

**Universidad Miguel Hernández**

**GRADO EN SEGURIDAD PÚBLICA Y PRIVADA**

Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas de Elche



**UNIVERSITAS**  
*Miguel Hernández*

**“Factores Predictores, Medidas de Afrontamiento y Factores Protectores  
del Suicidio Policial: una Revisión Sistemática”**

Trabajo Final de Grado

Curso 2021-2022

Tutor: Álvaro García del Castillo López

Alumno: Daniel Luque Rísquez

## Resumen

El trabajo de las fuerzas y cuerpos de seguridad es una profesión de alto riesgo con situaciones muy estresantes, que puede conllevar problemas de salud mental e ideación suicida. Se ha estimado que la tasa de suicidios en los cuerpos policiales es superior a la de la población civil. Los objetivos en este trabajo han sido tres: 1) Determinar la existencia de evidencias que avalen una mayor incidencia de las conductas suicidas entre los agentes policiales y la población general. 2) Identificar los factores de riesgo asociados a los cuerpos policiales que pueden influir directamente en la ideación suicida o su conducta. 3) Determinar posibles factores protectores y estrategias de afrontación para evitar el suicidio. Se ha realizado una revisión sistemática siguiendo las directrices PRISMA de los estudios empíricos encontrados en las bases de datos ProQuest, PubMed y ScienceDirect, incluyendo un total de 24 estudios. Los resultados han mostrado que los agentes policiales tienen mayor riesgo de ideación y conducta suicida que la población general y menor esperanza de vida que ésta. En cuanto a los factores predictores, la conducta suicida es compleja y multicausal en la que podemos encontrar factores personales, familiares, laborales, sociales, psicológicos o individuales, predominando el estrés organizacional, no pedir ayuda externa, el haberlo intentado anteriormente, las relaciones familiares, la depresión y el TEPT. Respecto a las estrategias de afrontación y factores protectores, las estrategias activas son las más adecuadas para hacer frente a la situación conflictiva y evitar la conducta suicida, destacando la extraversión, la reinterpretación positiva, la amabilidad, la planificación de acciones para solucionar problemas, el control afectivo, la resiliencia, las buenas relaciones familiares, laborales, el apoyo social y el apoyo organizacional.

*Palabras clave:* Suicidio policial, ideación suicida, estrés, depresión, factores de riesgo y factores protectores.

## **Abstract**

The work of security forces is a high-risk profession with very stressful situations, which can lead to mental health problems and suicidal behavior. It has been estimated that the suicide rate in police forces is higher than in civilian population. The goals in this research have been: 1) Determine the existence of evidence that supports a higher incidence of suicidal behavior among police officers and general population. 2) Identify the risk factors associated with security forces that can directly influence suicidal behavior. 3) Determine possible protective factors and strategies to avoid suicide. A systematic review has been carried out following the PRISMA guidelines of the empirical studies found in the databases of ProQuest, PubMed, and ScienceDirect, including a total of 24 studies. The results have shown that police officers have a higher risk of suicidal behavior than the general population and lower hope of life than these. Regarding predictive factors, suicidal behavior is complex and multicausal in which we can find personal factors, family, work, social, psychological or individual, predominating the organizational stress, not asking for outside help, having tried previously, family relationships, depression and PTSD. Regarding coping strategies and protective factors, active strategies are the most appropriate to deal with this situation and avoid the suicidal behavior, highlighting extraversion, positive reinterpretation, kindness, action planning to solve problems, affective control, resilience, good family and work relationships, social support and organizational support.

*Keywords:* Police suicide, suicidal ideation, stress, depression, risk factors, protective factors.

## Índice

Introducción	5
Marco Teórico	7
Conducta suicida en los cuerpos de seguridad	7
Factores de riesgo	9
Afrontamiento y Prevención	13
Objetivos	16
Metodología	16
Búsqueda inicial	16
Búsqueda sistemática	17
Búsqueda manual	19
Resultados	21
Discusión	32
Limitaciones	36
Conclusiones	37
Bibliografía	39



## Introducción

El presente trabajo final de grado se realiza con el objeto de dar a conocer las altas tasas de suicidio y su tentativa en los cuerpos policiales, así como sus causas o factores, tanto precipitantes como protectores.

En los últimos tiempos, existe una preocupación creciente en la sociedad por el incremento de las conductas suicidas, especialmente entre personas jóvenes. Desde las diferentes administraciones públicas se han iniciado y establecido recientemente protocolos de prevención, señalando medidas diversas, con la finalidad de detener el avance de este fenómeno social.

La palabra suicidio tiene dos raíces que vienen del latín: “sui” y “caedo” que significan “matar a sí mismo”. La Organización Mundial de la Salud define al suicidio como “el acto deliberado e intencionado de quitarse la vida”. Su prevalencia y los métodos utilizados varían en función del país que se trate. Según su último informe del año 2019, en el planeta se suicidaron algo más de 700.000 personas, es decir, una de cada cien muertes que se produjeron fue por este motivo. Además, es un problema especialmente grave entre la población joven mundial cuyo grupo de edad es de 15 a 29 años, donde es la cuarta causa de fallecimiento. Estos datos indican para la OMS que se trata de una cuestión importante que es preciso atender de manera urgente (Organización Mundial de la Salud, 2021).

En España, en el año 2020, murieron 3.941 personas por suicidio, de las cuales la cifra de hombres casi triplicó a la de mujeres fallecidas. Se trata de un problema de salud pública multifactorial, en el que pueden intervenir elementos medioambientales, culturales, personales, psicosociales y biológicos (Ministerio de Sanidad, 2021).

Dentro de estas cifras generales, como objeto de estudio, preocupan las altas tasas de suicidio en los cuerpos policiales españoles. Si bien, según el Instituto Nacional de Estadística, la tasa de suicidios en España es de 8,31 por cada 100.000 habitantes, estos datos son aún más alarmantes cuando se trata de miembros de las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado, en los que esta cifra aumenta considerablemente con una tasa de 23,2 por cada 100.000 (25 la

Policía Nacional y 21,7 la Guardia Civil) (La Vanguardia, 2022).

En nuestro país, sólo en el año 2021, 34 agentes del orden se quitaron la vida: 17 eran policías nacionales y otros tantos, guardias civiles. Esto significa que cada 11 días se suicidó un agente policial en España. Esa cifra supone un 54% más que el año anterior, cuando se suicidaron 22 agentes de ambos cuerpos (La Vanguardia, 2022).

En la última década, entre 2012 y 2021, se han contabilizado 219 suicidios, 104 de policías nacionales y 115 de guardias civiles, según cifras oficiales de la Secretaría de Estado de Seguridad y todo ello, sin contar con las cifras del resto de cuerpos autonómicos y locales, siendo ya el principal motivo de fallecimiento entre los agentes de policía en activo en nuestro país. (El Confidencial, 2021).

A pesar de estas cifras alarmantes, hablar abiertamente y con claridad del suicidio policial se hace muy complejo, ya que se trata de un tema incómodo por los tabús dentro de los propios cuerpos policiales, por los estigmas de los propios agentes, por la escasa disposición de la clase política de abordar esta problemática y por la dificultad y escollo administrativo para aplicar un protocolo de ayuda eficiente (El Español, 2021).

A nivel personal, debido a mi carrera profesional como agente de la policía local, es un tema que me preocupa especialmente, y en vista de que en los textos estudiados los motivos para el suicidio no parece que sean estrictamente de ámbito laboral policial, sino que concurren diversos factores, es por ello que creo interesante y fundamental saber cuáles son las causas o motivos que llevan a los agentes encargados de velar por la seguridad y protección de la ciudadanía a tomar la fatal decisión de quitarse la vida, comprobar su multicausalidad, ver las distintas estrategias de afrontamiento de estas situaciones en las que unos agentes optan por el suicidio y sin embargo, otros encuentran escapatoria y salen hacia adelante, y conocer los factores protectores y los mecanismos de prevención que existen y que se pueden aplicar para que no suceda.

## Marco Teórico

A continuación, se va a proceder a revisar la literatura más relevante a cerca del suicidio policial, su factores predictores y variables de riesgo, las estrategias de afrontamiento y los factores protectores.

### Conducta suicida en los cuerpos de seguridad

La conducta suicida constituye un suceso misterioso, incomprensible, que causa dolor, estupefacción y sorpresa, tanto en la familia y personas cercanas al suicida, como en el resto de la ciudadanía cuando conocen la noticia. (Sánchez-Teruel y Robles-Bello, 2014). El suicidio es el resultado de la acumulación de sentimientos de impotencia, incapacidad, sensación de que las dificultades del día a día son insuperables, lo que produce desesperanza, angustia, frustración y estrés. La persona no se siente capaz de solucionar sus problemas y tampoco cree que otras personas puedan prestarle ayuda, por lo que algunas veces, tras no ver luz al final del túnel, decide poner punto y final a su sufrimiento quitándose la vida. Este proceso de conducta suicida se va desarrollando en el individuo poco a poco, atravesando tres fases diferenciadas que precisan estrategias de intervención distintas en cada una de ellas (Sánchez-Teruel y Robles-Bello, 2014):

1. Planteamiento o ideación suicida: La persona se plantea la posibilidad de quitarse la vida para poner fin a todos los problemas que le perturban, ya sean reales o no, para los que no ve una solución posible.
2. Ideación suicida ambivalente: La persona empieza a plantearse las consecuencias de cometer el suicidio (tanto para ella misma como para su entorno más cercano). Se produce un estado de contrariedad en el que el individuo pasa de considerar suicidarse a no hacerlo, y al contrario. Se trata de un estado breve, poco razonado y con cierta impulsividad, que puede verse alterado por el consumo de sustancias.
3. Decisión firme de suicidio: La persona ha decidido quitarse la vida de manera inequívoca y definitiva. Exhibe una relativa serenidad ya que sus dudas han desaparecido y piensa aliviar su sufrimiento acabando con su vida. En esta última fase, la intervención médica y psicológica es más complicada, ya que la decisión está tomada, y a pesar de que se

intervenga, es probable que la persona intente quitarse la vida.

Respecto al perfil suicida, a partir de varios artículos, se puede concluir a nivel mundial que las personas que más se suicidan son del género masculino, y sin embargo, las mujeres son quienes más conductas suicidas tienen, siendo la juventud, y en concreto, durante la adolescencia, cuando se producen más casos. De la misma manera, otras características como tener más de 40 años, estar divorciado, tener problemas psicosomáticos, sufrir depresión o altos niveles de ansiedad, están asociadas al suicidio en la población general (Grassi, Del Casale, Ferracuti, Cucè, Santorsa, Pelliccione y Pompili, 2018). Otros estudios también demuestran que los hombres cometen más suicidios que las mujeres, generalmente utilizando técnicas más letales como el ahorcamiento, la precipitación o el uso de armas de fuego y, sin embargo, es el género femenino el que realiza mayor número de intentos de suicidio mediante pesticidas y fármacos (Gutiérrez-García, Contreras, y Orozco-Rodríguez, 2006).

Una causa que destaca la Organización Mundial de la Salud es la importancia de las relaciones de pareja estable como factor de protección frente al suicidio, o en caso de divorcio, como factor de estrés psicosocial, en el que las personas que están inmersas en este proceso de separación tienen entre 2 a 3 veces más probabilidades de tener ideaciones suicidas y de 3 a 5 veces de atentar contra su vida (O.M.S., 2009).

La conducta suicida en los cuerpos policiales es compleja y multicausal como en el resto de la población general, y aunque en muchas ocasiones se ha buscado un solo motivo como origen, la realidad es que se debe a diversos factores: personales, familiares, laborales, sociales, individuales, etc... (López, 2017).

