

## Un estudio comparativo de burnout en policías y bomberos portugueses



Laboratório de  
Reabilitação Psicossocial  
www.labrp.com

Cristina Queirós<sup>1,2</sup>, António Leitão da Silva<sup>3</sup> & Natália Vara<sup>1,2,4</sup>

<sup>1</sup> Laboratório de Reabilitação Psicossocial (FPCEUP / ESTSPPIP), Porto, Portugal

<sup>2</sup> Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Portugal

<sup>3</sup> Polícia Municipal do Porto, Portugal

<sup>4</sup> Instituto Politécnico de Bragança, Portugal



ESTSP | POLITÉCNICO  
DO PORTO

cqueiros@fpce.up.pt

### 1. Introducción

La literatura científica demostró que el desempeño de las actividades de policía y bombero es muy exigente, ocurriendo en situaciones de peligro, con recursos materiales insuficientes, recibiendo frecuentes críticas de la sociedad y siendo de estar disponibles para ayudar en variadas situaciones 24h por día (Baptista et al., 2005; Brown & Campbell, 1994; Cumming et al., 1965; Lourel et al., 2008; Page & Jacobs, 2011; Prati et al., 2011; Tuckey & Hayward, 2011; Violanti & Aron, 1995). El burnout (síndrome de quemarse por el trabajo) está relacionado con las demandas de la tarea profesional y, sobretodo, con el conflicto entre estas demandas y las estrategias que el individuo utiliza para manejar el estrés (Maslach et al., 2001; Buunk Schaufeli, 2003). Por estas razones, los policías y los bomberos son vulnerables a el burnout, poniendo en riesgo su salud y también la calidad de los servicios que prestan a la sociedad. Existen pocos estudios comparativos en Portugal acerca de estos dos grupos profesionales, y es importante conocer sus niveles de burnout y alertar a las consecuencias que el burnout tiene a un nivel organizacional y a un nivel individual (Brough, 2004; Gautam Nair, 2010; Shaffer, 2010; Slotje et al., 2008).

**Key words:** Burnout (síndrome de quemarse por el trabajo), Policías, Bomberos.

### 2. Objetivos

Conocer y comparar los niveles de burnout en policías y bomberos portugueses, desempeñando tareas profesionales en el norte de Portugal.

### 3. Método

**Muestra:** Formada por 368 varones, siendo **184 policías (Policía de Seguridad Pública)** y **184 bomberos** (trabajando en brigadas de bomberos voluntarios), ejerciendo tareas en el norte de Portugal. Todos aceptaron voluntariamente participar en esta investigación, teniendo edades variando de 24 a 55 años (M=35.8 y DE=7.4). Atendiendo a el nivel de estudios, 27% tenían 9 años (mínimo en el sistema de estudios portugués) y 73% tenían 12 años; 69% tenían pareja estable y 63% tenían hijos. La antigüedad en la profesión fue de 13.1 años (DE=7.5 Min.=1 Max.=33).

**Instrumento:** Cuestionario para recoger datos individuales y profesionales y versión portuguesa adaptada de la *Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey* (MBI-HSS, Maslach & Jackson, 1997; Marques-Pinto, Lima & Silva, 2003). Los valores de fiabilidad de las escalas según alfa de Cronbach fueron entre 0.80 y 0.94.

**Procedimiento:** Cuestionarios recogidos en 2010 y 2011, después de autorización formal de las instituciones; los participantes rellenaron los cuestionarios en el puesto de trabajo de forma voluntaria y anónima.

**Análisis de datos:** Se empleó el SPSS-18 para estadísticos descriptivos, comparativos y correlaciones (*R Pearson*).

### 4. Resultados

En la Tabla 1 se observan bajos valores de agotamiento emocional y despersonalización, y valores moderados de realización personal, sugiriendo bajos niveles de burnout. Las correlaciones significativas que existen sugieren una influencia de la edad en la disminución de la despersonalización de los bomberos, y una mayor asociación entre dimensiones del burnout en los policías. Las diferencias significativas entre policías y bomberos son sólo por la realización personal, mayor en los policías (Tabla 2). Atendiendo a las variables familiares, los participantes sin pareja y sin hijos tienen menor realización personal, siendo en su mayoría bomberos, sugiriendo la importancia del apoyo emocional de la familia. Se encontraron con valor mayor o igual a 4 (máximo de 6 puntos posibles) más bomberos con despersonalización y más policías con realización personal, sugiriendo que los bomberos tienen menor bienestar psicológico, como se indica en otros estudios (Brough, 2004; Shaffer, 2010; Slotje et al., 2008).

