REVISTA CEGECIS
Vol. 1, Núm. 1 · julio–diciembre 2026
ISSN: en trámite | revista.cegecis.org.mx

ARTÍCULO DE REVISIÓN

Bienestar policial: una aproximación conceptual para su comprensión y promoción institucional

Police well-being: A conceptual approach to its understanding and institutional promotion

Ma del Rosario Maldonado Vázquez
Universidad de Seguridad y Justicia de Tamaulipas, Ciudad Victoria, México
Raúl Jaime Rodríguez Frías
Universidad de Seguridad y Justicia de Tamaulipas, Ciudad Victoria, México

Recibido	Aceptado	Publicado	DOI
31 de agosto del 2026	29 de septiembre 2026	13 de octubre 2026	Pendiente

CÓMO CITAR: Maldonado Vázquez, M. del R., y Rodríguez Frías, R. J. (2026). Bienestar policial: una aproximación conceptual para su comprensión y promoción institucional. *Revista CEGECIS*

RESUMEN

El bienestar policial constituye un campo de estudio orientado a comprender las condiciones que favorecen el funcionamiento positivo, la satisfacción con la vida, el desarrollo personal y la calidad de las relaciones de quienes integran las instituciones de seguridad pública. El objetivo de este artículo es analizar conceptualmente el bienestar policial e identificar dimensiones útiles para su comprensión y promoción institucional. Se realizó una revisión narrativa de 20 fuentes teóricas y empíricas sobre bienestar subjetivo, bienestar psicológico, florecimiento y aplicaciones del bienestar en población policial. La síntesis permitió organizar el fenómeno en cinco dimensiones: satisfacción con la vida, funcionamiento psicológico positivo, relaciones interpersonales, propósito y desarrollo personal, y condiciones institucionales favorables. La literatura revisada muestra que el bienestar no debe reducirse a una valoración individual ni a un único indicador, sino comprenderse como una construcción multidimensional en la que interactúan características personales, vínculos sociales y condiciones organizacionales. Se concluye que incorporar el bienestar a la gestión y profesionalización policial ofrece una vía para fortalecer el desarrollo integral del personal y promover instituciones que reconozcan a sus integrantes como personas y profesionales.

Palabras clave: bienestar; bienestar policial; bienestar psicológico; calidad de vida; seguridad pública.

ABSTRACT

Police well-being is a field of study focused on understanding the conditions that support positive functioning, life satisfaction, personal development, and the quality of relationships among members of public security institutions. This article aims to conceptually analyze police well-being and identify dimensions useful for its understanding and institutional promotion. A narrative review of 20 theoretical and empirical sources on subjective well-being, psychological well-being, flourishing, and applications of well-being in police populations was conducted. The synthesis organized the phenomenon into five dimensions: life satisfaction, positive psychological functioning, interpersonal relationships, purpose and personal development, and favorable institutional conditions. The reviewed literature indicates that well-being should not be reduced to an individual appraisal or a single indicator; rather, it should be understood as a multidimensional construction in which personal characteristics, social ties, and organizational conditions interact. It is concluded that incorporating well-being into police management and professionalization provides a way to strengthen the comprehensive development of personnel and to promote institutions that recognize their members as both persons and professionals.

Keywords: well-being; police well-being; psychological well-being; quality of life; public security.

1. INTRODUCCIÓN

El bienestar se ha consolidado como un campo relevante de investigación porque permite analizar la experiencia humana desde una perspectiva que no se limita a la ausencia de enfermedad. Su estudio incorpora valoraciones sobre satisfacción con la vida, funcionamiento psicológico positivo, relaciones interpersonales, autonomía, desarrollo y sentido de propósito. Desde esta perspectiva, el bienestar representa una condición compleja y dinámica que integra componentes personales y contextuales (Diener, 1984; Dodge et al., 2012).