Los policías no son diferentes al resto de la población, por lo que el perfil de los agentes policiales que intentan quitarse la vida, no debería ser diferente al del resto de los ciudadanos. Sin embargo, hay ciertas características que otorgan al policía de unas particularidades en cuanto a sus funciones y a la labor de vigilancia y seguridad que realiza, que no existen en otras profesiones, como la propia labor policial con posesión de un arma de fuego, el aislamiento social que a veces se produce o la exposición a la violencia, lo que va a establecer en



muchas ocasiones un perfil especial para la conducta suicida (De la Serna, 2021). Sólo con estos tres factores se puede hablar de una profesión como la policial en la que pueden esperarse tasas de suicidio más altas que las de la población general, a lo que hay que añadir factores estacionales (invierno o verano), eventos sociales (pérdida de un ser querido), consumo de alcohol o drogas, etc., lo que va a producir mayores índices de suicidios en este colectivo, sometidos a altos niveles de estrés, desplazamientos geográficos temporales, etc. (Mishara & Martin, 2012).

### **Factores de riesgo**

El suicidio se produce por la confluencia de muchos factores, y en el caso de los agentes policiales, cuya labor está identificada con un alto índice de suicidios, esta multiplicidad de factores provoca un aumento del riesgo de ideación suicida. Según Chae y Boyle (2013), los factores de riesgo asociados al suicidio policial son: El estrés organizacional, el trauma posterior a un incidente crítico, el trabajo por turnos, los problemas de pareja y el uso y abuso del alcohol.

Algunos factores de riesgo asociados con el suicidio en las fuerzas y cuerpos de seguridad y en la población general son semejantes. En este sentido, factores económicos y personales se han relacionado como problemas de salud mental, incluido el abuso de alcohol (Barron, 2010) y los problemas matrimoniales o de relaciones interpersonales (Stanley, Hom y Joiner, 2016). Aunque el factor más fuerte que puede predecir el suicidio es haberlo intentado con anterioridad. Por otro lado, como se ha mencionado anteriormente, también hay factores propios relacionados con el puesto de trabajo policial, como es estar expuesto a eventos traumáticos, gestión de la situación inapropiada, trabajar por turnos rotativos o estar inmerso en un expediente disciplinario (Violanti, Owens, McCanlies, Fekedulegn y Andrew, 2018). Sin embargo, es necesario realizar más investigaciones para explicar con exactitud la aportación de los factores relacionados con el puesto de trabajo y la labor desempeñada (Stanley et al., 2016).

Los problemas relacionados con la salud mental son el principal factor de riesgo de suicidio (Bachmann, 2018). El deterioro de la salud mental de los agentes policiales es un factor muy importante a tener en cuenta. Su bienestar

psicológico es motivo de preocupación constante en muchos países.

En España, los agentes policiales para ingresar al cuerpo realizan pruebas psicotécnicas y tests de personalidad, además de una entrevista personal. Esto debería asegurar que no existen problemas psicológicos de gravedad, pero pueden aparecer posteriormente por diversos motivos (López, 2017). Los estudios efectuados a los miembros policiales sostienen que es una profesión de riesgo elevado para desarrollar cuestiones de salud mental. Además, se trata de una profesión en la que el temor al estigma y a las consecuencias perjudiciales en la carrera profesional de los agentes, hace que éstos desistan de buscar ayuda psicológica (Fox, Desai, Britten, Lucas, Luneau y Rosenthal, 2012).

En cuanto a los problemas de salud mental relacionados con el suicidio de los agentes de policía, se encuentra la depresión (Chopko, Palmieri y Facemire, 2014) y el exceso de consumo de alcohol. En un trabajo de investigación realizado por Chopko et al. (2014), se analizó la conducta de ideación suicida en 193 agentes policiales, donde se observó que de los factores predictores analizados (trastorno por estrés postraumático (TEPT), abuso de alcohol, crecimiento postraumático y exposición a factores estresantes, ya sean relacionados o no con el trabajo), el mayor predictor de suicidio fue la depresión.

La depresión es un trastorno común y grave que afecta al estado emocional y está asociada con el incremento de la mortalidad (Lasserre, 2016). La relación entre la depresión y el suicidio está claramente definida en la población general (Klonsky, May y Saffer, 2016), al igual que se ha hallado dicha relación en los cuerpos de seguridad (Chopko et al., 2014). En España, el 4% de los miembros de las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado siempre se siente deprimido, y el 19% a veces, todo ello como consecuencia del estrés relacionado con la función policial. En el caso de los mandos policiales de ambos cuerpos, el porcentaje es del 4% para los que siempre se sienten deprimidos, y del 11% para los que se sienten a veces (Guía Prevención de Riesgos Psicosociales en las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado, 2010).

Factores demográficos como la edad, nivel educativo o los años de servicio no son de importancia para causar depresión en los agentes policiales, mientras que el género, el estado civil, la situación familiar y los factores organizativos

(volumen de trabajo, esfuerzo o apoyo), pueden ser más importantes (Wagner, White, Matthews, Randall, Regehr, White y Fleischmann, 2019).

Por otra parte, la ansiedad es un estado mental que se caracteriza por una gran inquietud, surge en situaciones donde la persona o sus objetivos se ven amenazados y depende del nivel de ansiedad y de las situaciones estresantes existentes en cualquier momento (Eysenck, Derakshan, Santos y Calvo, 2007). Investigaciones sobre el estado de ansiedad en agentes policiales revelan que los niveles son parecidos a los de la población general (Newman y Rucker-Reed, 2004), pero pueden ser más elevados en el ejercicio de sus funciones (Renden, Landman, Daalder, de Cock, Savelsbergh y Oudejans, 2017). Un estudio de Renden et al. (2017) respecto a la relación entre el trastorno de ansiedad y el suicidio en los agentes policiales reveló que uno de los factores presentes en las conductas suicidas de los oficiales de policía noruegos era la ansiedad.

El estrés es otro factor a tener en cuenta. Para algunos investigadores del estrés laboral en la policía, los estresores específicos se distinguen entre organizacionales e inherentes. Los primeros, son los que se producen en la propia administración y gestión policial, y los segundos, son los que provienen de su actividad diaria y que dañan la salud física y psicológica, como son el cumplimiento del deber, la exposición al peligro y la violencia. (Violanti, 2004).

Otra clasificación es la que determina que el origen del estrés laboral puede ser personal, organizacional y extra organizacional, entre otros, siendo los factores estresores de tipo organizacional los más investigados. Algunos de ellos son los propios del puesto de trabajo (turnos rotativos de servicio, carga importante de trabajo, peligro en las intervenciones, etc...), los provenientes de la estructura del cuerpo y ambiente laboral (poca participación en la toma de decisiones, baja moral y apatía, malas relaciones entre compañeros, falta de reconocimiento por las buenas intervenciones realizadas, barreras asociadas con el ascenso de categoría, estilo de liderazgo de los superiores, etc...) y los factores exteriores, como la movilidad geográfica por todo el país, lo que puede afectar a la estabilidad familiar y aumentar el aislamiento social (Castro, Orjuela, Lozano, Avendaño y Vargas, 2012).

A través de la interacción de varios factores individuales, la angustia tiene posibilidades de incitar la aparición de trastornos mentales como la ansiedad,

depresión, burnout y otros trastornos (DSM-V, 2013).

Las fuerzas y cuerpos de seguridad pueden tener un riesgo más elevado de ideación suicida al igual que de comorbilidad de otro trastorno como el Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT) (Stanley, Hom y Joiner, 2016), debido a que los cuerpos policiales tienen una mayor vulnerabilidad psicológica por la cantidad de eventos traumáticos con los que conviven día a día en el ejercicio de sus funciones, y por tanto, se considera una de las profesiones con niveles más elevados (Wang, Inslicht, Metzler, Henn-Haase, McCaslin, Tong y Marmar, 2010).

El Trastorno por estrés postraumático se distingue por una mezcla de síntomas, que pueden suponer angustia tras experimentar o hacer frente a un suceso traumático que supone una amenaza para sí o para un tercero. Los síntomas implican recuerdos repetidos e intrusivos relacionados con el evento traumático (pensamientos, sueños o pesadillas), evitación de circunstancias relacionadas con él e hiperexcitación, como por ejemplo, problemas para dormir, irritabilidad, mala concentración, hipervigilancia y respuesta exagerada de sobresalto (American Association Psychology, 2013).

Se ha investigado que la exposición al evento traumático puede contribuir especialmente a realizar la conducta suicida, ya que existe relación entre el TEPT y la ideación suicida (Panagioti, Gooding y Tarrier, 2009).

La exposición constante a eventos traumáticos aumenta el riesgo hasta 10 veces más de abuso de alcohol, de TEPT, depresión y por consiguiente, de ideación suicida en policías (Violanti, 2004). Del mismo modo, la sintomatología depresiva y la desesperanza, los problemas familiares, el estrés, los problemas de sueño y el alcohol, se asocian estrechamente a la ideación suicida en este colectivo (Stanley et al., 2016).

Respecto a la sintomatología depresiva, se muestra que la correlación y predictor más elevados son los trastornos del sueño, y en concreto el insomnio, donde los agentes duermen menos de 6 horas diarias de media. Esto puede deberse a los altos niveles de alerta que mantienen en su puesto de trabajo, lo que refleja el insomnio, una peor calidad de sueño, pesadillas, uso de fármacos y en definitiva, peor calidad de vida en el día a día, afectando a su entorno laboral y personal (Slaven, Mnatsakanova, Burchfiel, Smith, Charles, Andrew, Gu, Ma, Fekedulegn y Violanti, 2011).

El consumo de alcohol en la policía se ha reconocido como una mala forma de afrontamiento que ha contribuido a un mayor riesgo de ideación suicida y otros problemas de salud. Violanti (2004), mencionó en un estudio que los agentes que consumen grandes cantidades de alcohol para controlar los síntomas producidos por el estrés, eran más propensos a experimentar ideación suicida. Por otro lado, el burnout o la insatisfacción laboral también se ha asociado a la depresión y la ideación suicida, y los problemas matrimoniales incrementaron hasta cinco veces el riesgo de cometer un intento de suicidio (Gimeno, 2021). Lo más probable es que las tentativas de suicidio se den en agentes de policía que sufran depresión, trastorno de consumo de sustancias o trastorno por estrés postraumático, lo que debe ser evaluado, diagnosticado y tratado para aminorar la posibilidad de que se cometa el suicidio. Para ello, en primer lugar, el policía debe ponerse en manos de un especialista (De la Serna, 2021). A pesar de lo anterior, en un trabajo de Violanti, Hartley, Gu, Fekedulegn, Andrew y Burchfiel (2013), descubrieron que ninguno de los agentes de policía incluidos en el estudio contó tener pensamientos de ideación suicida a sus compañeros o familiares, tal vez por el estigma producido por el estrés organizacional comentado previamente.

La cultura policial obstaculiza que los agentes cuenten que sufren enfermedades mentales, por lo que las padecerán sin que nadie lo sepa. (Garbarino, Cuomo, Chiorri y Magnavita, 2013). Esta cultura, de dominación y masculinidad principalmente, el autocontrol emocional, así como el estigma de parecer “débiles”, hace que los agentes policiales se resistan a buscar ayuda externa. Los policías temen que todos estos factores originen que sean discriminados de sus carreras, apartados de la actividad policial y relegados al trabajo de oficina (Garbarino et al., 2013). Además, la imagen que se quiere proyectar desde la academia policial de que todo es perfecto tampoco ayuda a los nuevos opositores a policía, ya que puede parecer que los agentes policiales no tienen problemas personales, laborales o psicológicos (Berg, Hem, Lau, Loeb y Ekeberg, 2003).

### **Afrontamiento y Prevención**

El afrontamiento se define como un mecanismo personal de esfuerzo para administrar y vencer los desafíos que representan un evento crítico, un daño,

una amenaza, un perjuicio o un beneficio para una persona (Lazarus, 1991). Respecto a las estrategias de afrontamiento para responder a situaciones complejas o estresantes, se dividen en dos grupos: estrategias activas y estrategias pasivas. Las activas, también llamadas estrategias de aproximación, se relacionan con los intentos de hacer frente a la situación conflictiva y estresante. Las pasivas, también llamadas estrategias dirigidas a evitar la acción, manifiestan el grado de debilidad de la persona, ya que el uso de estas estrategias supone no querer enfrentarse al conflicto y suelen ser menos exitosas (Espada y Grau, 2012). Por este motivo, las estrategias pasivas de afrontamiento están asociadas a la aparición y avance de problemas relacionados con la salud mental como la depresión, mientras que las estrategias activas amparan y defienden a la persona de la aparición de estos problemas (Cutillo et. al., 2019 y Sepúlveda-Vildósola et. al., 2012).

