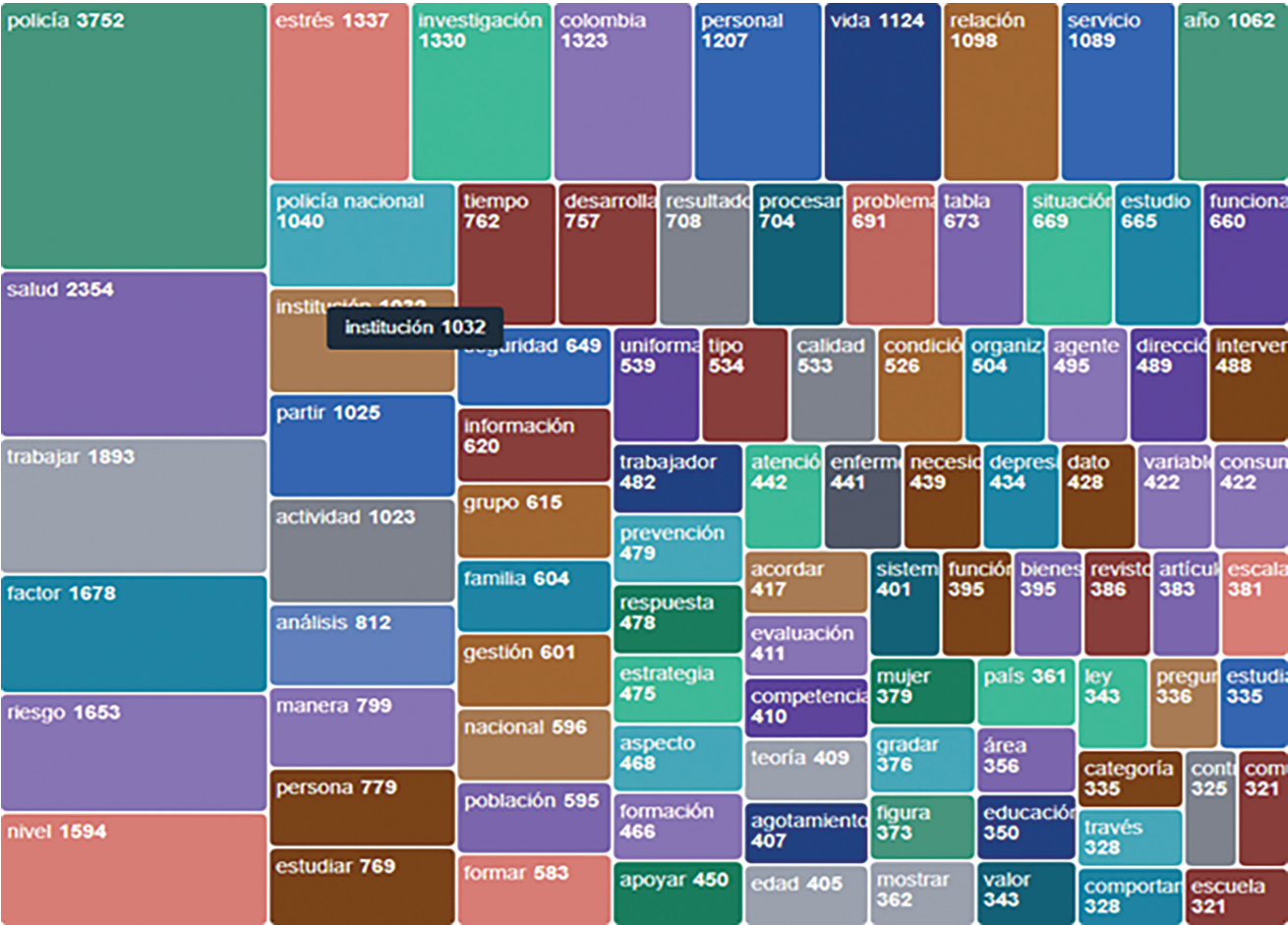
Los descriptores mencionados se utilizaron en otras bases de datos, que arrojaron menos resultados sin embargo se pudieron evidenciar algunos. En la revista Diálogos Abiertos, se buscó bajo los descriptores "factores protectores", "salud mental" Y "policía", de los cuales resultaron 38.000 artículos y se hizo uso de 5. Con "Salud mental" Y "Policía Nacional" se encontraron 2.051 y se utilizaron 4. De esta manera, con el uso de estos descriptores en las diferentes plataformas citadas, se pudo obtener un total de 53 artículos que cumplen con los criterios de inclusión y de exclusión.

