



PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN PRIMEROS RESPONDEDORES: EVALUACIÓN Y MEJORA DEL BIENESTAR MENTAL EN CONTEXTO DE DESASTRES PARA PRIMEROS RESPONDEDORES DE LA REPÚBLICA DOMINICANA. ESTUDIO EXPLORATORIO

MARÍA LINANDRA JAVIER DE JESÚS

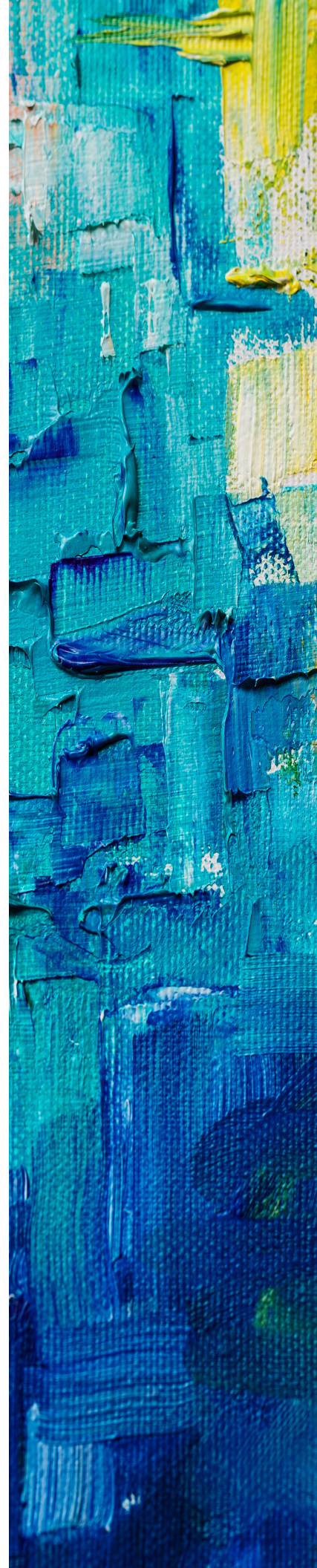


FLACSO
REPÚBLICA
DOMINICANA

FLACSO República Dominicana
Calle José Joaquín Pérez, núm. 106,
Gazcue, Santo Domingo, República Dominicana
Tel.: (809) 686-3654/64
Email: flacso@flacso.edu.do
Sitio web: <https://flacso.edu.do>

Resumen del trabajo «Protocolo de intervención psicológica en primeros respondedores: Evaluación y mejora del bienestar mental en contexto de desastres para primeros respondedores de la República Dominicana. Estudio Exploratorio». Tesis para obtener la Especialidad en Gestión Integral del Riesgo de Desastres, enero de 2025

Autora: María Linandra Javier de Jesús
Asesoras: Zaira Pujols y Tania Fajardo



**PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN PRIMEROS RESPONDEDORES:
EVALUACIÓN Y MEJORA DEL BIENESTAR MENTAL EN CONTEXTO DE DESASTRES PARA
PRIMEROS RESPONDEDORES DE LA REPÚBLICA DOMINICANA. ESTUDIO EXPLORATORIO**

MARÍA LINANDRA JAVIER DE JESÚS

SANTO DOMINGO, 2025

RESUMEN

Este estudio analiza los niveles de estrés traumático secundario, ansiedad y resiliencia en una muestra de cuarenta y dos primeros respondedores de la República Dominicana, utilizando como herramientas la Escala de Estrés Traumático Secundario (STSS), el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC). Los resultados revelan que la mayoría de los participantes perciben su trabajo como estresante y emocionalmente impactante. Los niveles de estrés traumático secundario son moderados, con una prevalencia particular de problemas de sueño. La ansiedad también presenta niveles moderados, sin indicios de ansiedad grave. En cuanto a la resiliencia, los participantes muestran niveles entre moderados y altos, pero con variabilidad significativa. Se encontró una correlación débil entre la ansiedad y el estrés traumático secundario. El estudio subraya la importancia de implementar intervenciones psicológicas personalizadas y programas de apoyo en el entorno laboral de los primeros respondedores para mejorar su bienestar emocional y capacidad de afrontar emergencias.

Palabras clave: Intervención psicológica, primeros respondedores, estrés traumático secundario, ansiedad, República Dominicana.