El uso de estrategias pasivas por parte de los agentes policiales indica, por una parte, que el consumo de alcohol se usa muy a menudo como estrategia de afrontamiento y su abuso está relacionado con una mayor proyección de poder cometer el suicidio, y por otra parte, que hay una relación evidente entre el estrés laboral y la existencia del trastorno de depresión, lo que obstaculiza la puesta en marcha de estrategias de afrontamiento apropiadas para solucionar el conflicto y provoca que pueda desarrollarse la ideación suicida (Bishopp y Boots, 2014).

En cuanto a la prevención, se pueden encontrar factores protectores como la resiliencia, el apoyo social y las buenas relaciones familiares y laborales (De la Serna, 2021). Otros factores relacionados con una menor tasa de conductas suicidas en la población general son: Factores económicos, religiosos, sentido de pertenencia y de la vida, apoyo social, familiar, y haber crecido con una relación con los padres apropiada (Szeto, Dobson, Luong, Krupa, y Kirsh, 2019). También se han señalado otros factores de protección como el miedo a la muerte, tener una familia e hijos, y creencias religiosas como que el suicidio es pecado (Brodsky, Spruch-Feiner y Stanley, 2018).

En los cuerpos policiales, algunos de los factores de protección más importantes son la camaradería, tener propósitos en la vida, sentir que su labor diaria ayuda al conjunto de la sociedad, tener el apoyo de la organización policial, así como también, el apoyo familiar y social, realizar una selección

apropiada del personal, contar con un servicio médico y psicológico y realizar inspecciones periódicas (Grassi et al., 2018).

Aunque existen estudios que muestran que los agentes policiales suelen utilizar sistemas de afrontamiento pasivos, sin embargo, otras investigaciones indican que aquellos policías que utilizaron estrategias de afrontamiento activas percibieron efectos positivos contra los factores de estrés laboral (Burke y Mikkelsen, 2007). Estos autores demostraron que utilizar una estrategia de afrontamiento activo podría reducir la conducta suicida y además, los agentes que utilizaran este estilo activo, tendrían más posibilidades de reconocer el origen de la tensión y establecer un plan de acción para mejorar su salud mental y controlar el estrés.

El psicólogo Daniel Jesús López Vega (1ª Jornada de prevención del suicidio en el ámbito policial, 2018), propuso una serie de medidas para prevenir el suicidio de los agentes:

- Control sobre las armas de fuego en los cuerpos policiales.
- Empleo de técnicas de conocimiento en salud para combatir el estigma frente a las enfermedades mentales y las conductas suicidas.
- Visibilizar el suicidio, evitar su silencio o la comunicación irresponsable en la conducta suicida.
- Programas preventivos que contemplen estrategias de capacitación y gestión emocional y de habilidades para pedir ayuda, teniendo en cuenta variables culturales y el clima organizacional.
- Aplicar métodos de selección del personal policial y revisiones continuas de los recursos humanos para detectar situaciones de riesgo.
- Realizar la atención y seguimiento de personas en riesgo de conducta suicida por profesionales independientes y ajenos a la organización para evitar conflictos de intereses.
- Aprovechar el entorno laboral para impulsar la prevención de conductas suicidas
- Implicación de sindicatos y asociaciones profesionales (extensiva a la Administración).

## Objetivos

Por todo lo expuesto anteriormente, este trabajo de fin de grado pretende llevar a cabo una revisión de forma sistemática de la literatura existente sobre el suicidio policial, planteando tres cuestiones u objetivos principales:

1. Determinar la existencia de evidencias que avalen una mayor incidencia de las conductas suicidas entre los miembros de las fuerzas y cuerpos de seguridad y la población civil.
2. Identificar los factores de riesgo asociados a los cuerpos policiales que pueden influir directamente en la ideación suicida o su conducta.
3. Determinar posibles factores protectores y estrategias de afrontación para evitar el suicidio.

## Metodología

En el presente trabajo se ha procedido a realizar una revisión sistemática de la literatura y de artículos de investigación sobre el suicidio policial, sus factores de riesgo, afrontación y factores de protección. Para ello, se ha seguido el procedimiento establecido en la declaración PRISMA (Moher et al., 2009) sobre elaboración correcta de revisiones sistemáticas.

### Búsqueda inicial

Se realizó una primera búsqueda a mediados del mes de julio de 2022, en diferentes bases de datos como ProQuest, Scopus, PubMed, PsicoDoc, Science Direct y Google Scholar, utilizando las palabras clave “suicide”, “police”, “factors”, “personality” y “prevention” y usando los operadores booleanos “AND” y “OR” de diferentes formas. Esta búsqueda dejó un resultado bastante amplio de artículos, muchos de ellos no válidos, pero los que sí hablaban de la materia, al leer de manera general el resumen o abstract, mostraron, por una parte, que se podrían utilizar otros términos interesantes de búsqueda, y por otra, que bases de datos como Scopus, y PsicoDoc apenas mostraban artículos referentes a la búsqueda deseada, y Google Scholar



mostraba gran cantidad de documentos repetidos, por los que se procedió a eliminar estas tres bases de datos de la búsqueda sistemática.

### **Búsqueda sistemática**

Una vez definidas las líneas de búsqueda, se procedió a la realización de la búsqueda sistemática a finales del mes de julio de 2022. Se utilizaron las bases de datos ProQuest, PubMed y Science Direct, tanto en castellano como inglés.

En primer lugar, respecto a la base de datos Proquest, se utilizaron las palabras clave “police suicide”, “suicidal ideation”, “stress”, “depression”, “risk factors” y “protective factors”, utilizando el operador booleano “AND”. Con ello, se obtuvieron 6.885 resultados. Para acotar un margen tan amplio, se eligieron las opciones de “texto completo”, las fuentes de “revistas científicas”, “revistas profesionales”, “Informes” y “documentos de trabajo”, excluyendo libros y tesis, y como margen de tiempo, se eligieron las publicaciones realizadas en los últimos 15 años, es decir, desde 2008, ya que se consideró positivamente aumentar el periodo de tiempo para tener mayor número de documentos en la revisión. Aplicando estos parámetros, se obtuvieron 743 artículos.

En segundo lugar, en cuanto a la base de datos PubMed, se utilizaron los términos “police suicide” y “risk factors”, utilizando el operador booleano “AND”. Se obtuvieron 226 resultados. Se aplicaron las opciones de “texto completo” y la búsqueda de los últimos 15 años como en el apartado anterior, obteniendo un resultado de 140 artículos.

En tercer lugar, respecto a la base de datos ScienceDirect, se utilizaron las palabras clave “police suicide”, “suicidal ideation”, “stress”, “depression”, “risk factors” y “protective factors” utilizando el operador booleano “AND”. Se obtuvieron 503 resultados. Se aplicaron también en este caso las opciones de texto completo y la búsqueda de los últimos 15 años, dando como resultado 377 documentos.

A continuación, y antes de seleccionar los artículos, se procedió a establecer los criterios de inclusión y exclusión.

#### *Criterios de inclusión:*

- Tratarse de estudios de investigación empíricos.

- Que se hayan publicado los últimos 15 años, es decir, desde el 2008 hasta el presente año 2022, ambos inclusive.
- Que el argumento principal del estudio sea el suicidio o la ideación suicida en los cuerpos policiales.
- Que estudien factores o variables de riesgo que puedan facilitar la conducta suicida en las fuerzas y cuerpos de seguridad.
- Que hablen sobre el afrontamiento de los policías hacia estas conductas.
- Que estudien los factores protectores existentes para intentar evitar que las fuerzas del orden no comentan la conducta suicida.

*Criterios de exclusión:*

- Que se trate de documentos de revisiones literarias, meta-análisis, libros, artículos de libros o manuales.
- Que hablen del suicidio en la población general exclusivamente, sin hacer mención a los cuerpos policiales.
- Que se centren en factores predictores y protectores del suicidio en la población general exclusivamente.
- Que sean estudios realizados a los cuerpos policiales durante la pandemia del Covid-19 o el 11-M.
- Que no hablen ni se refieran al suicidio, sino a la medicina, violencia de pareja, estudios sobre jóvenes, etc.
- Que se utilice la autopsia psicológica como método para la investigación.

Según los criterios anteriores, y tras disponer de 1.260 artículos, se procedió a la lectura del título de todos ellos, tras los que se eliminaron 1.205 trabajos. Además, se excluyeron también 18 artículos por estar duplicados en las tres bases de datos, por lo que se tuvieron en cuenta 37 documentos para ser examinados.

Una vez realizada esta selección, se procedió a leer el resumen o abstract, descartando 14 trabajos. Los motivos fueron fundamentalmente, por tratarse de revisiones sistemáticas o bibliográficas sobre los factores protectores y

predictores del suicidio en los cuerpos policiales, pero en el título no se hacía constar (n=5), por no tratarse de artículos de investigación empíricos y no utilizar los métodos de estudio con los agentes de las fuerzas y cuerpos de seguridad (n=7) y por utilizar la autopsia psicológica como procedimiento de investigación sin incluirlo en el título (n=2).

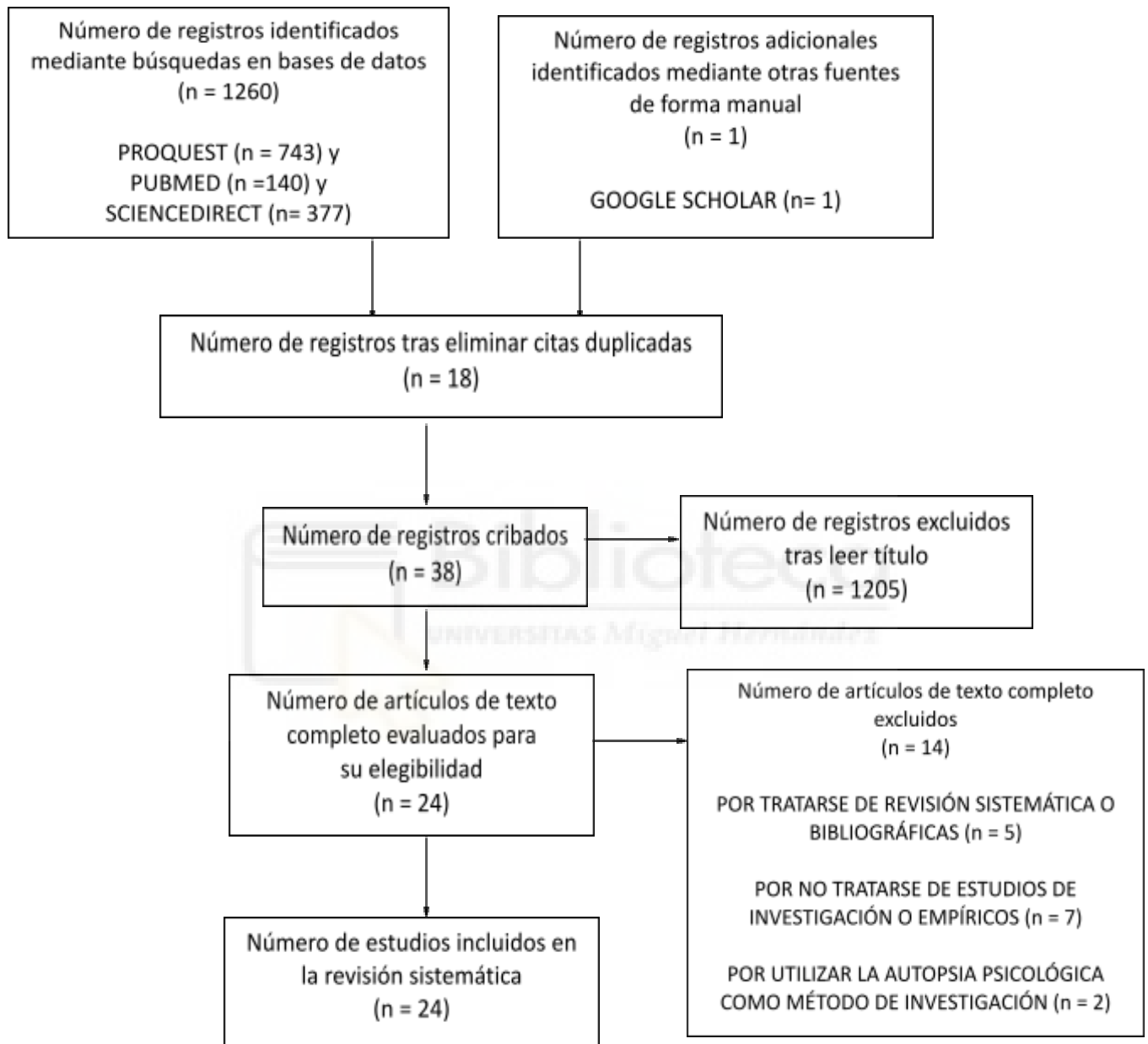
Por tanto, 23 artículos se eligieron para realizar la revisión sistemática, ya que entraron dentro de los parámetros de los criterios de inclusión y hacían referencia al suicidio e ideación suicida en los cuerpos policiales. En concreto, algunos de ellos trataban sobre los factores de riesgo y las variables asociadas a la ideación suicida, como son el estrés laboral, la desesperanza, el síntoma TEPT o la depresión (n=11). Otros artículos investigaban los factores protectores contra el suicidio, su prevención y los mecanismos de afrontamiento y resistencia (n=7). En otros dos trabajos de investigación (n=2) se relacionaba el trabajo por turnos y la calidad del sueño con la depresión y la ideación suicida. Otros dos documentos (n=2) establecían comparativas entre los cuerpos policiales y la población general en materia de factores de riesgo suicida y calidad y esperanza de vida. Y por último, otro trabajo hacía referencia sobre la prevalencia de los factores de riesgo suicida y las barreras de utilización de los servicios de salud mental por parte de los agentes policiales.