Adicionalmente, se hizo uso de la herramienta Web Of Science, allí se realizó la

búsqueda en inglés bajo los siguientes descriptores "Protective Factors" "Mental Health" y "Police", se encontraron 123 artículos, de los cuales solo 70 estaban disponibles en acceso abierto. Estos artículos se descargaron y se pasaron a la herramienta Tree Of Science para su organización, donde quedaron de la siguiente manera: en las raíces 3, el tronco 6, ramas 1 8, ramas 2 9, ramas 3 6 y hojas 17. Para un total de 49 artículos, se evidenciaron 3 criterios de exclusión algunos artículos no eran open access, se excluyeron los documentos escaneados, por último, algunos artículos no pudieron ser traducidos al español por su tamaño, estos criterios de exclusión los guiaría el proceso de codificación llevado a cabo en el software Atlas.ti 24.

Vale resaltar de este apartado, que los artículos encontrados en la web of science, al revisar las temáticas que desarrollaban, no cumplían con los requisitos, algunos hablaban de cáncer de próstata, otros de bullying, psicopatología a nivel mundial, entre otros temas que no iban dirigidos a la policía. Esto evidencia una falta de estudios e investigaciones correspondientes a esta población, por lo que, los artículos allí encontrados, no generan insumo de análisis sobre los factores protectores de la salud mental en policías activos.

Tabla 1
Árbol de conceptos



Nota. Realizado a través de ATLAS.ti

El primer ejercicio realizado en el software Atlas.ti consistió en la elaboración del árbol de conceptos, lo que generó automáticamente una nube de palabras que identificó los conceptos más relevantes en los datos suministrados. En este análisis, destacó el concepto de "Policía", mencionado en 3.752 ocasiones en los textos seleccionados para el estudio. Los conceptos de mayor relevancia oscilaron entre "salud" y "estrés", lo que permitió visibilizar el concepto de "prevención", con un protagonismo menor.

Tabla 2

Tabla de co-ocurrencias

	Factores	Factores de riesgo	Factores protectores	Policía Nacional	Salud Mental
Comportamiento	55	49	1	71	83
Depresión	136	145	35	107	210
Educación	51	46	5	185	144
Enfermedad	62	78	4	75	183
Estrés	358	276	31	308	434
Familia	56	38	9	147	86
Talento Humano	101	58	8	488	170
Vida	206	160	16	363	446

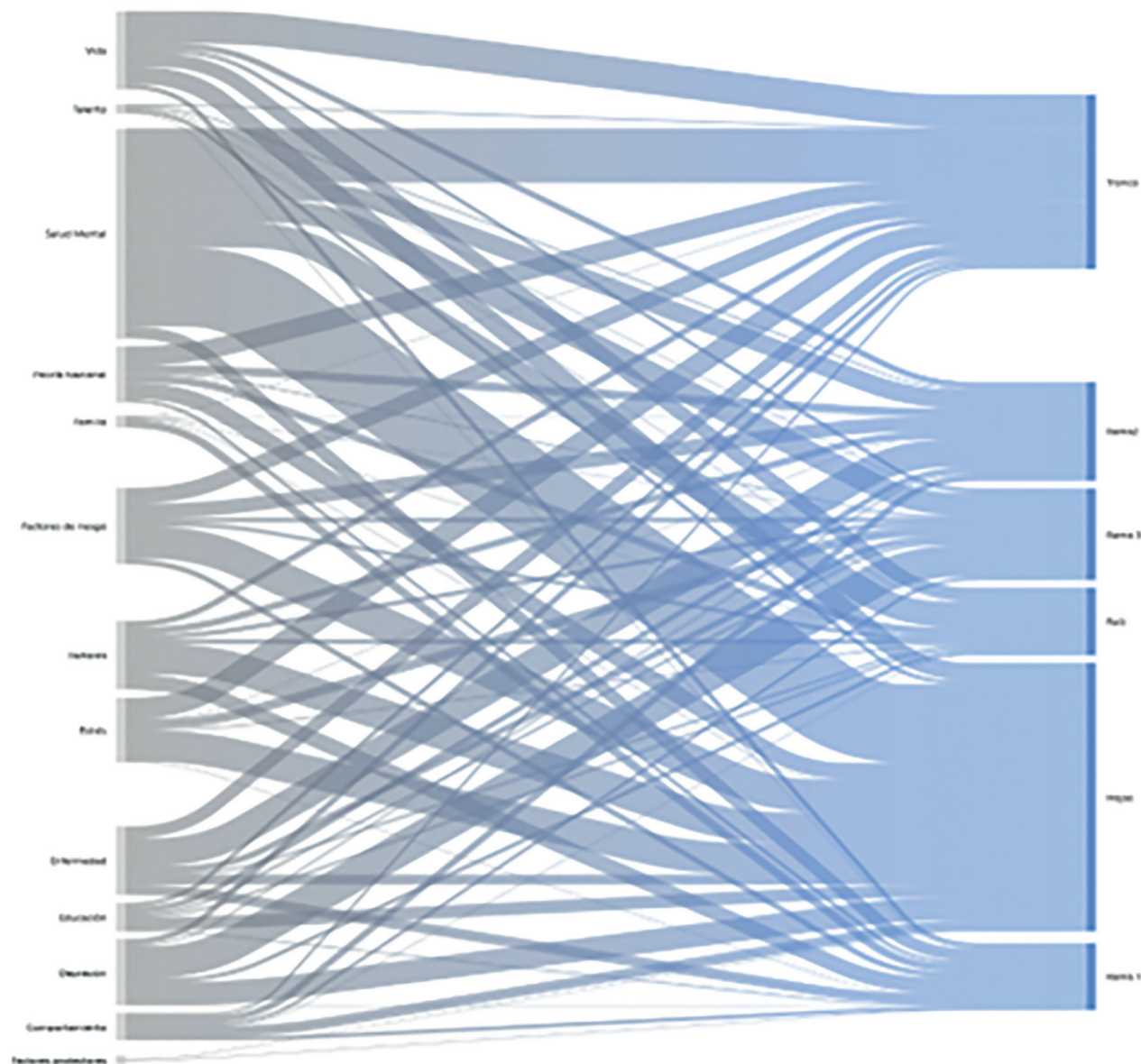
Nota: elaboración propia a través de ATLAS.ti.

