

Desarrollo de actividades laborales de los bomberos del cuerpo oficial de bomberos Medellín y la salud mental¹.

Development of work activities of the firefighters of the official Medellín fire department and mental health.

Luz Yamile Correa Rojas²
luz.correaro@amigo.edu.co

Resumen

Este artículo presenta los resultados de la investigación *Desarrollo de actividades laborales de los bomberos del Cuerpo Oficial de Bomberos Medellín y la salud mental*, para la cual se utilizó la metodología cualitativa y se construyeron las siguientes categorías: *relaciones intralaborales, afectaciones fisiológicas, alteraciones conductuales y cognitivas*, de las que salen algunas subcategorías que emergen del análisis de los resultados de esta investigación, a saber: *la alimentación, colaboración, escucha, solidaridad, atención y memoria*.

Esta investigación permitió conocer factores a los que están expuestos los bomberos en el desarrollo de su trabajo relacionados con la salud mental, donde se concluyó que la salud mental de los bomberos de Medellín se ve expuesta en el desarrollo de sus actividades laborales, debido a los horarios laborales, a la atención de diversas situaciones de peligro como lo son los accidentes de tránsito, los incendios y los rescates, en la manera que se interactúa con los compañeros de trabajo, en los horarios laborales tan extensos, si no se

¹ Este artículo deriva del proyecto *Desarrollo de actividades laborales de los bomberos del Cuerpo Oficial de Bomberos Medellín y la salud mental*, en el marco del proceso formativo en Terapia de familia, Universidad

Católica Luis Amigó, con la asesoría de la Mg. Yeny Leydy Osorio Sánchez.

² Luz Yamile Correa Rojas, estudiante Programa de Psicología, Universidad Católica Luis Amigó

cuenta con un cronograma de actividades establecidas se podría generar unas expectativas del desarrollo de las actividades bomberiles donde pudieran generar confusión y esto genera consecuencias al momento de relacionarse con los demás compañeros de trabajo y con la comunidad en general.

Palabras claves: actividad bomberil, afectación cognitiva, afectación fisiológica, atención, memoria, relación personal, salud mental.

Abstract

This article presents the results of the research on Development of work activities of firefighters of the official Medellin fire department and mental health, the qualitative methodology was used, the following were found categories: Intra-labor relationship, physiological affections, behavioral and cognitive alterations, on the other hand, it is evident that there are subcategories that emerge from the analysis of the results of this research, such as feeding, collaboration, listening and solidarity, attention and memory.

This research allowed to know factors to which firefighters are exposed in the development of their work related to mental health, where it was concluded that the mental health of Medellin firefighters is exposed in the development of their work activities, due to the working hours, to the attention of various dangerous situations such as traffic accidents, fires and rescues, in the way you interact with co-workers, in such long working hours, if you do not have a Schedule of established activities could generate expectations of the development of firefighter activities where they could generate confusion and this generates consequences when interacting with other co-workers and with the community in general.

Keywords: firefighter activity, cognitive involvement, physiological involvement, attention, memory, interpersonal relationships, mental health.

Introducción

Los bomberos de Medellín desempeñan su trabajo en situaciones diversas que los ponen en peligro permanente, lo que puede llegar a ser perjudicial física y psicológicamente para ellos, como la atención de incendios, desastres naturales, accidentes de tránsito, rescate en todas sus modalidades, en entre otros.

Sumado a lo anterior, al sortear situaciones cambiantes, los bomberos pueden verse afectados desde la parte física, como lesiones corporales, hasta inestabilidad mental y emocional, producto de la exposición a estrés permanente y ansiedad. Las personas que sufren estas afectaciones, si no reciben una atención oportuna, pueden ver deteriorada su salud en general y sus relaciones personales, familiares y laborales.

En cuanto a las relaciones sociales de los bomberos, por el tipo de servicio que deben cumplir los bomberos del Cuerpo de Bomberos de Medellín, los horarios laborales son extensos, por lo que la convivencia con los compañeros de trabajo debe ser continua durante veinticuatro horas. Esto hace que en una jornada (incluye un día y una noche completa), se presenten diferentes situaciones entre los equipos de trabajo, que exigen una adaptación para compartir actividades, como dormir o asearse, además de la capacidad de resolución de conflictos.