### **Búsqueda manual**

Una vez elegidos los 23 artículos, se procedió a su análisis y lectura, incluida la bibliografía, y se observó, que un estudio de investigación del año 2007 replicado en varios artículos, a pesar de estar fuera del periodo de tiempo establecido (del año 2008 al año 2022), investigaba los factores predictores de la ideación suicida con una muestra bastante amplia de agentes de policía noruegos, utilizando un análisis de regresión logística, por lo que por su interés, se decidió integrarlo.

De este modo, se incluyeron un total de 24 artículos de investigación empíricos en la revisión sistemática.

Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA en cuatro niveles (Moher et al., 2009).



## Resultados

A continuación, se va a realizar un análisis de los resultados de los trabajos seleccionados, siguiendo un orden conveniente (factores predictores del suicidio, afrontación y factores protectores) para facilitar su entendimiento e integración de los resultados.

Para saber si la afección de las variables de suicidio en policías tenía consonancia con la de otros oficios, Van der Velden, Rademaker, Vermetten, Portengen, Yzermans y Grievink (2013) investigaron si los trastornos de salud mental, como síntomas muy graves de ansiedad, depresión y hostilidad, eran más frecuentes entre los agentes policiales que entre otros grupos laborales debido a las funciones específicas de su trabajo. Para ello, realizaron un estudio transversal multicomparativo en los Países Bajos con dos muestras de policías, y otras nueve de grupos ocupacionales como empleados de bancos, de supermercados, de una organización de bienestar social, de un hospital psiquiátrico, bomberos etc., utilizando como instrumento las tablas de normas holandesas de la SCL-90-R. Los resultados informaron que la prevalencia de niveles clínicos y subclínicos de síntomas de ansiedad, depresión y hostilidad entre los agentes policiales no fue significativamente mayor que la existente entre los grupos de comparación restantes.

Violanti et al. (2013) realizaron un estudio para comparar la esperanza de vida y la probabilidad de muerte de los policías de género masculino de Buffalo (Nueva York), con la población general masculina de los EE.UU., ya que investigaciones anteriores indicaban que los agentes tenían un riesgo elevado de muerte en relación a la población general. La muestra fue de 2.761 agentes. Utilizaron un método abreviado de tablas de vida y los resultados informaron que en promedio, la expectativa de vida de los agentes policiales de la muestra fue significativamente más baja que la de la población general de EE.UU. La esperanza de vida de los policías era más corta y las diferencias eran más sustanciales en las categorías de edad más jóvenes. En la misma línea, los agentes policiales tenían una probabilidad media de muerte significativamente mayor que los hombres de la población general. Los años de vida potencial perdidos de los agentes de policía fueron 21 veces mayor que los de la población general. En este estudio se analizaron los posibles motivos de la

menor esperanza de vida entre los agentes, incluido el estrés, el TEPT, el trabajo por turnos, la obesidad y las exposiciones laborales ambientales.

Violanti et al., (2009) realizaron un estudio sobre los posibles factores que podrían influir en la conducta suicida, en un grupo de 105 policías urbanos de E.E.U.U., hombres y mujeres, elegidos al azar, ya que la depresión, el género y el estado civil, parecían estar más relacionados con la ideación suicida. Observaron que la prevalencia de la ideación suicida fue similar entre mujeres y hombres policías pero, sin embargo, las mujeres mostraron una importante tendencia al aumento del pensamiento suicida con el incremento de la edad y los años de servicio. Para los policías varones se encontró una tendencia decreciente a tener en cuenta respecto a la conducta suicida a medida que el nivel educativo era más alto. Los síntomas depresivos fueron dos veces más altos en mujeres que en hombres y la asociación de la depresión con la conducta suicida fue más fuerte entre las mujeres policías solteras respecto a las casadas, sin embargo, en los hombres no se apreció variación.

También Njiro, Ndumwa, Msenga, Kawala, Matola, Mhonda y Likindikoki (2021) examinaron la prevalencia de la depresión, tendencias suicidas, y factores de riesgo asociados en agentes de policía urbana de Tanzania. Se utilizó el "PHQ-9" para detectar la depresión y las tendencias suicidas y el instrumento "Interpersonal Support Evaluation List-12" para medir el apoyo social. Participaron en el estudio 497 agentes, de los cuales 376 fueron hombres. Sobre el 20% del total de los agentes dieron positivo en depresión, y de éstos, un tercio informó de depresión moderada grave. El grupo de edad más joven y con menos tiempo en el puesto de trabajo policial (entre 5 y 14 años) informó de mayor riesgo de depresión. Sin embargo, las variables de sexo, estado civil y ascenso en el escalafón no mostraron una relación importante con ésta. En cuanto al pensamiento suicida, la prevalencia fue del 15.4%, de los que la décima parte manifestó tener esos pensamientos a diario. Por otra parte, la escasa percepción de apoyo social se relacionó con un mayor riesgo de padecer depresión y conducta suicida en comparación con los que percibían un apoyo social elevado.

De la misma manera, Sáez y Rodríguez (2021) investigaron sobre las variables asociadas a la conducta suicida en una muestra de 139 miembros de la policía local de la Comunidad Valenciana (España), de los que 120 eran hombres.

Para ello, se utilizaron las herramientas para detectar la conducta suicida (SIS), depresión (PHQ-9), abuso de alcohol y drogas (Multicage-CAD-4), estrés postraumático (PCL-C) y carga percibida (INQ-15). Los resultados señalaron que un 96.4% presentó ansiedad tras una intervención policial, un 27.3% manifestó ideación suicida, un 41% mostraron TEPT de moderado a grave y un 16.6% reveló depresión de moderada a grave. También existió una correlación significativa entre la ideación suicida con la carga percibida, el sentido de pertenencia frustrada, la sintomatología de estrés postraumático y la depresión. El resto de variables, entre ellas el alcohol y drogas, no mostraron una correlación significativa con la ideación suicida. Tras identificar estas variables, se realizó un análisis de regresión lineal, donde los factores predictores más potentes de la ideación suicida fueron la carga percibida y el TEPT.

Recientemente, Civilotti et al. (2022) identificaron la desesperanza como factor de riesgo para el suicidio. En su estudio, examinaron la prevalencia del estado de desesperanza en una muestra de 127 oficiales de policía de Turín (Italia) y la asociación de ésta con la depresión, el agotamiento y las tendencias suicidas. Para la valoración, se utilizaron en la encuesta la “Escala de Desesperanza de Beck” (BHS), el “Inventario de Depresión de Beck” (BDI-13) y el “Inventario de Burnout de Maslach” (MBI). El resultado reveló que una cuarta parte de los oficiales de policía mostraron desesperanza, encontrando una asociación importante con la depresión y el agotamiento. En casos individuales, estas condiciones se asociaron con ideación suicida. Se utilizó un modelo de regresión logística multivariante para evaluar la conexión entre la desesperanza, la depresión y el agotamiento, y después del ajuste, la depresión, el agotamiento emocional y la reducción del logro personal se asociaron de manera significativa con el estado de desesperanza, mientras que el logro personal fue un factor protector.

En la misma línea, Violanti et al. (2016) realizaron un estudio en el estamento policial de Buffalo (EEUU) para examinar los factores estresantes que podrían estar relacionados con la desesperanza, un posible predictor del comportamiento suicida. Esta investigación se realizó entre 2004 y 2009 e incluyó a 378 agentes policiales, 276 hombres y 102 mujeres, y se utilizaron como instrumentos la “Encuesta de Estrés Policial”, la “Escala de Desesperanza de Beck” y el cuestionario “PCL-C”. La prevalencia de agentes

con un nivel de desesperanza mínimo fue la más elevada con un 84.1%. El estrés de la tarea administrativa y la falta de apoyo organizacional mostraron una mayor desesperanza entre los agentes. Los síntomas postraumáticos se situaron como modificador de la relación entre estrés y desesperanza. Los síntomas de TEPT modificaron de modo relevante la relación entre la falta de apoyo de la organización y la desesperanza, sólo entre los agentes con síntomas más elevados de TEPT. Los resultados mostraron que la desesperanza se relaciona con estresores específicos del puesto de trabajo policial, y ésta se ve modificada por la sintomatología postraumática.

Rodríguez, Medina, Rozo y Sánchez (2013) indagaron para conocer la existencia de la ideación suicida en un grupo de policías de Pereira (Colombia). Realizaron una investigación cuantitativa con análisis transversal, aplicándose el cuestionario ISO-30 y una encuesta de caracterización en una muestra de 137 agentes de la Policía Nacional, todos ellos de género masculino. Los resultados informaron que el 91% presentó un nivel bajo de ideación suicida. Los niveles más altos se encontraron en los que tenían entre 21 y 30 años, aquellos que tenían estudios de hasta bachillerato, entre casados y solteros, los que no estudiaban en ese momento y entre quienes llevaban en el cuerpo entre 15 y 110 meses. Especialmente, los porcentajes más altos de ideación suicida se dieron entre los policías que vivían solos (11.1%) y los que tenían intento de suicidio previo (25%), aunque sólo en los primeros, al realizar un análisis bivariado, se encontró una asociación estadísticamente significativa. Se encontraron niveles de ideación inferiores a los hallados en la población general.

Burke y Mikkelsen (2007) realizaron un estudio para analizar los factores predictores de la ideación suicida en el ámbito policial. Concretamente seleccionaron una muestra bastante amplia con 766 agentes de policía noruegos. Se utilizaron cuestionarios para la recopilación de datos, donde los predictores introdujeron datos demográficos personales, situación laboral, peticiones en el ámbito laboral, síntomas de agotamiento, resultados laborales y mecanismos de afrontamiento. Se empleó un análisis de regresión logística cuyo resultado fue que la gran mayoría de los agentes policiales, 495 policías, no informaron tener ideación suicida, mientras que 124 agentes mostraron alguna ideación suicida. Los policías solteros fueron los que manifestaron tasas



más altas de agotamiento y cinismo, y aquellos que realizaron mecanismos de afrontamiento menos activos y transmitieron niveles bajos de apoyo social, revelaron tasas más altas de ideación suicida.