Como segundo momento en la interacción con el software Atlas.ti, se generó la tabla de co-ocurrencias, una herramienta que produce una matriz que visualiza todos los segmentos codificados. Al analizar los textos suministrados, se evidenció que las investigaciones se han centrado principalmente en torno al riesgo. En particular, se pudo observar que el estrés está estrechamente asociado con la salud mental. Como se muestra en la Tabla 2, los números en las celdas representan la cantidad de citas en las que coinciden los códigos que se cruzan, lo que refuerza la relación entre estos conceptos. Este análisis permite identificar patrones relevantes en los datos, ofreciendo una visión más clara sobre los enfoques predominantes en las investigaciones realizadas.

En el análisis particular realizado, se evidenció que la población objeto de estudio, la "Policía Nacional", presenta una relación significativa con el concepto de "estrés" (308 citas). Este hallazgo reafirma que existe una mayor cantidad de información relacionada con los factores de riesgo, en comparación con otros conceptos, como la relación entre "Policía Nacional" y "familia" (147 citas). Esta última relación podría señalar la familia como un posible factor protector para la salud mental de los policías, abriendo nuevas líneas de intervención que merecen atención en futuras investigaciones.

Tabla 3

Diagrama de Sankey



Nota. Realizado a través de ATLAS.ti

En este cuarto momento del análisis, se planteó la intención de realizar un análisis comparativo utilizando el diagrama de Sankey en Atlas.ti, contrastando los grupos de códigos obtenidos en las co-ocurrencias con los resultados obtenidos a través de la herramienta *Tree of Science*. Como se mencionó previamente, *Tree of Science*

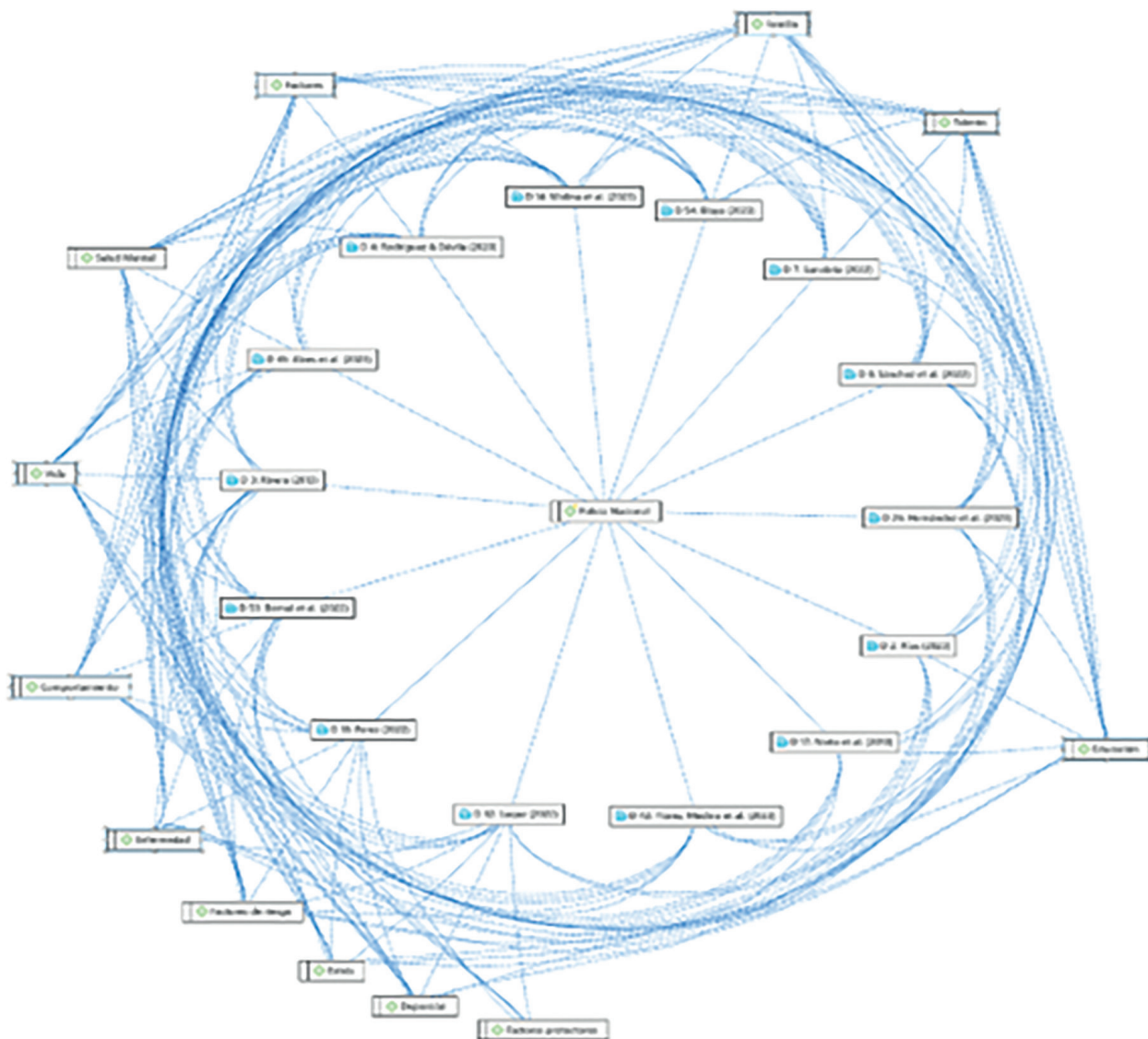
es una herramienta que permite explorar datos bibliográficos provenientes de bases de datos como la Web of Science. Esta herramienta utiliza el análisis de redes para identificar documentos clave, facilitando la selección inteligente de artículos científicos relevantes para el estudio.