Con referencia a lo anterior, para que sea eficiente el trabajo de los bomberos y buen desempeño en equipo, se requiere coordinación. En el cuerpo de bomberos hay una mayor participación de hombres, en la que puede sobrevenir tensiones entre géneros en el ambiente laboral, además de las afectaciones anteriormente indicadas. Por ello, tienen una normativa y cadena de mando que se deben obedecer y cumplir.

Los bomberos que responden a situaciones de emergencia en la ciudad deben estar en permanente estado de alerta, por tanto, requieren que su salud mental sea cuidada como un pilar fundamental para que puedan desarrollar su trabajo de la mejor manera. Por el tipo de trabajo y características particulares del servicio que prestan, sufren diversas afectaciones mentales y emocionales, las cuales no han sido estudiadas.

Por lo anterior, esta investigación se enfocó en un grupo de bomberos de una estación del Cuerpo de Bomberos Medellín, con la siguiente pregunta como guía: ¿por qué es importante conocer las afectaciones que pueden tener los bomberos en el desarrollo de su actividad?

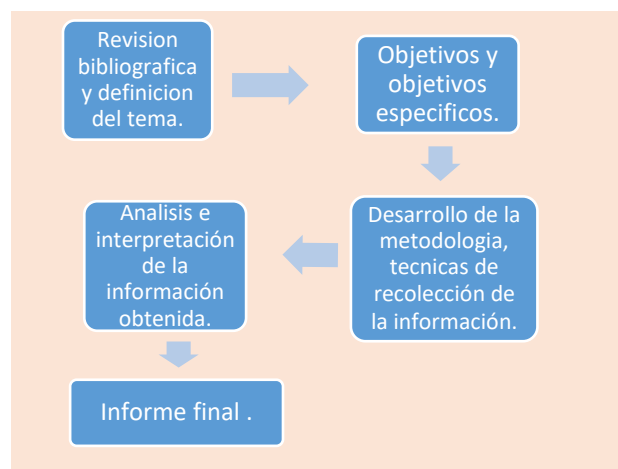
Aunque existen investigaciones preliminares sobre salud mental y bomberos, como Isaza Londoño (2021) Titulada “Trastornos de la salud mental en bomberos voluntario”, Porras Pulluquitin (2018) Titulada “Las relaciones interpersonales y el clima organizacional en el cuerpo de Bomberos del cantón Pujilí de la provincia de Cotopaxi” y Marín Uribe et al. (2017) Titulada “Orientación, protección y cuidado de la salud mental de los Bomberos Voluntarios” estas lecturas reforzaron el planteamiento de la relación entre la afectación a la salud mental y el desarrollo de la actividad bomberil, con el objetivo de complementar y aportar a las buenas prácticas de salud mental de los bomberos.

Metodología

En la figura 1 se muestran los puntos importantes en el recorrido por esta investigación. Los bomberos deben sortear situaciones cambiantes, en las que pueden verse afectados desde la parte física como lesiones en partes del cuerpo, hasta inestabilidad mental y emocional, derivada por la exposición a estrés permanente, ansiedad, depresión, entre otras. Las personas que sufren estas afectaciones si no reciben un diagnóstico acertado y atención oportuna ven a la par que se deteriora su salud en general, se deterioran sus relaciones personales, familiares y laborales.

Se realizó una sistematización de los artículos y se aplicó una metodología de desarrollo y técnicas de recolección de información, además, se efectúa un análisis minucioso del resultado de estas técnicas utilizadas y la interpretación de la información obtenida.

Figura 1, metodología



Ahora bien, para llevar a cabo la investigación, se utilizó el enfoque cualitativo que pasa por la experiencia de los sujetos y hace que los conocimientos de los fenómenos se entiendan desde una perspectiva particular, puesto que “la investigación cualitativa ha servido para profundizar en aspectos subjetivos que difícilmente se pueden estandarizar” (Monje,2011). Por su parte, Denzin y Lincoln (2012) indican que la “investigación cualitativa constituye un entrecruzado en disciplinas, áreas y objetos de estudio”, generando varios puntos de vista de un mismo fenómeno. A este respecto, se utilizó el método fenomenológico; San Martín (1986) considera que “la fenomenología radica en comprender y hablar de la realidad desde la experiencia misma”.