Dos tradiciones han orientado buena parte de la investigación contemporánea. La perspectiva hedónica se relaciona con la satisfacción y las experiencias afectivas, mientras que la perspectiva eudaimónica se concentra en el desarrollo del potencial humano y en la posibilidad de vivir de acuerdo con propósitos significativos (Ryan y Deci, 2001). En esta segunda tradición, Ryff (1989) propuso seis dimensiones de bienestar psicológico: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Posteriormente, Ryff y Keyes (1995) aportaron evidencia sobre la estructura de este modelo.

La comprensión del bienestar también se ha ampliado hacia componentes sociales. Keyes (2002) propuso un continuo que distingue entre languidecer y florecer, destacando que el funcionamiento positivo incluye dimensiones emocionales, psicológicas y sociales. De manera complementaria, Deci y Ryan (2000) sostienen que la autonomía, la competencia y la vinculación con otras personas constituyen necesidades psicológicas básicas asociadas con el desarrollo humano. Estos planteamientos resultan pertinentes para los entornos laborales, donde la experiencia individual está estrechamente vinculada con la calidad de las relaciones y las características de la organización.

En el ámbito policial, el bienestar adquiere especial importancia debido a que el trabajo de seguridad pública se desarrolla dentro de instituciones con fuertes componentes de identidad profesional, servicio, disciplina, formación y pertenencia. Birch et al. (2017) plantearon la posibilidad de estudiar la práctica policial desde una perspectiva afirmativa centrada en bienestar y justicia ocupacional. Esta orientación permite desplazar el interés desde una visión exclusivamente problemática hacia el análisis de las condiciones que contribuyen al desarrollo positivo de las personas dentro de la profesión.

En México, Sosa et al. (2025) propusieron una aproximación al bienestar policial desde los enfoques subjetivo y psicológico, destacando la necesidad de construir bases conceptuales que orienten políticas sectoriales de salud. Asimismo, Sosa y García (2025) mostraron que la formación en seguridad pública constituye un espacio relevante para comprender el bienestar, ya que en ella se configuran experiencias de socialización, pertenencia y desarrollo profesional.

A partir de estas consideraciones, el presente artículo parte de la idea de que el bienestar policial no debe limitarse a una evaluación de satisfacción laboral ni a un indicador aislado. Su comprensión requiere integrar la valoración que realiza la persona sobre su vida, su funcionamiento psicológico, la calidad de sus relaciones, el significado atribuido a su desarrollo profesional y las condiciones institucionales que favorecen dicho desarrollo. El objetivo es analizar conceptualmente el bienestar policial e identificar sus principales dimensiones y sus implicaciones para la promoción institucional dentro de las organizaciones de seguridad pública.

2. MÉTODO

2.1 Diseño de la revisión

Se realizó una revisión narrativa de carácter conceptual. Este tipo de revisión permite integrar aportaciones teóricas y evidencia empírica con el propósito de organizar un campo de conocimiento, reconocer conceptos convergentes y formular una síntesis interpretativa. La revisión no pretende constituirse como revisión sistemática ni realizar estimaciones agregadas de efecto.

2.2 Fuentes y procedimiento de análisis

El corpus quedó integrado por 20 referencias publicadas entre 1984 y 2025. Se incluyeron trabajos seminales sobre bienestar subjetivo, bienestar psicológico, autodeterminación y florecimiento, así como investigaciones y revisiones aplicadas a población policial. Se priorizaron publicaciones científicas arbitradas, obras conceptuales ampliamente reconocidas y estudios directamente relacionados con la promoción del

bienestar en instituciones policiales. La información fue organizada mediante lectura temática y comparación conceptual.

El análisis se estructuró en cinco categorías: satisfacción con la vida, funcionamiento psicológico positivo, relaciones interpersonales, propósito y desarrollo personal, y condiciones institucionales favorables. Estas categorías no se plantean como una escala de medición, sino como una propuesta de síntesis para ordenar las principales dimensiones identificadas en la literatura.