En este análisis comparativo, se observó una clara diferencia, tal como se ilustra en la Tabla 3, entre la recurrencia de los factores de riesgo y los factores protectores. Mientras que los factores de riesgo son más recurrentes en los datos, los factores protectores representan solo una pequeña fracción del análisis total. Este hallazgo subraya la necesidad de dirigir más esfuerzos investigativos hacia los factores

protectores, los cuales, aunque son fundamentales, aún reciben menos atención en comparación con los factores de riesgo. Este análisis proporciona una base sólida para futuras investigaciones que busquen equilibrar el enfoque en ambos aspectos, con el fin de promover un abordaje más integral de la salud mental en nuestros Policías.

Tabla 4

Mapa de Red



Nota. Realizado a través de ATLAS.ti

Finalmente, el mapa de red evidenciado en la Tabla 4 revela, una vez más, la preponderancia investigativa sobre la Policía Nacional, lo que demuestra un amplio bagaje de estudios en torno a esta población, respaldando diversos enfoques que se le han atribuido. Entre estos enfoques, se destacan temas como el estrés, la enfermedad, la depresión, los comportamientos de los uniformados, así como también la familia, los factores protectores, la salud mental y la vida, aunque en menor medida. Sin embargo, es hacia estos últimos temas donde se pretende dirigir los esfuerzos investigativos en el futuro.

Además, entre las características más relevantes del análisis, destaca la novedad en términos de fechas de los estudios, como se puede observar en la Tabla 4. La mayoría de los autores se encuentran en los últimos tres años, aunque también es posible reconocer investigaciones de mayor antigüedad. No obstante, la mayoría de los artículos analizados cumplen con los criterios de actualidad, lo que refleja el reciente interés que genera esta población y el impacto potencial que puede tener a nivel social, debido a las funciones que desempeñan los uniformados.

■ Discusión

Los hallazgos demostraron que las investigaciones sobre el estudio de la salud mental en la Policía Nacional son un área poco explorada pese a la importancia que tienen en el desarrollo vital de los policías, esto lo refieren los autores Alves et al., (2023), Bernal et al., (2022), Rivera, (2013), y Rodríguez & Dávila, (2020). En cuanto a factores de riesgo, se evidencia que la profesión policial genera alto estrés laboral, la sobre carga y otros factores estructurales inciden negativamente en la disposición y motivación de los policías al desarrollar sus actividades, de acuerdo con Lombana, (2009); López, (2022); López et al., (2021); Luque, (2022) y Pérez, (2022).

Como aspecto importante Gaitán et al., (2021); Gonzales et al., (2010); Linares, (2023); López et al., (2021); Moreno et al., (2021); Rivera, (2013); Ruiz-Ruana et al., (2023) y Segura et al., (2020), refieren secuelas y riesgos de traumas psicológicos por las funciones policiales y el conflicto armado que atraviesa el contexto colombiano de los cuales, destacan el estrés, la depresión, la ideación suicida y el suicidio consumado, dentro de sus investigaciones se evidencian las co-ocurrencias de estrés y depresión con mayor cantidad de coincidencias en las búsquedas.