La técnica para recolectar información fue la entrevista semiestructurada en la que se estableció un guion, donde la conducta del sujeto entrevistado permitió la entrada en un lugar comunicativo de la realidad, en el que “la palabra es el vector vehiculizante principal de una experiencia personalizada, biográfica e intransferible” (Alonso 1999, p. 228).

Hecha la observación anterior, se entrevistaron tres bomberos de la Estación Guayabal CB-1. Las características de estos sujetos fueron: hombres y mujeres en un rango de edad entre los 27 y 40 años, casados y solteros, con la escolaridad: 1 bachiller y 2 tecnólogos; con un tiempo de antigüedad de más de cinco años en servicio; cumplen un horario de 24 a 48 horas en la estación central CB-1. La información se trató de manera confidencial, cumpliendo con los derechos y deberes otorgados en la Ley 1090 del año 2006 (Congreso de Colombia, 2006).

Para llevar a cabo el análisis de la información, se transcribió la información obtenida, para categorizarla y subcategorizarla, las que luego se analizaron de acuerdo con los objetivos de estudio como son; identificar respuestas emocionales relacionadas con el vínculo entre bomberos operativos y bomberos administrativos, describir afectaciones cognitivas

conductuales frente a la atención de incidentes, e identificar alteraciones fisiológicas que se desarrollan a partir del cumplimiento de la labor bomberil

De allí, se realizó un árbol de argumentos con el fin de indagar sobre las situaciones y factores más representativos en la labor que desempeñan los bomberos. El cual consistió en una revisión bibliográfica y definición de la investigación, se fijó el objetivo general y los objetivos específicos luego se realizó el desarrollo de la metodología para luego analizar e interpretar la información obtenida para luego tener un informe final.

Punto seguido, se recurrió a una revisión bibliográfica del tema en cuestión para conceptualizar el tema y aclarar los objetivos antes mencionados de esta investigación. Las fuentes consultadas sustentan la importancia de la salud mental en el desarrollo de las actividades laborales y de las relaciones intralaborales.

Resultados

Como el tema de esta investigación lo refiere, la salud mental de los trabajadores “es un asunto social complejo de abordaje intersectorial relacionado con las características del empleo, el manejo de las jerarquías, el manejo de las emociones ante situaciones de estrés, las exigencias del trabajo en equipo y el equilibrio familia/trabajo” (Departamento Nacional de Planeación [DNP], 2020 p. 25). Desde la perspectiva de la psicología humanista, la salud mental debe ser comprendida como parte esencial del comportamiento humano e inherentemente a las interacciones entre los miembros de un grupo con un mismo oficio. De este modo, el oficio que desempeñan los bomberos conlleva situaciones o factores que

pueden afectar su salud física y psicológica, lo que se puede ver reflejado en sus relaciones sociales.

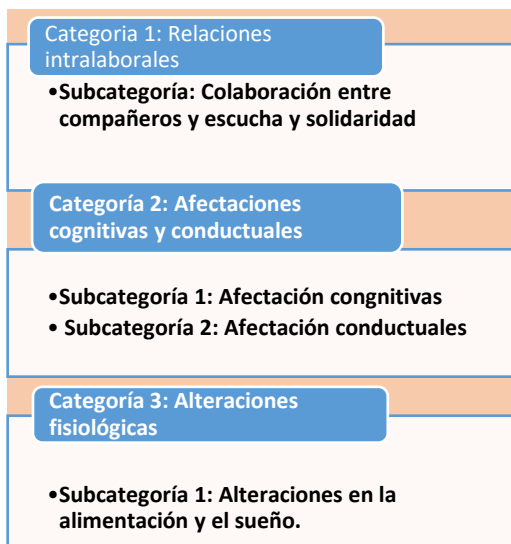
Desde la perspectiva de la psicología positivista, se plantea que las relaciones sanas implican un bienestar social y mental. Se concentra en estudiar las experiencias humanas que están centradas en reparar las situaciones negativas de la vida de las personas y en la conformación de cualidades positivas tan necesarias para la interacción (Domínguez, 2017).

Teniendo en cuenta lo anterior, la investigación realizada permitió identificar respuestas emocionales relacionadas con el vínculo entre bomberos operativos y bomberos administrativos, describir afectaciones cognitivas y conductuales frente a la atención de incidentes e identificar alteraciones fisiológicas que se dan a partir del cumplimiento de la labor bomberil.