Referente al ámbito laboral, Garbarino et al. (2013) investigaron la relación entre el estrés laboral y la presencia de síntomas de salud mental que puedan inducir a la conducta suicida, controlando variables sociodemográficas, ocupacionales y de personalidad en las fuerzas especiales de la policía italiana. La muestra contó con 289 agentes, todos ellos hombres, que participaron en el estudio de evaluación de rasgos de personalidad (modelo BFQ), estrés relacionado con el trabajo (modelos DCS y ERI) y problemas de salud mental como la depresión (modelo BDI), ansiedad (modelo STAI-T) y agotamiento (modelo MBI). Se observó sólo un caso de posible ansiedad y tres de agotamiento. Sin embargo, hubo 21 casos de depresión leve (7.3%) y 7 de depresión moderada. Los resultados mostraron que los niveles más bajos de apoyo y recompensa y los niveles más altos de esfuerzo y compromiso excesivo, se relacionaron con niveles elevados de síntomas de salud mental como la ansiedad. Aquellos policías que experimentaron una divergencia entre el esfuerzo laboral y la recompensa, mostraron un aumento en el riesgo de tener depresión.

Fox, Desai, Britten, Lucas, Luneau y Rosenthal (2012) investigaron en un departamento urbano de policía de la ciudad de New Haven (EEUU), para establecer la prevalencia del trastorno por estrés postraumático (TEPT), depresión y abuso de alcohol como predictores de la conducta suicida, patrones y barreras para utilizar los servicios de salud mental y su impacto en la pérdida de productividad. Para ello, se utilizaron como métodos, el BRFSS, el cuestionario PTSD-PC, el cuestionario CAGE, encuestas sobre la utilización de los servicios de salud y el cuestionario WLQ-8 de limitaciones laborales. Se escogió una muestra de 150 policías, el 78% hombres, entre los que cerca del 24% mostró TEPT, el 8.8% depresión y el 18.7% reveló consumo de alcohol. En general, el 40% tenía, al menos, una de las tres condiciones de salud mental. Sólo el 46.7% había accedido alguna vez a servicios de salud mental, cuyos obstáculos más citados en el estudio para dar ese paso fueron las preocupaciones sobre la confidencialidad, el posible impacto profesional negativo y el estigma asociado. Los agentes con problemas de salud mental

mostraron una mayor pérdida de la productividad.

De la misma manera que el estudio anterior, Steyn et al. (2013) realizaron un estudio para comprobar si los criterios de síntomas de TEPT se correlacionaban con el pensamiento suicida en una muestra de agentes policiales sudafricanos. En concreto, se valoró a 217 policías, de ellos el 74.2% eran hombres, con una edad media de 40 años, mediante la Escala de Diagnóstico Postraumático (PDS) y una versión corta del Cuestionario de Ideación Suicida en Adultos. Los resultados mostraron que la hiperexcitación fue el factor predictor principal de la ideación suicida con el 24.9% de varianza. Agregar pensamientos intrusivos mejoró el valor predictivo del modelo con un 2.5% para manifestar el 27.4% de la varianza, por lo que fueron factores importantes en menor medida. Por contra, ni la evitación, el entumecimiento, el deterioro o el género influyeron de una forma significativa en la relación entre el TEPT y la conducta suicida.

Chopko et al. (2014) investigaron acerca de la prevalencia de la ideación suicida y la relación entre ésta y la cantidad de estrés traumático relacionado con el trabajo, las relaciones personales, con el trabajo pero no de carácter traumático, la edad, depresión, síntomas de TEPT, consumo de alcohol y crecimiento postraumático entre los agentes policiales. Para ello, se utilizó una muestra de 193 agentes procedentes de los departamentos de un estado del Medio Oeste (EE.UU.), donde el 93.3% fueron hombres. Se utilizaron un Cuestionario Demográfico, un Cuestionario de Medidas de Estrés Subjetivo, el GHQ-28, el PHQ-9, el PCL-S, el AUDIT y el PTGI. Los resultados indicaron que el 8.8% de los agentes mostraron ideación suicida. De éstos, dieciséis eran hombres y una era mujer. El análisis de regresión múltiple evidenció que mayores síntomas de depresión predijeron significativamente una mayor ideación suicida entre los miembros de los cuerpos de seguridad. Sin embargo, el resto de variables mencionadas anteriormente no se observaron como predictoras independientes significativas de la ideación suicida.

Interesante fue el trabajo de Wang, Inslicht, Metzler, Henn-Haase, McCaslin, Tong y Marmar (2010), que analizaron los factores predictores de síntomas de depresión en el trabajo policial que pudieran conducir a la ideación suicida. Examinaron a 119 agentes de departamentos de policía de varias ciudades de EE.UU., de los que 103 eran hombres, que completaron medidas de referencia

de síntomas de depresión, exposición a traumas infantiles, neuroticismo y autoestima durante el entrenamiento académico. Se utilizaron instrumentos de estudio como el SCID-NP, la SCL-90-R, el ETISRSF, el NEO-FFI, la WAS, el BDI-II, el PCL-C, el CIHQ, el LES y el WEI. Se analizaron también las medidas de seguimiento de los síntomas de depresión, los síntomas de TEPT, la exposición a incidentes críticos, los eventos negativos de la vida y el estrés del entorno laboral rutinario después de 12 meses de servicio policial. El 77.3% de los examinados mostraron síntomas de depresión, como cambios en la calidad del sueño, pérdida de energía y cansancio o fatiga. Los resultados en el modelo final mostraron que una mayor exposición al trauma infantil, una menor autoestima durante la formación y una mayor percepción del estrés laboral en el primer año de servicio policial se relacionaron con mayores síntomas de depresión a los 12 meses de seguimiento. Las estrategias para reducir el estrés del entorno de trabajo rutinario tuvieron el potencial de disminuir la depresión relacionada con el trabajo en las fuerzas policiales.

En el ámbito de la academia policial, Castro et al. (2012), preocupados por el estrés policial como predictor suicida, centraron su estudio en conocer el estado de salud física y mental, en una muestra de 171 policías adscritos a la escuela de Investigación Criminal, y su relación con variables demográficas, grado policial, especialización y percepción de las órdenes impartidas. Se realizó un estudio descriptivo correlacional de corte transversal, utilizando el instrumento SF-36. Los resultados informaron que quienes apreciaban que las órdenes impartidas en la academia eran apresuradas, manifestaban dolor en alguna parte del cuerpo, tenían menos vitalidad y se sentían más cansados, agotados, desanimados y tristes. También, quienes tenían menos vitalidad consideraban que las órdenes casi nunca eran oportunas y que el horario de trabajo era excesivo. Por último, quien consideraba que el trabajo era excesivo, manifestaba que su salud física o problemas emocionales habían entorpecido sus actividades familiares o sociales y que el dolor corporal les había dificultado su trabajo habitual.

Por otra parte, Slaven et al. (2011) realizaron un estudio que analizó los datos referentes al sueño y la depresión facilitados por agentes de policía, ya que la mala calidad del sueño podría afectar de forma negativa a la conducta neurológica, aumentando los síntomas de depresión y por tanto, la conducta

suicida, y los agentes, debido a su trabajo, podrían padecer este trastorno del sueño. La muestra fue de 391 agentes de Buffalo (EE.UU.) y se utilizaron los cuestionarios PSQI y CES-D. Los resultados mostraron que a medida que la calidad del sueño empeora, aumentan los síntomas de depresión. Esta tendencia se mantuvo tanto para policías del género masculino como femenino. El ajuste multivariante atenuó muy poco la asociación en mujeres. Por tanto, la calidad del sueño se relacionó de manera significativa e independiente con los síntomas depresivos.

Relacionado con el trabajo de investigación anterior, Violanti et al. (2008) decidieron realizar un estudio transversal que analizó la relación del trabajo por turnos, característico de las organizaciones policiales, con la ideación suicida entre los agentes de las fuerzas y cuerpos de seguridad. La muestra elegida fue de 111 agentes, de los cuales, 70 eran hombres y 41 mujeres. El trabajo por turnos se basó en registros de nómina diarios durante cinco años. Se utilizaron medias psicológicas estandarizadas y para evaluar las asociaciones, ANOVA y regresión de Poisson. Los resultados demostraron que la prevalencia de la ideación suicida aumentó de una forma significativa entre las mujeres policías con síntomas depresivos elevados y un mayor número de horas trabajadas en el turno diurno. Por otra parte, la prevalencia de la ideación suicida aumentó entre los hombres policías con mayores síntomas de trastorno por estrés postraumático y un mayor número de horas de trabajo en turno de tarde.

Con una perspectiva de género, Bishopp y Boots (2014) realizaron un estudio utilizando la teoría de la tensión general de Agnew para explicar los factores de riesgo de la ideación suicida en agentes de policía. La muestra fue de 1.410 policías, de los que el 83% eran hombres, de tres ciudades de Texas (EE.UU.). Los datos se recogieron a través de la encuesta PWES y PSW-op y se utilizaron técnicas de regresión logística. El 13.4% de los agentes admitieron haber considerado el suicidio desde que eran policías. Los resultados indicaron diferencias de género en cuanto a los factores de riesgo. Por ejemplo, las probabilidades de que las policías deprimidas tuvieran pensamientos suicidas eran casi el doble que las de los hombres. De la misma manera, las mujeres enfadadas tuvieron probabilidad de conducta suicida tres veces más que sus compañeros. Por otra parte, los resultados en el modelo completo mostraron que la depresión y la ira son significativos para predecir la ideación suicida en

mujeres. Sin embargo, en el modelo combinado, la depresión y la ira median completamente la tensión, que tuvo un efecto positivo y directo sobre el riesgo de pensamiento suicida en agentes masculinos.

Por otra parte, Civilotti, Acquadro Garbarino y Magnavita (2022), investigaron sobre los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento que podrían actuar como factores de riesgo o de protección en relación al TEPT y al agotamiento (burnout), y quisieron averiguar si ciertos perfiles de agentes policiales podrían identificarse como de alto riesgo de desarrollar trastornos mentales. Se utilizó una muestra de 1073 policías suizos, los cuales realizaron diversos cuestionarios sobre sus síntomas de TEPT y burnout, ansiedad, depresión, ideación suicida, estrategias de afrontamiento, estrés ocupacional y factores de personalidad. Los resultados mostraron que la reinterpretación positiva, la amabilidad y el humor son estrategias de afrontamiento muy efectivas en todas las patologías. La aceptación, la conciencia, la extraversión y el afrontamiento activo se relacionaron con la ausencia de burnout. El neuroticismo se relacionó fuertemente con todas las patologías, así como el estrés organizacional y el desequilibrio vital. También descubrieron que las variables más favorables para evitar el TEPT serían el rasgo de personalidad abierta, el humor y el afrontamiento activo; y las asociadas a un aumento del TEPT serían el estrés operativo, el abuso de sustancias, el aislamiento, la distracción, la religión, el apoyo emocional, el neuroticismo y la negación. En cuanto al burnout, los factores de evitación serían las estrategias de afrontamiento de reinterpretación activa y positiva, de aceptación, la amabilidad y la conciencia; y los predictores más fuertes el estrés organizacional, el neuroticismo y el desequilibrio vital.

Potard et al. (2018) sabiendo que el TEPT puede aparecer fácilmente en los agentes policiales y que un rasgo de personalidad como la resistencia podría proteger la salud mental, realizaron un estudio para investigar las asociaciones entre la resistencia, los trastornos de internalización y los síntomas de TEPT en una muestra de 100 policías nacionales franceses, de los que 73 fueron hombres, utilizando diversos cuestionarios como el CIHQ, el PCL-S, el GHQ-28 y el DRS-15. Los resultados mostraron que el control y el compromiso predijeron síntomas más bajos de TEPT, pero no el desafío. Además, los efectos generales de la resistencia sobre los síntomas del TEPT fueron

significativos. El análisis correlacional y las correlaciones parciales informaron de una relación entre la resistencia y los síntomas de TEPT de reexperimentación y evitación, pero no de hiperexcitación. Los resultados del análisis de regresión indicaron que sólo los grupos de reexperimentación y evitación estuvieron significativamente mediados por el control, y el compromiso en menor medida.