Montero et al. (2020) refiere que las funciones policiales generan, entre otros aspectos un desgaste emocional, esto se observa en las investigaciones cuando lo que predomina es el riesgo, por esto resulta fundamental investigar los factores de riesgo que ocasionan la enfermedad y la ausencia de bienestar psicológico (Álzate et al., 2022; Caro & Alarcón, 2021; Dávila et al., 2021; Krishna, 2022; Montero et al., 2020; Quiñonez et al., 2021 y Sierra et al., 2022).

Castro et al., (2012); Cruz & Chávez, (2017); Flores, Medina et al., (2023) y García et al., (2021), denotan en sus investigaciones que la profesión policial es de alto riesgo y altamente estresante, por ello resulta significativo evaluar un plan de intervención anticipada como estrategia de prevención para mejorar su calidad de vida, salud mental y disposición para ejercer su labor.

En relación con la búsqueda de factores protectores en la población Policía Nacional, se logra evidenciar a la familia como factor protector fundamental que contribuye al bienestar emocional, al desarrollo y fortalecimiento de vínculos afectivos que impactan positivamente la salud mental y permite mejorar su calidad de vida en el ambiente personal y laboral; se concibe a la familia como un factor protector de

la salud mental que involucra tanto los a policías activos como retirados, pensionados y sus beneficiarios (Armél et al., 2018; Blaya, 2023; Molina et al., 2023; Sanabria, 2022).

Dentro de los hallazgos más significativos se logra evidenciar la educación como un factor protector en la población policial, como lo exponen Flórez, Medina et al., (2023); Hernández et al., (2023); Nieto et al., (2010); Ríos, (2023); Sanabria, (2022) y Sánchez et al., (2022), por lo que fortalecer la educación como herramienta de empoderamiento en materia de asuntos policiales resulta beneficioso para la población en cuestión, posteriormente la educación es el camino para mejorar las habilidades sociales y las aptitudes que contribuyen a una calidad de servicio y una mejor calidad de vida, por medio de la educación se brindan herramientas que permiten cumplir la misionalidad y formar de manera plena a los hombres y mujeres que integran la Policía Nacional.

Pese a que no fueron las búsquedas más significativas, se deben resaltar los hallazgos relevantes como el potenciar la inteligencia emocional, bienestar emocional y la resiliencia, esto es importante, ya que, destacan la importancia de evaluar la manera en que el sujeto se relaciona consigo mismo y con los demás. Así mismo, se concibe el desarrollo de la resiliencia como un factor fundamental y directamente vinculante con las funciones asociadas a la policía y sus actividades en ocasiones estresantes, la resiliencia permite desplegar habilidades personales en función de superar la adversidad (Arias et al., 2023; España, 2021; Gigato et al., 2020; Moreno et al., 2021). A su vez, algunos autores resaltan la actividad física como camino para promover y prevenir el bienestar en la salud mental como lo refiere Celis, (2011) y Da Silva et al., (2013), esto debido a que permite mantener un equilibrio general en cada individuo.

No menos importante, es necesario resaltar que las investigaciones concluyen que, la institución en aras de mejorar la calidad de vida y el bienestar psicológico de su personal ha implementado estrategias desde el área de Bienestar Social; por ende, se percibe mayor bienestar general por el personal femenino perteneciente a la institución policial enfocándose principalmente en madres de familia y el contacto madre e hijo (Benavides et al., 2020).

Para la institución, uno de los pilares donde ha desarrollado mayormente sus esfuerzos han sido en el acompañamiento constante desde la incorporación de las labores hasta los retiros, de manera que se le da lugar al ciclo de vida y a la calidad que se tenga para desarrollar de manera óptima sus funciones, esto debido al impacto identificado que genera el quehacer policial (Hernández et al., 2023).

A pesar de la metodología expuesta en el presente artículo, se reconocen algunas limitantes asociadas al desarrollo de este, por un lado, esta tener en consideración la exclusión de investigaciones sin acceso libre, se reconoce que allí puede haber información que aporte al análisis de investigaciones con objetivos similares a la presente revisión sistemática, asimismo, los documentos sin posibilidad de transliteración, por lo que también se deja de lado una muestra significativa. Por otro lado, la población Policía Nacional, es una institución con un estricto protocolo para acceder a dicha población, lo que genera que las investigaciones que se deseen desarrollar implican de mayores esfuerzos.

■ Conclusión

El presente estudio permitió constatar que la salud mental del personal activo de la Policía Nacional de Colombia se encuentra expuesta a múltiples factores de riesgo, propios de las demandas y condiciones de su

labor. Sin embargo, también se identificaron factores protectores clave que contribuyen a mitigar el impacto de dichas condiciones. Entre ellos se destacan el apoyo familiar, la resiliencia, la educación continua, la inteligencia emocional, la actividad física y los programas institucionales de bienestar.

Se concluye que fortalecer estos factores protectores resulta esencial para garantizar la calidad de vida de los policías y mejorar su disposición frente a los retos propios de la profesión. En particular, la familia y la resiliencia emergen como ejes centrales que permiten amortiguar los efectos del estrés laboral y promover el equilibrio emocional.