ABSTRACT

This study analyzes the levels of secondary traumatic stress, anxiety and resilience in a sample of 42 first responders from the Dominican Republic, using tools such as the Secondary Traumatic Stress Scale (STSS), the Beck Anxiety Inventory (BAI) and the Connor-Davidson Resilience Analysis (CD-RISC). The results reveal that the majority of participants perceive their work as stressful and emotionally impactful. Levels of secondary traumatic stress are moderate, with a particular prevalence of sleep problems. Anxiety also presents moderate levels, with no signs of severe anxiety. Regarding resilience, the participants show levels between moderate and high, but with significant variability. A weak correlation was found between anxiety and secondary traumatic stress. The study highlights the importance of implementing personalized psychological interventions and support programs in the work environment of first responders, to improve their emotional well-being and ability to cope with emergencies.

Keywords: Psychological Intervention, First Responders, Secondary Traumatic Stress, Anxiety, Dominican Republic.

PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN PRIMEROS RESPONDEDORES: EVALUACIÓN Y MEJORA DEL BIENESTAR MENTAL EN CONTEXTO DE DESASTRES PARA PRIMEROS RESPONDEDORES DE LA REPÚBLICA DOMINICANA. ESTUDIO EXPLORATORIO

Los primeros respondedores son aquellos profesionales cuya labor representa la primera línea de acción en situaciones críticas, incluidos bomberos, paramédicos, militares, policías y otros trabajadores de emergencia. Estos individuos se enfrentan a contextos de alto estrés que desafían tanto sus capacidades físicas como emocionales (Ruiz & Ángeles, 2017). Su trabajo implica una exposición constante a eventos traumáticos, tales como presenciar muertes masivas, lesiones graves y sufrimiento extremo, así como situaciones que comprometen su seguridad física. Estas experiencias requieren no solo una notable resistencia física, sino también una fortaleza emocional excepcional y habilidades avanzadas para gestionar el estrés (Ventura, Reyes, Moreno, Torres y Gil, 2008).

La naturaleza de la labor de los primeros respondedores los coloca en un riesgo elevado de desarrollar trastornos de salud mental, como estrés agudo, trastorno de estrés postraumático (TEPT), ansiedad y estrés traumático secundario (ETS). La exposición prolongada a eventos traumáticos es un factor significativo que contribuye al deterioro de la salud mental de quienes desempeñan este tipo de trabajo (Smith, Johnson, Brown & Williams, 2018).

El estrés traumático secundario (ETS), también conocido como trauma vicario o fatiga por compasión, se refiere al impacto emocional y psicológico que experimentan los socorristas debido a su contacto con las experiencias traumáticas vividas por otras personas (After Action, 2024). Este fenómeno surge a raíz de la atención proporcionada a las víctimas de eventos traumáticos. Según Bride, Robinson, Yegidis y Figley (2004), las secuelas de la exposición secundaria a eventos traumáticos pueden ser significativas, comparables a las de la exposición directa, lo que subraya la importancia de evaluar y abordar el impacto psicológico en los profesionales que asisten a las víctimas.

A pesar de la evidencia clara sobre estos riesgos, la provisión de intervenciones psicológicas adecuadas para esta población sigue siendo insuficiente. Esto no solo incrementa la probabilidad de que los primeros respondedores desarrollen problemas psicológicos, sino que también afecta negativamente su desempeño en situaciones de emergencia (Johnson & Wang, 2020).

La implementación de programas de intervención psicológica basados en la evidencia ha demostrado ser eficaz para reducir la incidencia de trastornos mentales en los primeros respondedores, además de contribuir al fortalecimiento de la resiliencia. Maldonado Rojas (2023) establece una relación significativa entre el trastorno de estrés postraumático (TEPT) y los niveles de resiliencia en esta población. En este contexto, la resiliencia se entiende como la capacidad de los individuos para adaptarse positivamente a la adversidad, superando las dificultades y manteniendo un funcionamiento psicológico saludable a pesar de los factores estresantes (Masten, 2001). No obstante, la falta de un enfoque integral y coordinado sigue generando brechas importantes en la prestación de servicios de apoyo psicológico (World Health Organization, 2019).

En el contexto de América Latina, los primeros respondedores enfrentan desafíos únicos, como altos niveles de estrés y una prevalencia elevada de TEPT. Estas dificultades se ven exacerbadas por la escasez de recursos y el limitado apoyo institucional, lo que aumenta la vulnerabilidad de esta población (García y López, 2017).