Sánchez y Robles (2014) analizaron las relaciones entre variables sociodemográficas y de personalidad con la resiliencia, en una muestra de 348 policías pertenecientes a la Unidad de Intervención Policial de la Policía Nacional española, todos ellos hombres, ya que esta unidad está expuesta constantemente a situaciones adversas y traumáticas que pueden inducir a trastornos de salud mental, y por tanto, con riesgo de ideación suicida posterior. Se utilizaron los cuestionarios ER y BFQ, además de la hoja de datos sociodemográficos. Los resultados mostraron que la edad y el nivel educativo, junto con la dominancia, la escrupulosidad, la perseverancia y el control de impulsos y emociones estaban muy relacionados con la resiliencia. Sin embargo, no quedó demostrado que los policías casados fueran más resilientes que los de otro estado civil. En el análisis de regresión múltiple, el 66% de la varianza en resiliencia estaría constituido por cuatro variables: la edad, el nivel académico, el tesón y el control de las emociones.

En otro orden de cosas, Rodríguez y Scharagrodsky (2008) investigaron sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en cuerpos policiales de Argentina. En concreto, se escogió una muestra de 770 agentes de ambos sexos, en el que el 76.5% eran hombres, y se utilizó el instrumento "Ways Coping Checklist", de validación argentina, para analizar las estrategias del afrontamiento centradas en la evaluación, el problema y la emoción. Los resultados mostraron que la estrategia más utilizada entre los agentes policiales es la evaluación, mientras que las estrategias de evitación y redefinición cognitiva son elegidas principalmente sobre el análisis lógico. El afrontamiento dirigido al problema tuvo diferencias en sus estrategias, prevaleciendo la realización de acciones para la solución de problemas. El control afectivo fue el elegido dentro de la dimensión centrada en la emoción, donde se observaron diferencias según el sexo a favor de las mujeres. Así mismo, las estrategias de evitación cognitiva, la aceptación con resignación y la

descarga emocional, fueron elegidas por mujeres, mientras que la estrategia de análisis lógico, fue elegida mayormente por hombres. En cuanto a la edad y el afrontamiento se observó una diferencia muy significativa en la estrategia de descarga emocional demostrando medias más altas entre los agentes más jóvenes.

En la misma línea, Guerrero, Guerrero-Molina, Chambel, Moreno-Manso, Bueso y Barbosa (2021) realizaron un estudio para detectar problemas de salud mental, en concreto depresión y ansiedad, y analizar el efecto moderador de las estrategias de afrontamiento en la asociación entre la salud mental y la ideación suicida en agentes de policía. La muestra se compuso por 98 agentes policiales españoles, de los que el 91.8% eran hombres. Los instrumentos utilizados para la recogida de datos fueron el cuestionario laboral y sociodemográfico, el SBQ-R, el BDI, el STAI y el Brief-COPE. Los resultados arrojaron que 29 agentes estaban dentro del grupo de riesgo de pensamiento suicida. En cuanto al nivel de depresión, el 72.4% no la presentó. Respecto a las estrategias de afrontamiento, el afrontamiento activo fue más frecuente que el pasivo, predominando la aceptación de las circunstancias y la planificación de estrategias de acción dirigidas a lidiar con el estrés. Por el contrario, disminuyeron las estrategias pasivas como el consumo de alcohol u otras sustancias, aunque éstas tenían una correlación positiva con la ideación suicida. Otros resultados demostraron que la ideación suicida tiene una correlación positiva con la depresión, el estado de ansiedad y el rasgo de ansiedad. Sin embargo, las estrategias de afrontamiento no tuvieron un efecto moderador en la relación entre salud mental y la ideación suicida en este grupo policial.

Por último, Mishara y Martin (2012) evaluaron un programa de prevención del suicidio llamado "Juntos por la vida" para la policía de Montreal, ya que sus tasas de suicidio eran sensiblemente más elevadas que las de otra ciudad canadiense, Quebec. En el programa, que tuvo una duración de 12 años, desde 1997 a 2008, participaron los 4.178 miembros de la policía de Montreal, e involucró la capacitación para todos los funcionarios, supervisores y representantes sindicales, así como el establecimiento de una línea de ayuda para los agentes policiales y una campaña publicitaria. Los resultados mostraron que en los 12 años transcurridos desde que comenzó el programa,

la tasa de suicidios disminuyó en un 79%, pasando de 30,5/100.000 a 6,4/100.000, mientras que en Quebec no tuvieron un aumento significativo, pasando de 26/100.000 a 29/100.000. Además, el conocimiento sobre el suicidio aumentó, los supervisores participaron en intervenciones efectivas y las actividades fueron muy valoradas.

## **Discusión**

Los resultados obtenidos en la revisión sistemática realizada, demuestran que existe una multiplicidad de factores que influyen en la conducta suicida de los cuerpos policiales, que las estrategias de afrontamiento son importantes para prevenir y evitar el suicidio, y de la misma manera, se han identificado factores protectores que van a mitigar que los agentes policiales no vean en el suicidio una salida fácil a sus problemas.

Estudios previos demuestran que la ideación y la conducta suicida es más predominante en las fuerzas y cuerpos de seguridad que en la población general, ya que puede suponerse que se considera una profesión de elevado riesgo de padecer enfermedades mentales por diversos factores como las labores propias de su trabajo con armas de fuego, el aislamiento social que en ocasiones se produce o la exposición a la violencia y a eventos traumáticos (De la Serna, 2021 y Violanti et al., 2008). Por tanto, la salud mental está relacionada con la ideación suicida, y sin embargo, en la investigación de uno de los estudios revisados (Van der Velden et al., 2013), se observa como la prevalencia de síntomas de ansiedad, depresión y hostilidad entre los agentes policiales no fue superior al resto de los grupos de comparación.

Otro aspecto relevante y también relacionado con lo anterior, es el que investigan Violanti et al. (2013) para comparar la esperanza de vida y la probabilidad de muerte de una muestra de policías hombres con la población general masculina, cuyo resultado es que efectivamente la expectativa de vida de los agentes es significativamente inferior al resto de la población, y que también los agentes tienen una probabilidad media de muerte mayor a la población general masculina. Este estudio está en la misma sintonía que el realizado por Violanti et al. (2006), donde factores ambientales, enfermedades



asociadas a la exposición química y al estrés, pueden producir una muerte prematura de los agentes policiales.

En cuanto a la depresión en los cuerpos policiales, un dato que llama la atención es el aumento de los síntomas depresivos en mujeres policías respecto a los hombres, lo que incrementa la ideación suicida en este género (Violanti et al., 2009). Esto concuerda con resultados de estudios de población anteriores (Kessler, Borges y Walters, 1999).

La depresión parece ser un factor predictor significativo para la ideación suicida en los cuerpos y fuerzas de seguridad (Chopko et al., 2014). En su investigación con una muestra de agentes de policía en Tanzania, Njiro et al. (2021) descubrieron que los de edad más joven y con menos tiempo en el cuerpo policial tenían mayor riesgo de depresión. Esto contradice a la literatura existente en la que se demuestra que los agentes que llevan en el cuerpo policial más tiempo tienen un mayor riesgo de padecer síntomas de depresión debido a la exposición prolongada de eventos traumáticos y factores estresantes de la organización (Violanti et al., 2009). Sin embargo, puede entenderse que llevar poco tiempo en el puesto de trabajo, puede suponer un factor de estrés y con el paso de los años, los agentes policiales aprenden estrategias de afrontamiento que esconden la mayoría de los síntomas relacionados con la depresión (Njiro et al., 2021).

La desesperanza es otro factor clave de riesgo para cometer el suicidio. En uno de los estudios analizados (Civillotti et al., 2022), se muestra que la desesperanza es grave y está muy extendida entre los agentes policiales. Además está relacionada con la depresión, el burnout y la disminución del logro personal, por lo que se manifiesta como una fragilidad psicológica que puede aumentar el riesgo de suicidio. En esta misma línea, otro estudio anterior de Violanti et al. (2016), examina los factores estresantes asociados a la desesperanza, entre los que destacan el estrés administrativo y la falta de apoyo organizacional, pero no el peligro físico, lo que resulta curioso, ya que el potencial peligro en el desarrollo de la actividad policial suele considerarse como un precedente de inicio de estrés (Gove, 2005). La asociación entre la desesperanza y la falta de apoyo organizacional es interesante, ya que la desesperanza aumenta significativamente a medida que aumenta la falta de apoyo de la organización. Esto está en consonancia con otros estudios, como

por ejemplo, el realizado por Noblet, Rodwell y Allisey (2009), donde hallaron que la falta de justicia dentro de la organización policial en el trato de los agentes contribuye al estrés. Por tanto, la desesperanza se relaciona expresamente con estresores específicos del trabajo policial.

Otro trabajo que apunta resultados en la misma línea, es el realizado por Garbarino, Cuomo, Chiorri y Magnavita (2013), que relaciona el estrés laboral con la presencia de síntomas de salud mental. Niveles más bajos de apoyo organizacional y recompensa y niveles más altos de esfuerzo y compromiso en el trabajo, se asocian con niveles elevados de ansiedad, al igual que la divergencia entre el esfuerzo laboral y la recompensa, muestran un aumento de posibilidades de tener depresión. Por tanto, estos factores pueden ser predictores de ideación suicida.

Otras variables asociadas a la conducta suicida en los cuerpos policiales, fueron las halladas en el trabajo realizado por Sáez y Rodríguez (2021), en el cuerpo de la policía local de la comunidad valenciana, donde además de la ansiedad con un 96.4% de presencia en los agentes de estudio después de una intervención policial, se encuentran el trastorno por estrés postraumático (TEPT) con un 41%, la carga percibida, el sentido de pertenencia frustrada y la depresión. El resto de variables, destacando el alcohol y las drogas, no muestran una correlación significativa con la ideación suicida. Estos datos, en el caso del TEPT, van en la misma línea con otros estudios realizados, como es el caso de Violanti (2004) o Wang et al. (2010), entre otros. Tanto el TEPT como la sintomatología depresiva en los agentes, pueden deberse a la realización de malas estrategias de afrontamiento o al estigma que puede producirse en los agentes y que por tanto no quieren hablar de ello y no busquen ayuda, como ya mostraron en su estudio Violanti et al. (2013) y Fox et al. (2012). Otra variable importante es la carga de trabajo, que en el estudio fue fundamental junto al TEPT por su alta presencia en la muestra de estudio y su relación con la ideación suicida, tal y como citan otros autores en sus investigaciones (Stanley et al., 2016). Sin embargo, en cuanto al consumo de alcohol y drogas, observamos resultados contradictorios con otras investigaciones, ya que en este estudio no muestran correlación con la ideación suicida y en cambio, en la literatura encontramos que sí existe dicha correlación (Barron, 2010; Chopko et al., 2014; Chae y Boyle, 2013). Esto

podría deberse a que los agentes, al ser una encuesta on line, no quieren contar la verdad por las repercusiones que pueden tener en el ámbito laboral y en su carrera profesional.

Interesante es el estudio que realizaron Wang et al. (2010), donde se analizan los factores que pueden contribuir al desarrollo de síntomas de depresión después de 12 meses de servicio activo en la policía. En su modelo final, una mayor exposición al trauma infantil, una menor autoestima percibida durante el entrenamiento y un mayor estrés laboral durante el primer año de servicio policial, arrojaron mayores niveles de síntomas de depresión. En cuanto a la exposición al trauma infantil, se ha encontrado que está significativamente asociado con casi todos los trastornos psiquiátricos, incluida la depresión, y este resultado es consistente con el hallado en otras investigaciones (Kendler, 2004). Además, según otros estudios, los pacientes deprimidos que habían intentado quitarse la vida, mostraron mayor trauma infantil (Cabrera et al., 2007).