A nivel institucional, la implementación de políticas públicas y programas de bienestar enfocados en la promoción de hábitos saludables, la capacitación constante y la consolidación del trabajo en equipo constituyen estrategias fundamentales para proteger la salud mental.

Asimismo, el reconocimiento comunitario hacia la labor policial contribuye a la motivación y estabilidad emocional de los uniformados. Es fundamental continuar con el desarrollo de más investigaciones orientadas al bienestar del personal de la Policía Nacional de Colombia, reconociendo el contexto que caracteriza al país y la influencia que tiene al implementar diferentes estrategias según el territorio, por lo que no es lo mismo un plan de bienestar para un departamento determinado que para otro. La Policía Nacional de Colombia requiere garantías para desarrollar sus funciones sin dejar de lado su integridad, teniendo en cuenta la salud como eje transversal en el desarrollo de sus funciones.

En el presente artículo de revisión sistemática, no se evidencia un conflicto de interés al momento de la realización de la presente revisión sistemática.

Referencias

- Alves, L., Abreo, L., Petkari, E., & Pinto da Costa, M. (2023). Psychosocial risk and protective factors associated with burnout in police officers: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*. Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.03.081>
- Alzate Hincapié, M. Y., Roldan Velásquez, G. N. & Vallejo Molina, L. (2022). Estudio y análisis sobre las diferentes causas que afectan el componente psicosocial a funcionarios públicos de la Policía Nacional en la Estación Castilla y grupo de Incorporación Antioquia en la ciudad de Medellín. Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios. Repositorio institucional UNIMINUTO.
- Arias-Valdiviezo, M. A., Solis-Ormeño, L. D., & Rojas-Cola, W. A. (2023). Promoción de la resiliencia en el ámbito policial: análisis sobre los factores de riesgo y de protección. *Diálogos Abiertos*, 2(2), 50-57.
- Armel Sanint, A., Gómez Ramírez, J. F. & Londoño Gálvis, J. M. (2018). Interacción trabajo-familia y su relación con el Engagement en personal operativo del Departamento de Policía de Caldas. Especialización en Gerencia del Talento Humano. Universidad de Manizales.
- Benavides Acosta, C. C., Segura Baracaldo, A. C. & Rojas Landínez, L. J. (2020). Análisis del bienestar psicológico en policías que laboran en la región Caribe de Colombia. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 12(3), 8-19. <https://doi.org/10.22335/rict.v12i3.1184>
- Bernal Pérez, W. L., Galeano Reina, G. A., & Plazas Castro, P. E. (2022). Importancia de la implementación de una ruta para la atención anticipada en salud mental dirigida al personal de la Policía Nacional de Colombia. Escuela de Posgrados de Policía "Miguel Antonio Lleras Pizarro".

- Blaya, M. (2023). Policía local, estrés y salud. Tesis doctoral. Universidad Católica de Murcia.
- Caro Wilches, C. L. & Alarcón Becerra, R. I. (2021). Policía Nacional: Factores psicosociales que condicionan su interacción con la comunidad. Especialización Gerencia de la Seguridad y Salud en el Trabajo. Universidad ECCI
- Castro Bejarano, Y. R., Orjuela Gómez, M. A., Lozano Ariza, C. A., Avendaño Prieto, B. L. & Vargas Espinosa, N. M. (2012). Estado de salud de una muestra de policías y su relación con variables policiales. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, vol. 8, núm. 1, enero-junio, 2012, pp. 53-71
- Celis Cruz, J. A. (2011). La actividad física como posibilidad encaminada a la promoción y prevención de la salud y el bienestar en la ECSAN. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 3(1), 91-98. <https://doi.org/10.22335/rlct.v3i1.109>
- Corte Constitucional. (2015). Constitución Política de Colombia Actualizada con los Actos Legislativos a 2015. Consejo Superior de la Judicatura Sala Administrativa. Recuperado de <https://www.corteconstitucional.gov.co/inicio/Constitucion%20politica%20de%20Colombia%20-%202015.pdf>
- Cruz, M. L., & Chávez, J. B. (2017). Factores de riesgo psicosocial y salud mental del personal sanitario del policlínico de la policía nacional del Perú. Tesis de pregrado, Universidad Nacional "Santiago Antúnez de Mayolo".
- Gobierno de México. (2022). *Guía de gestión del estrés 2022*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/816626/Guia_Gestion_Estres.pdf
- Da Silva, R., Matos, C., Valdivia, B., Cascaes, F., & Barbosa, P. (2013). Revisión sistemática acerca de la actividad física y de la salud de policías. *Revista Med*, 21(1), 75-85.
- Dávila Ocaña, D., Garzón Flórez, T. & Álvarez Melo, W. A. (2021). Factores de riesgo ocasionados por el estrés laboral en los trabajadores del área administrativa de la dirección de investigación criminal de la policía nacional. Programa De Psicología Virtual. Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano.
- Decreto 1477. (2014 agosto 05). Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales. Tomado de https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma_pdf.php?i=58849
- España, J. M., Canales, A. & Sánchez Hernández, O. (2021). Promoción de la resiliencia en los cuerpos de seguridad de la policía. XIV XIX Congreso internacional y nacional de psicología clínica.
- Flórez Rincón, O. E., Bermúdez Flórez, J. I., Villota Benavides, L. V. & Pérez Araque, M. Y. (2023). Una apuesta en la salud mental anticipada para la policía nacional de Colombia. Universidad Piloto de Colombia.
- Flórez Rincón, O. E., Medina Carrión, Ó. F., Sanabria, W. A., Cortés Olarte, G. A. & Echeverri Pettie, L. M. (2023). Salario policial, análisis comparativo de las brechas existentes entre los estipendios del sector público. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 15(3), 86-111. <https://doi.org/10.22335/rlct.v15i3.1843>
- Gaitán Camelo, R., De La Hoz Rodríguez, A. J. & Rincón Monsalve, L. J. (2021). Covid-19 y afectaciones en salud mental en los miembros activos de la Policía Nacional. Escuela De Posgrados De Policía "Miguel Antonio Lleras Pizarro".
- García Hernández, J. J., Libreros Agudelo, J. C. & Ojeda Hernández, A. (2021). Percepción sobre alimentación, salud y autocuidado de personal activo de la policía nacional de Bucaramanga. Licenciado en educación Física, recreación y Deportes. Universidad Cooperativa de Colombia, Bucaramanga.