3. RESULTADOS

La revisión muestra que el bienestar policial puede comprenderse como una construcción multidimensional. Los enfoques generales del bienestar y la literatura aplicada al ámbito policial convergen en la necesidad de considerar simultáneamente valoraciones personales, funcionamiento psicológico, vínculos sociales y condiciones de la organización. A continuación, se presentan cinco dimensiones que permiten sintetizar este campo.

3.1 Satisfacción con la vida

La satisfacción con la vida constituye uno de los componentes centrales del bienestar subjetivo. Diener (1984) la concibe como una evaluación global que realizan las personas acerca de la calidad de su propia vida. Esta perspectiva fue ampliada posteriormente al reconocer que el bienestar subjetivo incluye juicios cognitivos y experiencias afectivas, y que depende de la interacción entre características personales y circunstancias de vida (Diener et al., 1999).

Aplicada al ámbito policial, esta dimensión permite atender la manera en que los integrantes de una corporación valoran su experiencia vital de manera global y no exclusivamente su desempeño profesional. La profesión puede constituir una fuente de identidad, logro, pertenencia y estabilidad, pero su contribución al bienestar depende de cómo se integra con otros ámbitos de la vida. Por ello, la valoración del bienestar policial requiere escuchar la percepción de las propias personas y reconocer que sus juicios representan información sustantiva para la gestión institucional.

3.2 Funcionamiento psicológico positivo

El bienestar psicológico amplía el análisis más allá de sentirse satisfecho. Ryff (1989) sostiene que el funcionamiento positivo implica autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Estas dimensiones son particularmente útiles para comprender la experiencia policial porque permiten analizar la capacidad de la persona para desarrollarse, tomar decisiones, construir relaciones significativas y mantener una trayectoria de crecimiento dentro y fuera del trabajo.

La relevancia de esta perspectiva radica en que el bienestar no depende únicamente de estados emocionales pasajeros. Una persona puede experimentar dificultades en determinados momentos y, al mismo tiempo, conservar propósito, vínculos significativos y una percepción de crecimiento. Ryff y Keyes (1995) respaldaron la naturaleza diferenciada de estas dimensiones, lo que favorece una lectura más amplia de la calidad del funcionamiento personal.

3.3 Relaciones interpersonales y pertenencia

Las relaciones con otras personas constituyen un componente transversal del bienestar. Deci y Ryan (2000) consideran la vinculación como una necesidad psicológica básica, mientras que Keyes (2002) incorpora el funcionamiento social como parte de una vida positiva. En el contexto policial, esta dimensión comprende las relaciones familiares y sociales, pero también los vínculos con compañeros, instructores, superiores y equipos de trabajo.

La pertenencia adquiere especial significado en organizaciones donde el trabajo colectivo, la coordinación y la identidad profesional son relevantes. Demou et al. (2020), al estudiar necesidades de bienestar en personal policial de Escocia, identificaron la importancia de las condiciones del lugar de trabajo y de las respuestas institucionales. Desde una perspectiva positiva, la calidad de las relaciones puede convertirse en un recurso para la integración, el reconocimiento y la construcción de comunidades laborales saludables.

3.4 Propósito y desarrollo personal

El propósito permite conectar las actividades cotidianas con metas y significados valorados por la persona. Tanto la propuesta de Ryff (1989) como el enfoque de florecimiento de Seligman (2011) subrayan que una vida positiva implica significado, involucramiento y realización. En la profesión policial, el servicio a la comunidad, la protección de otras personas y la construcción de una carrera pueden constituir fuentes de sentido cuando son reconocidas e integradas en la trayectoria personal.

La formación y la profesionalización son espacios relevantes para este desarrollo. Blumberg et al. (2019) plantean que la formación policial contemporánea puede incorporar competencias cognitivas, emocionales, sociales y morales, ampliando una visión exclusivamente técnica del entrenamiento. En el contexto mexicano, Sosa y García (2025) también sitúan los programas de formación como espacios donde se construyen experiencias que trascienden la adquisición de conocimientos y participan en la configuración profesional de quienes ingresan a las instituciones de seguridad.