Por otro lado, a partir de la revisión y análisis de las entrevistas, se exponen tres categorías que se sintetizan en la figura 2.

Figura 2

Análisis de Resultados



Relaciones Intralaborales

Algunas de las personas entrevistadas han tenido algún tipo de tensión en la relación con los coordinadores o con sus jefes, debido a la diferencia de edad y de años en servicio. Esto refiere el bombero #1 cuando afirma que

Las relaciones entre bomberos están muy guiadas por las edades, entonces los que tenemos cierta edad, tenemos una interacción mucho más fluida, hay una interacción mucho más sencilla entre los que somos más jóvenes. Y hay otro tipo de relaciones con las personas más adultas que ya son bomberos hace muchos años, y tienen más de veinticinco años siendo bomberos, esa es una relación un poco más compleja.

Este conflicto en la organización se entiende desde las siguientes perspectivas: los bomberos cumplen funciones diferentes según la posición que ocupan, y en ocasiones suelen presentarse diferencias de tipo funcional por los desajustes psicológicos que sufren; cuando los canales de comunicación funcionan mal; por un bajo nivel de sentido de pertenencia hacia la empresa, o por un liderazgo impositivo. Al Respecto, el bombero #1 dice que la relación de los jefes con subalternos puede llegar a ser tensa, y lo expresa de la siguiente manera.

Sí, siento tensión indudablemente, porque muchos de ellos, estos bomberos que son antiguos por el mero hecho de llevar muchos años trabajando, muchos años de estar en la tarea, los encargan de estación, entonces al ser el jefe de estación, uno como bombero mucho más nuevo, debe de rendirle a esa persona algo de respeto, y ellos se sobrepasan, por lo general gritan obscenidades, te tratan mal, descalifican la tarea, descalifican el trabajo, te

dicen que eres malo, te dicen que no has aprendido nada, que esto ya no es como antes, y que todo tiempo pasado fue mejor. Y sí, yo he tenido enfrentamientos con varios de ellos.

Ante este tipo de situaciones emergen reacciones emocionales. Este mismo entrevistado lo manifiesta:

Indudablemente hay momentos muy tensos donde todos somos seres humanos, y uno explota y le dice a la otra persona, pues, que respete porque uno no es un hijo de ellos ni nada, sino que ambos somos dos trabajadores que estamos cumpliendo una tarea en igualdad de condiciones, él no es ni más que yo, ni yo soy más que él.

El bombero # 2 coincide con este tipo de apreciación sobre las relaciones jerárquicas y las tensiones laborales al decir que

Los coordinadores que han llegado a suplir un cargo, pero sin el conocimiento de lo que significa estar allá, de lo que significa ser un centro de formación, y eso ha generado roces desde la parte personal, pues no me he sentido cómodo, ni satisfecho personalmente, ni contento, ni he tenido como la facilidad de generar ese vínculo con los coordinadores.

Ambas apreciaciones (las del bombero # 1 y las del bombero # 2) dejan ver no solo la reacción emocional, lo que desemboca en afectación del bienestar personal, sino también la afectación indirecta del vínculo y, por tanto, del ambiente laboral. Puede pensarse, a partir de esta entrevista, que la dimensión intralaboral requiere una mejoría en la comunicación y la jerarquización del grupo para fomentar espacios laborales sanos.

Colaboración entre Compañeros, Escucha y Solidaridad

El trabajo en equipo genera una unión de todos los integrantes y una mayor satisfacción personal y laboral; para lograr esto, se debe mantener la empatía hacia los demás. Algunas

de las personas entrevistadas refieren que es muy importante el trabajo en equipo y la colaboración de los compañeros en el desarrollo de las funciones propias de las actividades bomberiles, así como lo dice el bombero #1:

Cuando regresamos de atender un caso, que fue algo impactante, y veo que mis compañeros están muy callados, siempre trato de que se genere una descarga emocional y les pregunto sobre cómo se sienten, los invito a que en la estación hablemos del caso y que todos juntos vallamos a botar las cosas, si hay que botarlas, cuando están contaminadas, y siempre les pregunto si están bien.