- Gigato Mandin, Y., Labañino Madera, I. & Cordero Rivero, C. Y. (2020). Potenciar la inteligencia emocional en jóvenes pertenecientes a la Policía Nacional Revolucionaria. *Avances*, 22(2), 262-276.
- Gobierno de México. (2022). Guía de gestión del estrés 2022. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/816626/Guia_Gestion_Estres.pdf
- González Quevedo, L. A., Sanabria Ferrand, P. A. & Zuluaga, H. (2010). Percepción de la calidad de vida y la salud mental en oficiales de la Fuerza Aérea Colombiana. *Revista Med*, 18(1), 115-122.
- Hernández González, Á. U., Cortés Olarte, G. A., y Sanabria, W. A. (2023). Ciclo de vida laboral policial: desarrollo humano, desde la incorporación hasta la asignación de retiro. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 15(1), 142-166. <https://doi.org/10.22335/rlct.v15i1.1700>
- Jané-Llopis, Eva. (2004). La eficacia de la promoción de la salud mental y la prevención de los trastornos mentales. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (89), 67-77. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000100005&lng=es&tlng=es.
- Krishnan, N., Steene, L. M. B., Lewis, M., Marshall, D., & Ireland, J. L. (2022). A systematic review of risk factors implicated in the suicide of police officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 37(4), 939-951. <https://doi.org/10.1007/s11896-022-09539-1>
- Linares Olivas, O. L. (2023). Salud mental y estrés laboral en un grupo de policías municipales. *Revista de Estudios Clínicos e Investigación Psicológica*, 13(25), 32-46. <https://doi.org/10.56342/ecip.vol13.n25.2023.4>
- Lombana, A. (2009). Factores determinantes en la salud mental del uniformado activo de la Policía Nacional De Colombia. *Revista Logos Ciencia y Tecnología*.
- López, L., Fernández, Y.P., Torres, A.M., Cardona, F. & Lemos, M. (2021). Bienestar y autoestima: un estudio comparativo en estudiantes de los colegios de la Policía Nacional. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 13(2), 08-23. <https://doi.org/10.22335/rlct.v13i2.1399>
- López Solorio, J. A. (2022). Factores protectores de estrés psicosocial de la Policía Municipal de Puerto Vallarta. *Archivos de Criminología, Seguridad Privada y Criminalística*.
- Luque, D. (2022). Factores Predictores, Medidas de Afrontamiento y Factores Protectores del Suicidio Policial: una Revisión Sistemática. Grado en seguridad pública y privada. Universidad Miguel Hernández.
- Macías, María Amarís., Madariaga Orozco, Camilo., Valle Amarís, Marcela. & Zambrano, Javier. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, vol. 30, núm. 1, enero-abril, 2013, pp. 123-145.
- Mendoza Quintanilla, M & Castillo Tarazona, M. (2018). Análisis de los programas de protección de salud mental de la Policía Nacional de Colombia para los policiales de servicio activo. Especialización en servicio de policía. Escuela de Cadetes de Policía General Francisco de Paula Santander.
- Ministerio de Defensa Nacional. (2023). Parámetros institucionales para la operacionalización y seguimiento a la estrategia 4D "Un estilo de vida saludable" en la Policía Nacional. <https://www.policia.gov.co>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2017). *Política Nacional de Salud Mental*. <https://www.minsalud.gov.co/si->

tes/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf

Moreno Daza, J., Cárdenas Quijano, C., Cárdenas Beltrán, J. M., Nieto A. I., & Lopera Sánchez, J. J. (2021). Impacto del entrenamiento en resiliencia y manejo del estrés: estudio de caso en la Policía Nacional de Colombia. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 13(1), 96-115. <https://doi.org/10.22335/rlct.v13i1.1323>