Un estudio realizado en México evidenció que el 60 % de los primeros respondedores involucrados en las operaciones de rescate tras el terremoto de 2017 presentaban síntomas de TEPT, lo que pone de manifiesto la falta de programas estructurados de intervención psicológica (García y López, 2017). En la República Dominicana, dentro del contexto de la Gestión Integral de Riesgos de Desastres, las principales amenazas naturales incluyen sismos, huracanes, tormentas tropicales, incendios forestales y deslizamientos de tierra (Meyreles y Ruiz, 2011). Además, las inundaciones urbanas representan una emergencia recurrente que demanda la atención inmediata de estos profesionales. Junto a estos eventos, las emergencias de origen antrópico también representan un riesgo significativo para los primeros respondedores. La República Dominicana lidera las estadísticas globales en tasas de mortalidad relacionadas con accidentes de tránsito (Santos, 2024), lo que intensifica la carga de trabajo de los equipos de primera respuesta.

Un estudio realizado en la provincia La Altagracia por Javier de Jesús (2022) reveló que los bomberos de esa zona presentan niveles de estrés significativamente altos de manera continua y no cuentan con protocolos de intervención psicológica estandarizados que les proporcionen el apoyo necesario. La investigación sobre salud mental en situaciones de desastre tradicionalmente se ha centrado en las víctimas directas de estos eventos. Sin embargo, en los últimos años ha crecido el interés por comprender las implicaciones emocionales y psicológicas que enfrentan los primeros respondedores al atender emergencias (Castillejo y Ossa, 2012). Este enfoque debe ser ampliado, considerando especialmente la alta vulnerabilidad del país frente a eventos de origen natural y antrópico, lo que subraya la necesidad de profundizar en el impacto que estas experiencias tienen en quienes están en la primera línea de respuesta.

Los objetivos generales y específicos de este estudio se centran en analizar la incidencia del estrés traumático secundario, los niveles de ansiedad y los niveles de resiliencia en una muestra de primeros respondedores en la República Dominicana. Los hallazgos de la investigación pretenden proporcionar las bases necesarias para el desarrollo de un protocolo de intervención psicológica adaptado a este contexto, con el objetivo de mejorar el bienestar mental de este grupo.

Se abordará este vacío crítico mediante la evaluación integral de estas variables, proporcionando evidencia que permita fundamentar el diseño de un protocolo ajustado a las necesidades específicas de los primeros respondedores en el país para fortalecer su capacidad de afrontamiento y promover el bienestar psicológico a largo plazo.

OBJETIVO GENERAL

Analizar la incidencia de los factores de estrés traumático secundario, los niveles de ansiedad y niveles de resiliencia en una muestra de primeros respondedores de la República Dominicana, con el propósito de generar datos que permitan desarrollar un protocolo integral de intervención psicológica enfocado en evaluar y mejorar su bienestar mental.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1

Examinar los factores asociados al estrés traumático secundario y los niveles de ansiedad en una muestra de primeros respondedores, identificando las variables específicas que influyen en su salud mental.

2

Analizar los niveles de resiliencia en los primeros respondedores, identificando su relación con el manejo del estrés y la ansiedad en el contexto de sus experiencias laborales.

3

Proponer recomendaciones basadas en los hallazgos obtenidos, orientadas a la creación futura de un protocolo de intervención psicológica que fortalezca el bienestar mental, la resiliencia y la capacidad de respuesta de los primeros respondedores.

ANTECEDENTES

En los últimos años el impacto del estrés en los primeros respondedores ha sido objeto de varias investigaciones debido a la naturaleza altamente estresante del rol que cumplen y cómo esto puede incidir en una mayor prevalencia de trastornos psicológicos, como el trastorno de estrés postraumático (TEPT) y el estrés traumático secundario. Según la revisión sistemática realizada por Jones (2017), la exposición recurrente al trauma afecta significativamente la salud mental de los socorristas, ocasionando problemas como ansiedad, depresión y trastornos del sueño. Además, el autor subraya la importancia de diseñar estrategias personalizadas de intervención psicológica que aborden las particularidades de esta población.

Por otra parte, estudios como el de Casas y Benuto (2022) revelan que el estrés laboral de los socorristas no solo afecta su salud mental, sino también sus dinámicas familiares, lo que amplía la complejidad del impacto psicológico asociado a su labor. Asimismo, investigaciones como las de Hernández Cadena y Calderón (2022) señalan la existencia de diferentes niveles de estrés traumático secundario en el personal de emergencia, subrayando el papel crucial de la inteligencia emocional en el afrontamiento de estas experiencias adversas. Según Acevedo Moreno y Guevara Díaz (2021), la pandemia de COVID-19 exacerbó los problemas de salud mental entre los trabajadores de primera línea, destacando la urgencia de estrategias efectivas de preparación y apoyo psicológico.