Otra de las variables que pueden afectar al estado mental de los agentes policiales y a su conducta neurológica es la mala calidad del sueño. En uno de los estudios revisados, Slaven et al. (2011) analizan los datos de sueño de 391 agentes, determinando que a medida que la calidad del sueño empeora, aumentan los síntomas de depresión y por tanto, de conducta suicida. Este estudio está en consonancia con el realizado por Violanti et al. (2008) donde se estudia la turnicidad del trabajo policial y se asocia con la ideación suicida.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento frente al estrés, la ansiedad, el burnout o los síntomas de TEPT, uno de los estudios revisados y que ha sido publicado recientemente, es el realizado por Civilotti et al. (2022), en el que se establecen como estrategias de afrontamiento adecuadas la reinterpretación positiva, la amabilidad, el humor, la aceptación, la conciencia, la extraversión y el afrontamiento activo. Estos resultados están en consonancia con otros realizados anteriormente (Emilia, Extremera, Pecino y De la Fuente, 2013; Habersaat, Geiger, Abdellaoui y Wolf, 2015). Otro estudio que establece estrategias de afrontamiento es el realizado por Rodríguez y Scharagrodsky (2008), donde muestra que la estrategia más utilizada por los policías es la evaluación, aunque también utilizan en menor medida la realización de acciones para solución de problemas, el control afectivo, la evitación cognitiva,

la aceptación con resignación y la descarga emocional.

En la misma línea que los anteriores, otro estudio de investigación que analiza el efecto moderador de las estrategias de afrontamiento contra la depresión y ansiedad para evitar la conducta suicida es el realizado por Guerrero et al. (2021), donde el afrontamiento activo predomina con estrategias como la aceptación de las circunstancias y la planificación de acciones, frente al pasivo, como el consumo de alcohol y otras sustancias, que puede facilitar la conducta suicida (Cuttillo et. al., 2019 y Sepúlveda-Vildósola et. al., 2012). Estos resultados coinciden plenamente con los de Acquadro-Maran, Varetto, Zedda y Ieraci (2015) y Rodríguez (2008).

La resiliencia es una estrategia de afrontamiento significativa. Sánchez y Robles (2014) analizaron esta estrategia en una muestra de policía perteneciente a la unidad de intervención policial, expuesta de manera constante a situaciones adversas y traumáticas. Los resultados mostraron que la edad y el nivel educativo, junto con la dominancia, la escrupulosidad, la perseverancia y el control de impulsos y emociones estaban muy relacionados con la resiliencia. Los resultados encontrados en este estudio confirman la idea de que algunos rasgos de la personalidad están asociados con la resiliencia, tal como han concluido otros autores en diversos estudios (Burke, Shakespeare-Finch, Paton y Ryan, 2006; Garbarino et al., 2012). La resiliencia también se considera un factor protector para De la Serna (2021), junto con el apoyo social y las buenas relaciones familiares y laborales. En este sentido, Brodsky et al. (2018) señala que estar casado, tener familia e hijos, el miedo a la muerte y creencias religiosas como que el suicidio es un pecado, son factores protectores. Para Grassi et al. (2018) los factores protectores más importantes para los policías son la camaradería, tener propósitos en la vida, el apoyo organizacional, familiar y social y contar con un servicio médico y psicológico en el que se puedan realizar inspecciones periódicas.

## **Limitaciones**

Respecto a las limitaciones y fortalezas de la revisión sistemática, a pesar de realizarse un enfoque sistemático para revisar los estudios empíricos y las

investigaciones existentes sobre la materia del suicidio policial y sus factores, encontramos algunas limitaciones. En primer lugar, observamos la existencia del riesgo de sesgos de publicación, como puede ocurrir generalmente en cualquier revisión. De cualquier forma, se ha intentado disminuir esa limitación con la variedad de los artículos encontrados. En segundo lugar, se han echado en falta más artículos científicos sobre el suicidio en la policía española para centrar el estudio exclusivamente en nuestro país. Es necesaria su realización para poder ampliar la información existente acerca de sus causas, variables predictoras y protectoras. En tercer lugar, puede ser que las palabras de búsqueda no hayan abarcado totalmente la literatura disponible en las bases de datos.

## **Conclusiones**

Con la realización de esta revisión sistemática, se demuestra que la preocupación por el incremento de las conductas suicidas en los cuerpos policiales es una realidad. Es necesario dar a conocer las cifras reales, evitar los tabús propios de la profesión y tomarse en serio esta problemática con planes de prevención efectivos.

Como se señala en la introducción, los objetivos del presente trabajo son: 1) Determinar la existencia de evidencias que avalen una mayor incidencia de las conductas suicidas entre los agentes policiales y la población general. 2) Identificar los factores de riesgo asociados a los cuerpos policiales que pueden influir en la ideación suicida o su conducta. 3) Determinar posibles factores protectores y estrategias de afrontación para evitar el suicidio.

Como se ha podido comprobar, al menos en nuestro país, la tasa de suicidio policial triplica a la de la población civil. Este dato nos lleva a pensar que, efectivamente, la incidencia es mayor en los cuerpos policiales, y esto se debe al elevado riesgo que tiene la policía de padecer enfermedades mentales que influyen en la ideación suicida por factores como las labores propias de su cargo, poseer un arma de fuego, la exposición a eventos traumáticos o el estrés organizacional (De la Serna, 2021; Violanti et al., 2008). Además, queda demostrado que la esperanza de vida de los agentes es menor respecto a la

población general, y la probabilidad de muerte es mayor (Violanti et al., 2013). Respecto a los factores predictores y variables que pueden facilitar el suicidio, se puede decir que la conducta suicida es multicausal y compleja, y cuenta con factores personales, familiares, laborales, sociales, psicológicos o individuales (López, 2017). Los más influyentes, según los resultados obtenidos son: El estrés organizacional, la exposición a eventos traumáticos, los problemas de pareja, haberlo intentado con anterioridad, el trabajo por turnos rotativos, el escaso apoyo social, la carga percibida y la reducción del logro personal. Por otra parte, los problemas de salud mental son el principal factor de riesgo de suicidio (Bachmann, 2018). Entre ellos encontramos la depresión, la ansiedad, el estrés, altos niveles de neuroticismo y bajos de extraversión, el trastorno por estrés postraumático, la desesperanza y el burnout.

Otro factor asociado a los anteriores tiene que ver con la cultura policial, donde el predominio de la masculinidad, la dominación, así como el estigma de parecer débiles, provoca que los agentes se resistan a pedir ayuda externa, también por miedo a ser discriminados o apartados de la actividad policial, lo que agrava su estado mental (Garbarino et al., 2013).

Por último, cabe mencionar que los factores protectores y estrategias de afrontamiento van a ayudar a prevenir y a evitar la conducta suicida a los agentes de las fuerzas y cuerpos de seguridad. Entre ellas, podemos encontrar: la reinterpretación positiva, la amabilidad, el humor, la aceptación, la conciencia, la extraversión, la evaluación de la situación, la planificación de acciones para solucionar problemas, el control afectivo, la evitación cognitiva, la descarga emocional, la resiliencia, control de impulsos y emociones, el apoyo social, las buenas relaciones laborales y familiares como estar casado y tener hijos, y dentro de la organización policial, la camaradería, el apoyo organizacional, la recompensa por el trabajo realizado y disponer de un servicio médico y psicológico. En cualquier caso, las estrategias activas para hacer frente a la situación conflictiva, siempre son más positivas que las pasivas para evitar la conducta suicida.

## Bibliografía

Acquadro-Maran, D., Varetto, A., Zedda, M., Ieraci, V. (2015). Estrés laboral, ansiedad y estrategias de afrontamiento en policías. *ocupar Medicina* 65, 466–473.

Almoguera, P. (2021, 18 de diciembre). La "cara oculta" de los cuerpos de seguridad: 20 agentes se suicidan de media cada año. El Confidencial. [https://www.elconfidencial.com/espana/andalucia/2021-12-18/suicidios-policia-guardia-civil\\_3341099/](https://www.elconfidencial.com/espana/andalucia/2021-12-18/suicidios-policia-guardia-civil_3341099/)

Anders, R., Willemin-Petignat, L., Rolli Salathé, C., Samson, A. C., & Putois, B. (2022). Profiling police forces against stress: risk and protective factors for post-traumatic stress disorder and burnout in police officers. *International journal of environmental research and public health*, 19(15), 9218. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159218>

Burke, K. J., Shakespeare-Finch, J., Paton, D., & Ryan, M. (2006). Characterizing the resilient officer: Individual attributes at point of entry to policing. *Traumatology*, 12(3), 178-188.

Edition, F. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. *Am Psychiatric Assoc*, 21(21), 591-643.

Bachmann, S. (2018). Epidemiology of suicide and the psychiatric perspective. *International journal of environmental research and public health*, 15(7), 1425. <https://doi.org/10.3390/ijerph15071425>

Barron, S. (2010). Police officer suicide within the New South Wales police force from 1999 to 2008. *Police Practice and Research: An International Journal*, 11(4), 371-382. <https://doi.org/10.1080/15614263.2010.496568>

Bishopp, S. A., & Boots, D. P. (2014). General strain theory, exposure to violence, and suicide ideation among police officers: A gendered approach. *Journal of Criminal Justice*, 42(6), 538-548. <https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2014.09.007>

Berg, A. M., Hem, E., Lau, B., Loeb, M., & Ekeberg, Ø. (2003). Suicidal ideation and attempts in Norwegian police. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 33(3), 302-312. <https://doi.org/10.1521/suli.33.3.302.23215>

Brodsky, B. S., Spruch-Feiner, A., & Stanley, B. (2018). The zero suicide model: Applying evidence-based suicide prevention practices to clinical care. *Frontiers in psychiatry*, 9, 33. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00033>

Burke, R. J., & Mikkelsen, A. (2007). Suicidal ideation among police officers in Norway. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 30(2), 228-236.

Cabrera O.A., Hoge C.W., Bliese P.D., Castro C.A. y Messe, S. (2007). La adversidad infantil y el combate como predictores de depresión y estrés postraumático en tropas desplegadas. *Revista americana de medicina preventiva*. 33 :77–82.

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*, 8(1), 53-72.

Chae, M. H., & Boyle, D. J. (2013). Police suicide: Prevalence, risk, and protective factors. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*. <https://doi.org/10.1108/13639511311302498>

Chopko, B. A., Palmieri, P. A., & Facemire, V. C. (2014). Prevalence and predictors of suicidal ideation among US law enforcement officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 29(1), 1-9. <https://doi.org/10.1007/s11896-013-9116-z>

Civilotti, C., Acquadro Maran, D., Garbarino, S., & Magnavita, N. (2022). Hopelessness in police officers and its association with depression and burnout: a pilot study. *International journal of environmental research and public health*, 19(9), 5169. <https://doi.org/10.3390/ijerph19095169>

Cutillo, A., Zimmerman, K., Davies, S., Madan-Swain, A., Landier, W., Arynchyna, A., & Rocque, B. G. (2018). Coping strategies used by caregivers of children with newly diagnosed brain tumors. *Journal of Neurosurgery: Pediatrics*, 23(1), 30-39. <https://doi.org/10.3171/2018.7.PEDS18296>

De La Serna, J. M. (2021). *Suicidio policial: guía para una prevención eficaz*. Tektime.

Emilia, I., Extremera, R. A., Pecino, C. V., & De La Fuente, G. R. C. (2013). Prevalence and risk factors of burnout syndrome among Spanish police officers. *Psicothema*, 25(4), 488-493. <https://dx.doi.org/10.7334/psicothema2013.81>

Espada Barón, M. C., & Grau Rubio, C. (2012). Estrategias de afrontamiento en padres de niños con cáncer. *Psicooncología*, 2012, vol. 9, núm. 1, p. 25-40.

[https://doi.org/10.5209/rev\\_PSIC.2012.v9.n1.39136](https://doi.org/10.5209/rev_PSIC.2012.v9.n1.39136)

Eysenck, M. W., Derakshan, N., Santos, R., & Calvo, M. G. (2007). Anxiety and cognitive performance: attentional control theory. *Emotion*, 7(2), 336.

<https://doi.org/10.1037/1528-3542.7.2.336>

Fox, J., Desai, M. M., Britten, K., Lucas, G., Luneau, R., & Rosenthal, M. S. (2012). Mental-health conditions, barriers to care, and productivity loss among officers in an urban police department. *Connecticut medicine*, 76(9), 525.