Para un mejor desempeño de la actividad bomberil: atención de incidentes, desarrollo operacional de las actividades es importante la habilidad de escuchar con empatía . La jornada de trabajo de los bomberos es muy extensa, por lo que escuchar empáticamente marca una diferencia grande para el buen desempeño individual y colectivo del equipo de trabajo. En este sentido, el bombero #3 dice:

Cuando salgo a una atención de un accidente siempre les digo a mis compañeros “entramos todos y salimos todos”; para mí es muy importante que no le pase nada a nadie y podamos volver a la estación sanos. Ellos me escuchan y algunos ya lo repiten conmigo.

En las actividades que se desarrollan en un turno laboral se reciben y se ejecutan muchas órdenes, todas ellas verbales, en diferentes ámbitos (operativo y personal). Es por eso que la escucha representa un factor tan importante al momento de relacionarse, y es la escucha empática la que genera esa colaboración y solidaridad con los compañeros y la comunidad.

Afectaciones Cognitivas y Conductuales

Las funciones cognitivas, como la atención y la memoria, son imprescindibles para el desarrollo de la actividad bomberil. El bombero #1 lo expresa de la siguiente manera:

Lo primero que pienso, es que siempre me evalúo en el camión y digo que debo estar listo; así, si voy para un incendio, hago todo un repaso sistémico de todo lo que tengo que llevar para un incendio; y si voy para un accidente de tránsito, hago un repaso sistémico de todo lo que tengo que llevar para un accidente; y si voy a un rescate, a una recuperación de un cuerpo, repaso sistemáticamente todo lo que debo de tener para no olvidar algo.

En esta proposición puede verse la importancia de la función cognitiva de la memoria; el bombero hace un monitoreo detallado de las acciones a seguir y se nota cómo establece una relación con la emoción, pues, podría decirse, que el monitoreo disminuye la sensación de miedo.

En concordancia con lo mencionado, el bombero #2 expresa: «yo estoy siempre pendiente de saber qué tengo que hacer, cuáles son los pasos para seguir cuando llegue a atender algo». En esta afirmación se evidencia el proceso atencional que debe estar presente en cada momento, y que podría verse afectado por factores como cansancio o falta de sueño.

La salud mental es cambiante, y mucho más en una labor como la del bombero.

Afectaciones Conductuales y Alteraciones Fisiológicas

Teniendo en cuenta la categoría anterior, y el monitoreo como una herramienta para disminuir la sensación de miedo, el bombero # 3 refiere lo siguiente:

Ojalá no sea algo grave y no haya personas, pues, comprometidas, vidas humanas, e inclusive, vida de animales. Desde el despacho uno trata como de predisponerse qué se va a

encontrar. Yo siento miedo como algo, como la necesidad de tratar de comprender el contexto.

La presencia del miedo es importante en esta actividad, ya que está en la base de procesos atencionales, de memoria y de metacognición. Los entrevistados tienen temor al error que puede tener consecuencias fatales en la atención a los incidentes.

Por otro lado, en relación con las alteraciones fisiológicas que se desarrollan a partir del cumplimiento de la labor, todos los entrevistados reportaron alteración del sueño. Miremos lo que dice el bombero #1: «Tengo que levantarme a las dos de la mañana a cumplir con mis turnos de guardia nocturnos, y no hay sueño profundo. El sueño es muy liviano». De igual manera, el bombero #2 afirma sobre las alteraciones del sueño lo siguiente: «Yo me acuesto, pero no logro conciliar el sueño profundo, es como si siempre tuviera que estar alerta, por si hay una salida, y otras veces me pasa que estoy tan cansado que no logro despertarme con nada fácilmente».

Los bomberos, en su jornada laboral, tienen unos horarios de alimentación diferentes respecto de un empleo con horario regular; el horario laboral de los bomberos de Medellín es de 24 horas seguidas, tiempo en el que existen diferentes actividades dentro de las estaciones. Ningún turno podría ser igual al otro, y de esta manera los horarios de alimentación varían. El bombero #1 dice sobre la alimentación lo siguiente: «Yo siempre estoy comiendo en la estación, todo el tiempo, porque no sé cuándo tenga una salida y no pueda comer: por eso yo prefiero adelantarme y comer. Eso me generó varios problemas con mi alimentación». En el mismo sentido, el bombero # 2 dice que:

Algo que me pasa con la comida es que cuando yo salgo a atender un accidente en el que haya que atender una herida abierta, luego, cuando llego a la estación y me sirven el plato, la comida yo la asocio con lo que atendí y se me quitan las ganas de comer, y no como.