3.5 Condiciones institucionales favorables

El bienestar no puede considerarse únicamente una propiedad del individuo. Dodge et al. (2012) proponen comprenderlo como un equilibrio dinámico entre recursos y desafíos, mientras que los enfoques contemporáneos de medición del bienestar reconocen la coexistencia de dimensiones subjetivas y objetivas (Voukelatou et al., 2021). En una institución policial, las oportunidades de desarrollo, el reconocimiento, la calidad del liderazgo, la participación, la formación y el sentido de pertenencia forman parte del contexto en el que las personas construyen su experiencia profesional.

Los estudios aplicados muestran que las organizaciones pueden intervenir de manera intencional sobre el bienestar. Acquadro Maran et al. (2018) evaluaron cursos de actividad física y bienestar con personal policial y reportaron mejoras en la percepción de bienestar. Kukucska et al. (2023), en una revisión sistemática de intervenciones de psicología positiva con personal policial, identificaron experiencias basadas en distintas prácticas orientadas al funcionamiento positivo. Tehrani y Hesketh (2024) analizaron además el potencial del job crafting como estrategia para que las personas ajusten aspectos de su trabajo a sus necesidades, capacidades y aspiraciones.

En otros contextos, Al Kaabi (2022) estudió factores ocupacionales vinculados con niveles de felicidad en policías de Abu Dhabi, reforzando la pertinencia de analizar el bienestar desde la experiencia profesional. Estas aportaciones coinciden con la necesidad de que la gestión del bienestar combine recursos personales con condiciones organizacionales y evite trasladar toda la responsabilidad al individuo.

En esta misma línea, la OECD (2020) ha señalado que el bienestar requiere considerar simultáneamente múltiples dimensiones de la vida y no puede reducirse a un único indicador. Esta perspectiva resulta pertinente para el ámbito policial, donde el bienestar comprende componentes personales, sociales y organizacionales. Newiss et al. (2022), al analizar específicamente el bienestar policial, retoman una concepción amplia que integra las dimensiones física, mental y social, y subrayan que la experiencia de bienestar de los policías se encuentra vinculada tanto con sus condiciones personales como con las características del entorno institucional.

A partir de estos planteamientos y de la literatura revisada, en este artículo se propone entender el bienestar policial como una condición multidimensional de funcionamiento positivo en la que las personas integrantes

de las instituciones de seguridad valoran favorablemente su vida, desarrollan sus capacidades personales y profesionales, mantienen relaciones significativas, encuentran propósito en su trayectoria y disponen de condiciones institucionales que favorecen su desarrollo integral. Esta definición permite articular los componentes subjetivos, psicológicos, relacionales y organizacionales identificados en la literatura y sirve de base para la síntesis presentada en la Tabla 1.

Tabla 1

Síntesis conceptual de las dimensiones del bienestar policial

Dimensión	Contenido central	Implicación institucional
Satisfacción con la vida	Valoración global de la propia vida y experiencia personal.	Incluir la voz del personal en diagnósticos de bienestar.
Funcionamiento psicológico	Autonomía, autoaceptación, dominio, propósito y crecimiento.	Favorecer oportunidades de desarrollo y realización profesional.
Relaciones y pertenencia	Calidad de vínculos familiares, sociales y laborales.	Fortalecer convivencia, reconocimiento y trabajo colaborativo.
Propósito y desarrollo	Sentido, metas, aprendizaje y proyección profesional.	Vincular formación y carrera con crecimiento integral.
Condiciones institucionales	Entorno organizacional que facilita el funcionamiento positivo.	Integrar el bienestar a la gestión, liderazgo y profesionalización.

Nota. Elaboración propia a partir de la literatura revisada.