Molina Garzón, A., Velásquez Bonilla, K. & Flórez Rincón, O. (2023). Causas de Retiro Voluntario del Personal Uniformado de la Policía Nacional de Colombia. En J. A. Lozano-Medina (Ed.), *Estudios en Educación y Pedagogía Policial* (pp. 159-267). Editorial Dirección de Educación Policial. <https://doi.org/10.22335/edne.97.c169>

Montero Yaya, K. L., Cortés Olarte, G. A. & Hernández González, Á. U. (2020). Síndrome del burnout en policías de Colombia y su relación con el sistema de beneficios e incentivos. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 12(2), 32-43. <https://doi.org/10.22335/rlct.v12i2.1161>

Naranjo Pereira, Maria Luisa. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación* 33(2), 171-190, ISSN: 0379-7082, 2009. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

Nieto Rojas, J. H. (2010). Libro Histórico Talento Humano. Policía Nacional.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2018). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Pérez, F. (2022). Relación existente entre ideación suicida, estrés, afrontamiento de problemas y evitación experiencial en uniformados al servicio activo de la

policía nacional de Colombia. grado en maestría en psicología clínica. Fundación Universitaria Konrad Lorenz

Quiñones Amaya, J. E., Méndez Carvajalino, J. A., Roza Cruz, D. F. & Rojas Sánchez, A. D. (2021). Riesgo psicosocial presentados en el personal perteneciente a la policía nacional del departamento del Cesar, en tiempos de pandemia. Proyecto de práctica II – investigación aplicada. Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano.

Ríos Tanguino, J.A. (2023). Gestión emocional en el personal uniformado de la Policía Nacional de Colombia a partir del proceso formativo. Asociación Wayrayana.

Rivera Camacho, D. F. (2013). Factores de riesgo y factores protectores asociados a los signos de depresión en población activa de la Policía Nacional de Colombia. Magister en Salud Pública. Universidad Nacional de Colombia.

Rodríguez Escobar, A., Medina-Pérez, Ó. A., Roza David, A. J., & Sánchez García, S. (2013). Ideación suicida y factores asociados en un grupo de policías de Pereira-Colombia. *El Ágora USB*, 13(2), 411-420.

Rodríguez Rosero, A. M. & Dávila Buesaquillo, D. C. (2020). Actitudes frente a las relaciones familiares a partir del distanciamiento familiar en el personal de la estación de policía del municipio de Colón-Putumayo. Programa de Psicología. Universidad Antonio Nariño.

Ruiz-Ruano, A. M., Cano-García, F. J., & Quintero, A. (2023). Factores psicosociales de riesgo y burnout en policías: un análisis de redes. *Anales de Psicología*, 39(3), 478-486.

Sanabria, W. (2022). Hacia el desarrollo humano policial. Policía Nacional de Colombia. Tomado de . https://www.policia.gov.co/sites/default/files/publicaciones_institucionales/libro_hacia_desarrollo_humano_policial.pdf

- Sánchez Sierra, R., Sánchez Ramírez, J., Villegas Castañeda, G. A., Gómez Orozco, Y. M. & Quintero Hernández, I. L. (2022). Diseño de un plan integral para la adopción de hábitos de vida saludable en los funcionarios del Modelo Nacional de Vigilancia Comunitaria por Cuadrantes adscritos a la Estación de Policía Ciudad Bolívar. Especialización en gerencia de la seguridad y salud en el trabajo. Universidad Piloto de Colombia.
- Segura Baracaldo, A. C., Rojas Landínez, L. J., & Benavides Acosta, C. C. (2020). Riesgo psicosocial y desempeño académico: un análisis en los colegios de la Policía Nacional adscritos a la ciudad de Bogotá, D. C. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 12(2), 44-56. <https://doi.org/10.22335/rict.v12i2.1129>
- Sierra Pineda, J. C., Trujillo Castañeda, G. A. & Roa Galindo, O. G. (2022). Factores de riesgo psicosocial en investigadores criminales de la Sijin. Escuela de Investigación Criminal.
- Suarez, D., Álvarez, E.Y Machado, C. (2020). Variables a considerar para la evaluación de factores de riesgo Psicosocial en la policía nacional. (Trabajo de grado). Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bogotá – Colombia.
- Valencia, A., & Trejos, J. (2013). Los primeros auxilios psicológicos en el servicio de atención al ciudadano desde un enfoque humanista. *Revista Logos, Ciencia & Tecnología*, 4(2), 42-52.
- UNESCO. (2024). *Tesaurus de la UNESCO*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. <https://vocabularies.unesco.org/browser/thesaurus/es/>