En América Latina, el estudio de Maldonado Rojas (2023) establece una relación significativa entre el estrés traumático secundario y la resiliencia en bomberos voluntarios, sugiriendo la existencia de mecanismos que pueden facilitar la adaptación efectiva ante el estrés. Por otro lado, Javier de Jesús (2022) evaluó un programa psicoeducativo de autocuidado implementado en bomberos dominicanos y encontró mejoras significativas en sus capacidades de afrontamiento mediante técnicas como la relajación progresiva y la reevaluación positiva.

A pesar de estos avances, persisten brechas significativas en la investigación, especialmente en el contexto dominicano. En este ámbito, no se dispone de protocolos estandarizados de intervención psicológica para primeros respondedores. Estos antecedentes revelan la necesidad de un enfoque integral y adaptado a las particularidades de los primeros respondedores en la República Dominicana.

METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

Este estudio, de tipo exploratorio, se diseñó como una primera aproximación para recolectar datos que sirvan como base para desarrollar un protocolo de intervención psicológica específicamente dirigido a los primeros respondedores en la República Dominicana.

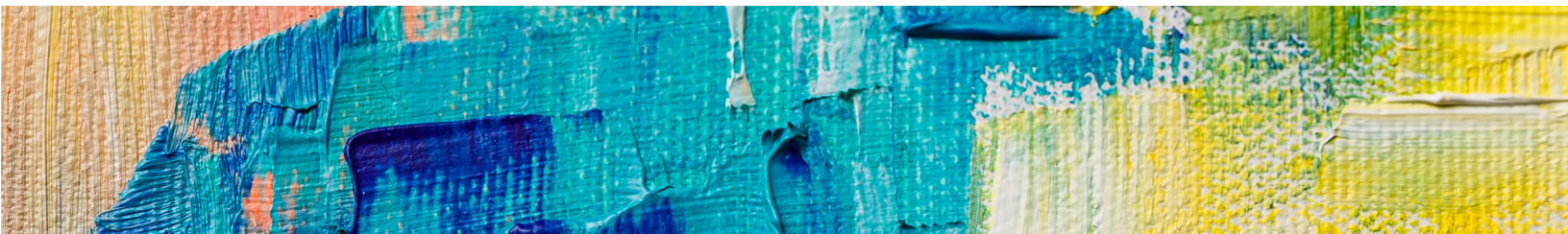
La investigación se fundamenta en la teoría del estrés propuesta por Hans Selye, conocida como «síndrome general de adaptación». Según esta teoría, el estrés constituye una respuesta fisiológica universal del cuerpo frente a cualquier agente estresante, la cual se desarrolla en tres fases principales: alarma, resistencia y agotamiento (Selye, 1976). Estas fases proporcionan un marco conceptual útil para analizar cómo evoluciona el estrés en los primeros respondedores ante la exposición continua a eventos críticos.

Asimismo, la investigación se apoya en la teoría de la resiliencia, que destaca la capacidad inherente de los individuos para recuperarse de eventos traumáticos y adaptarse positivamente a las adversidades (Masten, 2001). Este modelo resulta particularmente relevante para los primeros respondedores, ya que su labor los expone a circunstancias adversas y de alto impacto emocional y, en este contexto, la resiliencia permite entender y fortalecer las capacidades de afrontamiento necesarias para que estos profesionales manejen las demandas de su entorno laboral de forma eficaz.

DISEÑO DEL ESTUDIO

El presente estudio adoptó un enfoque mixto exploratorio e integró métodos cuantitativos y cualitativos para obtener una comprensión más exhaustiva y detallada sobre la incidencia del estrés traumático secundario y la ansiedad en primeros respondedores. El componente cuantitativo fue implementado a través de la administración de pruebas psicológicas estandarizadas, con el fin de evaluar variables específicas y obtener datos numéricos precisos. Por otro lado, la recolección de datos cualitativos se llevó a cabo mediante entrevistas semiestructuradas, lo que permitió explorar las experiencias personales y los desafíos emocionales a los que se enfrentan los primeros respondedores en su contexto laboral. Esta combinación de enfoques permite abordar el fenómeno desde diversas perspectivas y proporciona una visión más integral de los factores psicológicos que afectan a este grupo profesional.

Se trabajó con una muestra inicial de cincuenta participantes, compuesta por hombres y mujeres que desempeñan funciones como primeros respondedores, pertenecientes a la Dirección de Servicios de Atención a Emergencias Extrahospitalarias (DAEH), la Defensa Civil, el Cuerpo de Bomberos y el Sistema Nacional de Atención a Emergencias y Seguridad 9-1-1.