4. DISCUSIÓN

La principal aportación de la revisión consiste en organizar el bienestar policial desde una perspectiva positiva y multidimensional. Los modelos clásicos de Diener (1984) y Ryff (1989) muestran que sentirse satisfecho y funcionar positivamente son dimensiones relacionadas, pero no equivalentes. A su vez, Deci y Ryan (2000), Keyes (2002) y Seligman (2011) permiten incorporar necesidades psicológicas, funcionamiento social, significado y logro. En conjunto, estos enfoques ofrecen un marco suficiente para evitar definiciones reduccionistas del bienestar.

En el campo policial, la utilidad de esta aproximación radica en reconocer que el bienestar no se encuentra separado de la vida institucional. Birch et al. (2017) proponen una lectura afirmativa de la práctica policial, mientras que la evidencia aplicada muestra que las instituciones pueden desarrollar iniciativas específicas para promover el bienestar (Acquadro Maran et al., 2018; Kukucska et al., 2023). Esto sugiere que la promoción institucional debe ir más allá de acciones aisladas y convertirse en una orientación transversal de la gestión de personas.

Los trabajos mexicanos revisados aportan una base especialmente pertinente para este proceso. Sosa del Angel et al. (2025) distinguen entre bienestar subjetivo y psicológico y plantean la necesidad de contextualizar su estudio en la población policial. Sosa y García (2025), por su parte, sitúan el bienestar dentro de los procesos de formación en seguridad pública. Considerados en conjunto, ambos trabajos permiten sostener que el bienestar puede incorporarse tanto en la medición como en las prácticas institucionales de desarrollo y profesionalización.

La síntesis propuesta en este artículo plantea tres niveles interrelacionados. En el nivel personal se encuentran la satisfacción, la autonomía, el propósito y el crecimiento; en el nivel relacional, los vínculos significativos y el sentido de pertenencia; y en el nivel institucional, las oportunidades de desarrollo, la

formación, el reconocimiento y las condiciones que favorecen un desempeño compatible con el bienestar. Esta organización no pretende reemplazar modelos existentes, sino ofrecer un esquema sencillo para orientar futuras investigaciones y acciones institucionales.

Una limitación de esta revisión es su carácter narrativo. El corpus fue seleccionado por pertinencia conceptual y no mediante un protocolo sistemático orientado a estimar efectos o comparar prevalencias. Por ello, los resultados deben interpretarse como una síntesis conceptual. Futuras investigaciones pueden avanzar hacia revisiones sistemáticas, estudios comparativos entre corporaciones y modelos de medición que permitan evaluar empíricamente las dimensiones propuestas.

5. CONCLUSIONES

El bienestar policial puede comprenderse como una construcción multidimensional que integra la valoración que las personas realizan de su vida, su funcionamiento psicológico, la calidad de sus relaciones, su sentido de propósito y las condiciones institucionales en las que desarrollan su profesión. Esta perspectiva permite superar definiciones limitadas a un único indicador y reconocer que el bienestar surge de la interacción entre la persona, sus vínculos y la organización.

La literatura revisada muestra que los enfoques de bienestar subjetivo y psicológico ofrecen una base conceptual sólida para estudiar a las y los policías desde una perspectiva de desarrollo positivo. Asimismo, las investigaciones aplicadas evidencian que las organizaciones policiales pueden promover el bienestar mediante acciones relacionadas con formación, convivencia, reconocimiento, participación y oportunidades de desarrollo.

Para las instituciones de seguridad pública, incorporar el bienestar a la gestión implica reconocer que profesionalización y desarrollo humano son procesos complementarios. Evaluar el bienestar de manera periódica, fortalecer relaciones de pertenencia, ofrecer oportunidades de crecimiento y considerar la experiencia del personal en la toma de decisiones pueden constituir pasos concretos hacia una política institucional de bienestar.

En consecuencia, el bienestar policial no debe considerarse un elemento accesorio de la administración institucional. Constituye una dimensión del desarrollo profesional y organizacional que puede contribuir a construir corporaciones capaces de cumplir su función pública al tiempo que reconocen y fortalecen a las personas que las integran.