Tabla 1. Estadísticos Descriptivos y correlaciones

Muestra	MBI (0-6 rango)	M	DE	Edad	Antigüedad	Agotam.	Despers.
Policías	Agotamiento emocional	1,68	1,09	,016	,044		
	Despersonalización	1,12	1,02	-,083	-,432	,548**	
	Realización personal	4,39	1,09	,008	,008	-,272**	-,147*
Bomberos	Agotamiento emocional	1,56	1,16	-,119	-,053		
	Despersonalización	1,30	1,12	-,165*	-,055	,593**	
	Realización personal	3,97	1,24	,028	-,027	,049	,098

Tabla 2. Comparaciones de valores promedios y porcentajes

	Policías		Bomberos		t	p
Agotamiento emocional	1,68		1,56		1,036	0,301
Despersonalización	1,12		1,30		-1,569	0,117
Realización personal	4,39		3,97		3,437	0,001**
	% participantes		con M > 4 (Rango 0-6)		Chi-Sq	p
Agotamiento emocional	4,3		3,8		0,069	1,000
Despersonalización	0,5		2,7		2,711	0,215
Realización personal	69,0		57,1		5,645	0,023*
	con hijos	sin hijos	con hijos	sin hijos	F	p
Agotamiento emocional	1,69	1,66	1,50	1,63	0,586	0,625
Despersonalización	1,12	1,12	1,30	1,30	0,817	0,485
Realización personal	4,40	4,36	4,05	3,82	4,290	0,005**
	con pareja	sin pareja	con pareja	sin pareja	F	p
Agotamiento emocional	1,72	1,50	1,60	1,49	0,916	0,433
Despersonalización	1,11	1,15	1,20	1,43	1,524	0,208
Realización personal	4,41	4,34	4,23	3,62	8,326	0,000***

\*p < 0.050 \*\*p < 0.01 0

### 5. Conclusiones

Aunque los resultados no coinciden con la literatura por los bajos valores promedios de las dimensiones del burnout, es importante estudiar lo burnout en estas profesiones. La seguridad de los ciudadanos puede ser influenciada por el bienestar psicológico de los elementos que realizan actividades de policía y bombero (Euwema, Kop & Bakker, 2004; Kop, Euwema & Schafeli, 1999; van Gelderen et al., 2010; van Velden et al., 2010). Es también importante estudiar características de personalidad (Alarcón et al., 2009; Polman et al., 2010) y desarrollar intervenciones en la organización que pueden ayudar a manejar el estrés y prevenir la aparición del burnout (Lamontagne et al., 2007; Leka et al., 2003).