La alimentación para los bomberos es fundamental y es una de las necesidades fisiológicas que se afecta debido a la atención de incidentes como lo refirió el bombero 2, la alimentación es fundamental para el desempeño en el desarrollo de las actividades laborales.

Conclusiones

El desarrollo de la investigación permitió reconocer los aportes de los bomberos entrevistados, los factores externos a los que están expuestos en el desarrollo de su trabajo y que tienen relación con la salud mental.

Los bomberos, constantemente, se ven expuestos a situaciones de alto riesgo, lo cual puede detonar algún padecimiento emocional y verse comprometida su calidad de vida, tanto laboral como personal. De ahí, la importancia de identificar las situaciones a las que se ven expuestos y algunas manifestaciones del deterioro de su salud física y mental como: falta de sueño, trastornos alimenticios, afectaciones cognitivas en memoria y atención y la comunicación La Organización Mundial de la Salud define un buen estado de salud mental de la siguiente manera:

La salud mental se define como un estado de bienestar en el que cada individuo se da cuenta de su propio potencial, puede hacer frente a las tensiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y puede hacer una contribución a su comunidad. (Organización Mundial de la Salud, 2014)

Desde la perspectiva de la psicología positivista, para tener relaciones sanas se debe tener un bienestar social y mental, por eso se concentra en estudiar las experiencias humanas, para ayudar a reparar las cosas negativas de la vida de las personas, y contribuir a la

conformación de cualidades positivas tan necesarias en el desarrollo de las actividades bomberiles (Domínguez, 2017).

El autor Sánchez E (2018) afirma que Kurt Lewin, en su libro *Teoría de las relaciones*, señala que «el individuo y el entorno nunca deben verse como dos realidades separadas. En la práctica, son dos instancias que siempre están interactuando entre sí y que se modifican mutuamente, en tiempo real. Ocurre en todo momento». En cuanto a los bomberos de Medellín, saber cuáles son las afectaciones cognitivas, conductuales y fisiológicas más frecuentes y cuáles son las situaciones más predominantes en las que pueden llegar a tener una afectación en la salud mental, ya que se ve reflejado en la manera cómo se relacionan con sus compañeros, su familia y en el desempeño mismo de la labor.

Los bomberos realizan un trabajo de suma importancia para la comunidad. La atención de cualquier tipo de incidente e incendio debe ser de manera óptima y de calidad, por eso se requiere que cada uno de ellos conserve y acondicione de la mejor manera su salud física y mental para el buen desarrollo de su trabajo.

Lista de Referencias

Alonso Benito, L. (1998). *La mirada cualitativa en Sociología*. Editorial Fundamentos, segunda edición.

de la felicidad. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

Denzin Ken, N y Lincon sessions, Y (2012). Manual de investigación cualitativa

Departamento Nacional de Planeación. (2020). *Estrategia para la promoción de la salud*

dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. Septiembre 6 de 2006.

Domínguez Bolaños, R. (2017). *La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio*

Educación a Distancia.

http://origin.who.int/features/factfiles/mental_health/en/

Izasa Londoño, N (2021) *Revisión Documental sobre los trastornos de la salud mental en voluntarios, Universidad Antonio Nariño, Colombia*

Kurt Lewin, A. (1935) *Dynamic Theory of Personality*, Nueva York Mc Graw- Hill Book Co.

Ley 1090 de 2006. . Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se

Marín Uribe, H., Ramos Alvarado, N., Astorga Segura, A. y Breinbauer Krebs, A. (2017)

Orientación, protección y cuidado de la salud mental de Bomberos Voluntarios.

Academia Nacional de Bomberos de Chile.

mental en colombia

Monje Alvares, C. (2011). *Metodología de la investigación cualitativa guía didáctica.*

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2014). *Salud mental: un estado de bienestar.*

Porras Pulluquitin, C (2018) *Las relaciones interpersonales y el clima organizacional en el*

cuerpo de Bomberos del cantón Pujilí de la provincia de Cotopaxi. Universidad técnica de Ambato.

San Martín, J. (1986). *La estructura del método fenomenológico.* Universidad Nacional de

Universidad Sur Colombiana.