REFERENCIAS

Acquadro Maran, D., Zedda, M., y Varetto, A. (2018). Physical practice and wellness courses reduce distress and improve wellbeing in police officers. International Journal of Environmental Research and Public Health, 15(4), 578. https://doi.org/10.3390/ijerph15040578

Al Kaabi, F. (2022). Building resilience: A case study of occupational factors influencing levels of ‘happiness’ for Abu Dhabi police officers. Policing: A Journal of Policy and Practice, 16(2), 296–310. https://doi.org/10.1093/police/paac010

Birch, P., Vickers, M. H., Kennedy, M., y Galovic, S. (2017). Wellbeing, occupational justice and police practice: An ‘affirming environment’? Police Practice and Research, 18(1), 26–36. https://doi.org/10.1080/15614263.2016.1205985

Blumberg, D. M., Schlosser, M. D., Papazoglou, K., Creighton, S., y Kaye, C. C. (2019). New directions in police academy training: A call to action. International Journal of Environmental Research and Public Health, 16(24), 4941. https://doi.org/10.3390/ijerph16244941

Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The ‘what’ and ‘why’ of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. Psychological Inquiry, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Demou, E., Hale, H., y Hunt, K. (2020). Understanding the mental health and wellbeing needs of police officers and staff in Scotland. Police Practice and Research, 21(6), 702–716. https://doi.org/10.1080/15614263.2020.1772782

Diener, E. (1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin, 95(3), 542–575. https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., y Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. Psychological Bulletin, 125(2), 276–302. https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276

Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J., y Sanders, L. D. (2012). The challenge of defining wellbeing. International Journal of Wellbeing, 2(3), 222–235. https://doi.org/10.5502/ijw.v2i3.4

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. Journal of Health and Social Behavior, 43(2), 207–222. https://doi.org/10.2307/3090197

Kukucska, D., Whitehall, J., Shorter, G. W., Howlett, N., Wyld, K., y Chater, A. M. (2023). A systematic review of positive psychology interventions (PPIs) to improve the health behaviours, psychological wellbeing and/or physical health of police staff. Journal of Police and Criminal Psychology, 38, 728–742. https://doi.org/10.1007/s11896-023-09579-1

Newiss, G., Charman, S., Ilett, C., Bennett, S., Ghaemmaghami, A., Smith, P., & Inkpen, R. (2022). Taking the strain? Police well-being in the COVID-19 era. *The Police Journal: Theory, Practice and Principles, 95*(1), 88–108. https://doi.org/10.1177/0032258X211044702

Organisation for Economic Co-operation and Development. (2020). How's life? 2020: Measuring well-being. OECD Publishing. https://doi.org/10.1787/9870c393-en

Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. Annual Review of Psychology, 52, 141–166. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ryff, C. D., y Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. Journal of Personality and Social Psychology, 69(4), 719–727. https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719

Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. Free Press.

Sosa del Angel, C. O., y García García, A. M. de J. (2025). Bienestar en programas de formación en seguridad pública: un análisis desde la perspectiva social. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 6(5), 2808–2819. https://doi.org/10.56712/latam.v6i5.4781

Sosa del Angel, C. O., Zapata Salazar, J., y Samaniego Garay, R. A. (2025). Bienestar subjetivo y psicológico en el ámbito policial: revisión teórica para el diseño de políticas sectoriales de salud. Políticas Sociales Sectoriales, 3(3), 337–361. https://doi.org/10.29105/pss3.3-188

Tehrani, N., y Hesketh, I. (2024). Job crafting: Does it have a role to play in improving well-being in policing? Policing: A Journal of Policy and Practice, 18, paae026. https://doi.org/10.1093/police/paae026

Voukelatou, V., Gabrielli, L., Miliou, I., Cresci, S., Sharma, R., Tesconi, M., y Pappalardo, L. (2021). Measuring objective and subjective well-being: Dimensions and data sources. International Journal of Data Science and Analytics, 11, 279–309. https://doi.org/10.1007/s41060-020-00224-2