Garbarino, S., Chiorri, C., Magnavita, N., Piattino, S., & Cuomo, G. (2012). Personality profiles of special force police officers. *Journal of police and criminal psychology*, 27(2), 99-110.

Garbarino, S., Cuomo, G., Chiorri, C., & Magnavita, N. (2013). Association of work-related stress with mental health problems in a special police force unit. *BMJ Open* 2013; 3: e002791. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2013-002791>

Gove, TG (2005, octubre). Elogio y reconocimiento: La importancia del apoyo social en la aplicación de la ley. *Boletín de aplicación de la ley del FBI*, 14 - 19.

Guerrero-Barona, E., Guerrero-Molina, M., Chambel, M. J., Moreno-Manso, J. M., Bueso-Izquierdo, N., & Barbosa-Torres, C. (2021). Suicidal ideation and mental health: The moderating effect of coping strategies in the police force. *International journal of environmental research and public health*, 18(15), 8149.

Gutiérrez-García, A. G., Contreras, C. M., & Orozco-Rodríguez, R. C. (2006). *El suicidio, conceptos actuales. Salud mental, 29(5), 66-74.*

Grassi, C., Del Casale, A., Ferracuti, S., Cucè, P., Santorsa, R., Pelliccione, A., ... & Pompili, M. (2018). How do recruits and superintendents perceive the problem of suicide in the Italian State Police?. *Annali dell'Istituto superiore di sanità, 54(2), 82-89.*

Habersaat, S. A., Geiger, A. M., Abdellaoui, S., & Wolf, J. M. (2015). Health in police officers: Role of risk factor clusters and police divisions. *Social science & medicine, 143, 213-222.* <https://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.08.043>

Kendler K.S., Kuhn J.W., Prescott C.A. (2004). Abuso sexual infantil, acontecimientos vitales estresantes y riesgo de depresión mayor en las mujeres. *Medicina Psicológica. 34: 1475–1482.*

Kessler, R. C., Borges, G. y Walters, E. (1999). Prevalencia y factores de riesgo de intentos de suicidio de por vida en la Encuesta Nacional de Comorbilidad. *Archivos de Psiquiatría General, 56, 617-626.*

Klonsky, E. D., May, A. M., & Saffer, B. Y. (2016). Suicide, suicide attempts, and suicidal ideation. *Annu Rev Clin Psychol, 12(1), 307-30.* <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-021815-093204>

Lasserre, A. M., Marti-Soler, H., Strippoli, M. P. F., Vaucher, J., Glaus, J., Vandeleur, C. L., ... & Preisig, M. (2016). Clinical and course characteristics of depression and all-cause mortality: a prospective population-based study.

*Journal of affective disorders*, 189, 17-24.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.09.010>

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.

López, D. (2021, 18 de enero). "Soy policía y voy a suicidarme": las 31 bajas en Fuerzas de Seguridad de las que no se habla. *El Español*.  
[https://www.elespanol.com/reportajes/20210118/policia-suicidarme-bajas-fuerzas-seguridad-no-habla/551945378\\_0.html](https://www.elespanol.com/reportajes/20210118/policia-suicidarme-bajas-fuerzas-seguridad-no-habla/551945378_0.html)

López Vega, D. J. (2017). ¿ Todo por la patria? Cultura, clima laboral y conducta suicida en la Guardia Civil.

Ministerio de Sanidad (2021). Mortalidad por suicidio en España, 2020.  
[https://www.sanidad.gob.es/eu/estadEstudios/estadisticas/estadisticas/estMinisterio/mortalidad/docs/Defunciones\\_Suicidio2020.pdf](https://www.sanidad.gob.es/eu/estadEstudios/estadisticas/estadisticas/estMinisterio/mortalidad/docs/Defunciones_Suicidio2020.pdf)

Michel Fariña, J. J., Salomone, G., Costa, G. L., Rodríguez, A., Luzzi, S., & Pérez Ferretti, F. (2008). Sensibilidad ética en el ámbito educativo: la adaptación al español del Racial and Ethical Sensitivity Test (REST). In *XV Jornadas de Investigación y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

Mishara, B. L., & Martin, N. (2012). Effects of a comprehensive police suicide prevention program. *Crisis: the journal of crisis intervention and suicide prevention*, 33(3), 162. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000125>

Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., Altman, D., Antes, G., ... & Tugwell, P. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement (Chinese edition). *Journal of Chinese Integrative Medicine*, 7(9), 889-896.

Newman, D. W., & Rucker-Reed, M. L. (2004). Police stress, state-trait anxiety, and stressors among US Marshals. *Journal of criminal justice*, 32(6), 631-641. <https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2004.08.003>

Njiro, B. J., Ndumwa, H. P., Msenga, C. J., Kawala, T., Matola, E., Mhonda, J., ... & Likindikoki, S. (2021). Depression, suicidality and associated risk factors among police officers in urban Tanzania: a cross-sectional study. *General psychiatry*, 34(3). <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100448>

Noblet, A. J., Rodwell, J. J., & Allisey, A. F. (2009). Police stress: the role of the psychological contract and perceptions of fairness. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 32(4), 613-630.

Organización Mundial de la Salud (2009). Prevención del suicidio, un instrumento para policías, bomberos y otros socorristas de primera línea. *Asociación Internacional Para La Prevención Del Suicidio IASP. Departamento de Salud Mental y Abuso de Sustancias.*, p. 25.

Organización Mundial de la Salud (2021, 17 de junio). Una de cada 100 muertes es por suicidio. <https://www.who.int/es/news/item/17-06-2021-one-in-100-deaths-is-by-suicide>

Organización Mundial de la Salud (2021, 17 de junio). Suicidio. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

Panagioti, M., Gooding, P., & Tarrier, N. (2009). Post-traumatic stress disorder and suicidal behavior: A narrative review. *Clinical psychology review*, 29(6), 471-482.

Permanent Observatory of Psychosocial Risks (2010, diciembre). Guía Prevención de Riesgos Psicosociales en las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado. [http://portal.ugt.org/saludlaboral/publicaciones\\_new/files\\_fuerzasycuerpos/publication.pdf](http://portal.ugt.org/saludlaboral/publicaciones_new/files_fuerzasycuerpos/publication.pdf)

Potard, C., Madamet, A., Huart, I., El Hage, W., & Courtois, R. (2018). Relationships between hardiness, exposure to traumatic events and PTSD symptoms among French police officers. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 2(4), 165-171.

Renden, P. G., Landman, A., Daalder, N. R., de Cock, H. P., Savelsbergh, G. J., & Oudejans, R. R. (2017). Effects of threat, trait anxiety and state anxiety on police officers' actions during an arrest. *Legal and Criminological Psychology*, 22(1), 116-129. <https://doi.org/10.1111/lcrp.12077>

Rodríguez Escobar, A., Medina-Pérez, Ó. A., Rozo 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.

Sáez, D. Y. G., & Rodríguez, D. M. S. P. (2021). Variables asociadas a Ideación Suicida en el Cuerpo de la Policía Local.

Sánchez, J. I. R., Acinas, M. P. A., & Gancedo, J. L. P. Í. (2013). *Estrategias de intervención psicológica en la conducta suicida*. Editorial Síntesis.

Sánchez-Teruel, D., & Robles-Bello, M. A. (2014). Personalidad y resiliencia en un cuerpo especial de la Policía Nacional de España. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 30(2), 75-81.

Sepúlveda-Vildósola, A. C., Romero-Guerra, A. L., & Jaramillo-Villanueva, L. (2012). Estrategias de afrontamiento y su relación con depresión y ansiedad en residentes de pediatría en un hospital de tercer nivel. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, 69(5), 347-354.

Sindicato Unificado de Policía (SUP), Asociación Unificada de Guardias Civiles (AUGC) y Agrupación Sindical de Policía Local de CCOO-PV (2018, 16 de abril). Primera Jornada de prevención del suicidio en el ámbito policial. Recuperado de: [https://www.sup.es/sites/default/files//zonapublica/actualidad/memoria\\_1a\\_jornada\\_suicidio.pdf](https://www.sup.es/sites/default/files//zonapublica/actualidad/memoria_1a_jornada_suicidio.pdf)

Slaven, J. E., Mnatsakanova, A., Burchfiel, C. M., Smith, L. M., Charles, L. E., Andrew, M. E., Gu, J. K., Ma, C., Fekedulegn, D., & Violanti, J. M. (2011). Association of sleep quality with depression in police officers. *International Journal of Emergency Mental Health*, 13(4), 267–277.

Stanley, I. H., Hom, M. A., & Joiner, T. E. (2016). A systematic review of suicidal thoughts and behaviors among police officers, firefighters, EMTs, and paramedics. *Clinical psychology review*, 44, 25-44.

Steyn, R., Vawda, G. N., Wyatt, E., & Williams, J. K. (2013). Posttraumatic stress disorder diagnostic criteria and suicidal ideation in a South African Police sample. *African journal of psychiatry*, 16(1), 19-22.  
<https://doi.org/10.4314/ajpsy.v16i1.3>

Szeto, A., Dobson, KS, Luong, D., Krupa, T. y Kirsh, B. (2019). Programas antiestigma en el lugar de trabajo en la Comisión de Salud Mental de Canadá: Parte 1. Procesos y proyectos. *Revista Canadiense de Psiquiatría* , 64 (1\_suppl), 5S-12S.

Van der Velden, P. G., Rademaker, A. R., Vermetten, E., Portengen, M. A., Yzermans, J. C., & Grievink, L. (2013). Police officers: a high-risk group for the development of mental health disturbances? A cohort study. *BMJ open*, 3(1).

Vera, J. (2022, 17 de enero). Los suicidios entre policías crecen un 54%. La Vanguardia.

<https://www.lavanguardia.com/vida/20220117/7991261/policias-suicidios.html>

Violanti, J. M. (2004). Predictors of police suicide ideation. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 34(3), 277-283.

Violanti J.M., Andrew M.E., Burchfiel C.M., Dorn J., Hartley T., Miller D.B. (2006). Síntomas de estrés postraumático y enfermedad cardiovascular subclínica en policías. *Revista Internacional de Manejo del Estrés*. 13



:541–554.

Violanti, J. M., Charles, L. E., Hartley, T. A., Mnatsakanova, A., Andrew, M. E., Fekedulegn, D., ... & Burchfiel, C. M. (2008). Shift-work and suicide ideation among police officers. *American journal of industrial medicine*, *51*(10), 758-768.

Violanti, J. M., Fekedulegn, D., Charles, L. E., Andrew, M. E., Hartley, T. A., Mnatsakanova, A., & Burchfiel, C. M. (2009). Suicide in police work: Exploring potential contributing influences. *American Journal of Criminal Justice*, *34*(1), 41-53. <https://doi.org/10.1007/s12103-008-9049-8>

Violanti, J. M., Andrew, M. E., Mnatsakanova, A., Hartley, T. A., Fekedulegn, D., & Burchfiel, C. M. (2016). Correlates of hopelessness in the high suicide risk police occupation. *Police practice and research*, *17*(5), 408-419. <https://doi.org/10.1080/15614263.2015.1015125>

Violanti, J. M., Hartley, T. A., Gu, J. K., Fekedulegn, D., Andrew, M. E., & Burchfiel, C. M. (2013). Life expectancy in police officers: a comparison with the US general population. *International journal of emergency mental health*, *15*(4), 217.

Violanti, J. M., Owens, S. L., McCanlies, E., Fekedulegn, D., & Andrew, M. E. (2018). Law enforcement suicide: a review. *Policing: An International Journal*. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-05-2017-0061>

Wagner, S., White, N., Matthews, L. R., Randall, C., Regehr, C., White, M., ... & Fleischmann, M. H. (2019). Depression and anxiety in policework: a systematic review. *Policing: An International Journal*. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-03-2019-0040>

Wang, Z., Inslicht, S. S., Metzler, T. J., Henn-Haase, C., McCaslin, S. E., Tong, H., ... & Marmar, C. R. (2010). A prospective study of predictors of depression symptoms in police. *Psychiatry research*, 175(3), 211-216. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2008.11.010>