### 6. Bibliografía

- Alarcón, G., Eschleman, K.J., & Bowling, N.A. (2009). Relationship between personality variables and burnout: a meta-analysis. *Work & Stress*, 23 (3), 244-263.
- Baptista, M., Moraes, P., Carmo, N., Souza, G. & Cunha, A. (2005). Avaliação de depressão, síndrome de burnout e qualidade de vida em bombeiros. *Psicologia Argumento*, Curitiba, 23 (42), 47-54.
- Brough, P. (2004). Comparing the influence of traumatic and organizational stressors upon the psychological health of police, fire and ambulance officers. *International Journal of Stress Management*, 11 (3), 227-244.
- Brown, J.M. & Campbell, E.A. (1990). Sources of occupational stress in the police. *Work and Stress*, 4, 305-318.
- Cumming, E., Cumming, L. & Esaki, L. (1965). *Police as philosopher, guide and friend*. *Social Problems*, 12 (3), 276-286.
- Euwema, M., Kop, N. & Bakker, A. (2004). The behaviour of police officers in conflict situations: how burnout and reduced dominance contribute to better outcomes. *Work & Stress*, 18, 1, 23-38.
- Gonçalves, S.P. & Neves, P. (2010). Bem-estar subjetivo nos profissionais de Polícia e militares: comparação entre grupos profissionais e diferentes países europeus. *Revista de Psicologia Militar*, 19, 119-143.
- Kop, N., Euwema, M.C. & Schaufeli, W.B. (1998). Burnout, job stress and violent behaviour among Dutch police officers. *Work & Stress*, 12 (4), 328-340.
- Lamontagne, A., Keegel, T., Louie, A.M., Ostry, A., & Landsbergis, P.A. (2007). A systematic review of the job-stress intervention evaluation literature, 1990-2005. *International Journal of Occupational and Environmental Health*, 13, 288-290.
- Leka, S., Griffiths, A. & Cox, T. (2003). *Work Organization & Stress: systematic problem approaches for employers, managers and trade union representatives*. Nottingham: Institute of Work, Health & Organisations - University of Nottingham, UK.
- Lourel, M., Abdallaoui, S., Chevaleyre, S., & Pailler, M. (2008). Relationship between psychological job demands, job control, and burnout among firefighters. *North American Journal of Psychology*, 10 (3), 489-496.
- Marques Pinto, A., Lima, M.L., & Lopes da Silva, A. (2003). Stress Profissional em Profissionais Portugueses: Incidência, Preditores e Resposta de Burnout. *Psicologia*, 33, 181-194.
- Maslach, C. & Jackson, S.E. (1977). *MBI: Inventario Burnout de Maslach, síndrome del "quemado" por tareas laborales*. Manual. Madrid: TEA, Publicaciones de Psicología Aplicada.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B. & Leiter, M.P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Page, K.S. & Jacobs, S.C. (2011). Surviving the shift: Rural police stress and counseling services. *Psychological Services*, 8 (1), 12-22.
- Polman, R., Borkoles, E., & Nicholls, A.R. (2010). Type D personality, stress, and symptoms of burnout: the influence of avoidance coping and social support. *British Journal of Health Psychology*, 15, 681-696.
- Prati, G., Pietrangeli, L., & Cognigni, E. (2011). Coping Strategies and Collective Efficacy as Mediators Between Stress Appraisal and Quality of Life Among Rescue Workers. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 15(5), 84-93.
- Schaufeli, W.B. & Bakker, B.P. (2003). Burnout: An overview of 25 years of research and theorizing. In M.J. Schabraczky, J.A.M. Winnubst, & G.L. Cooper (Eds.), *Handbook of work and health psychology* (pp. 383-426). Chichester: John Wiley & Sons.
- Shaffer, T. (2010). A comparison of firefighters and police officers: the influence of gender and relationship status. *Adultspan Journal*, 9 (1), 36-49.
- Slotje, P., Witteveen, A., Teekamp, J., & Smeets, H. (2009). Post-disaster physical symptoms of firefighters and police officers: Role of types of exposure and post-traumatic stress symptoms. *British Journal of Health Psychology*, 13, 327-342.
- Tuckey, M. et al. (2006). Negative workplace behaviour: temporal associations with cardiovascular outcomes and psychological health problems in Australian police. *Stress and Health*, 26, 372-382.
- van Gelderen, B.R., Bakker, A.B., Konij, E.A., & Demerouti, E. (2011). Daily suppression of discrete emotions during the work of police service workers and criminal investigation officers. *Anxiety, Stress & Coping*, 24, 515-537.
- van Velden, P.G., Kleber, R.J., Givewik, L. & Yazmami, J.C. (2010). Confrontations With Aggression and Mental Health Problems in Police Officers. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 2 (2), 135-144.
- Violanti, J. & Aron, F. (1995). Police stressors: Variations in perception among police personnel. *Journal of Criminal Justice*, 23, 287-294.



IX Congreso Internacional de la Sociedad Española  
para el estudio de la ansiedad y el estrés

Valencia, España, 6 - 8 septiembre 2012