Los participantes, con edades comprendidas entre 19 y 54 años, fueron seleccionados independientemente de su sexo y estado civil.

El muestreo empleado fue de tipo no probabilístico por conveniencia, dado que la selección de los participantes estuvo determinada por su disponibilidad de tiempo para completar los instrumentos de evaluación. Además, se enfatizó que la participación en el estudio era completamente voluntaria.

Participantes activos de la DAEH, el Sistema 9-1-1, el Cuerpo de Bomberos y la Defensa Civil que durante el desempeño de su labor se hayan visto expuestos a algún evento traumático o situaciones de alto estrés en los últimos dos años.

Participantes con antecedentes documentados de trastornos psiquiátricos y/o depresivos no relacionados con su labor como primeros respondedores.

INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN

Fue utilizada una batería de tres instrumentos: la Escala de Estrés Traumático Secundario (STSS), el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson.

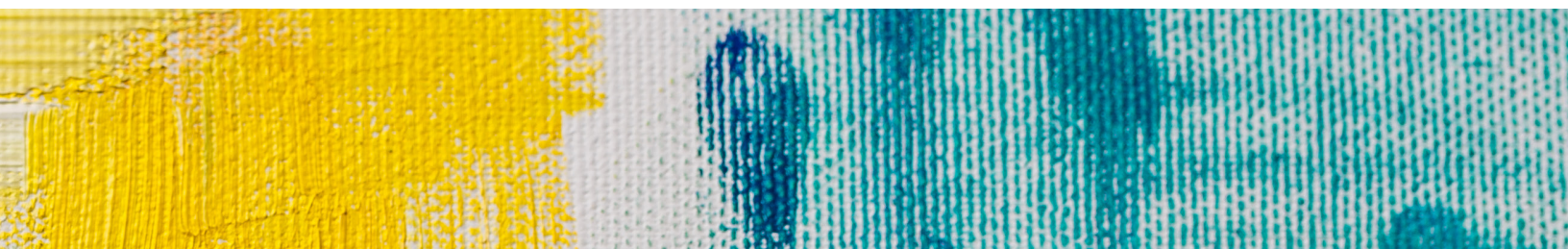
Escala de Estrés Traumático Secundario (STSS) (Bride, Robinson, Yegidis, & Figley, 2004), traducida al español, se emplea para medir el impacto del estrés traumático en individuos expuestos indirectamente a eventos traumáticos. Este instrumento es utilizado principalmente en profesionales cuya labor presenta alta exposición al trauma, tales como primeros respondedores, trabajadores de salud mental y personal de emergencias. Los datos obtenidos de esta evaluación permiten determinar la prevalencia y gravedad de los síntomas y facilitan la identificación temprana de riesgos psicológicos y la planificación de intervenciones psicológicas adecuadas (Bride *et al.*, 2004).

El Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) (Beck, Epstein, Brown, & Steer, 1988) es una herramienta ampliamente utilizada para evaluar el nivel de los síntomas de ansiedad en adultos. Consta de veintinueve ítems que describen síntomas comunes de ansiedad, tales como palpitaciones, sensación de ahogo, nerviosismo y preocupación excesiva. Este inventario se emplea tanto en la práctica clínica como en investigaciones y resulta útil para diferenciar entre ansiedad y depresión, ya que no incluye síntomas compartidos por ambas condiciones (Beck *et al.*, 1988).

Para medir los niveles de resiliencia de la muestra, fue empleada la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC), una herramienta utilizada para medir la capacidad para adaptarse positivamente a situaciones adversas, superar traumas y afrontar el estrés. Esta escala evalúa diversas dimensiones de la resiliencia, como la capacidad de afrontamiento, la seguridad en uno mismo, la tolerancia a la incertidumbre, la motivación y la fortaleza emocional.

El CD-RISC se utiliza en diversos ámbitos, incluida la evaluación de la resiliencia en personas que han experimentado traumas o situaciones de estrés extremo, así como en la investigación de factores protectores en la salud mental (Connor & Davidson, 2003).

A las baterías de instrumentos mencionadas se les añadió un cuestionario de datos personales, diseñado por la investigadora, que incluía preguntas sobre la edad, la institución de trabajo, el tiempo de servicio en la institución y aspectos relacionados con la percepción del estrés en el entorno laboral.



RESULTADOS

De una muestra inicial de 50 participantes, se excluyeron 8 cuestionarios debido a datos incompletos o resultados inválidos, dejando una muestra final de 42 participantes. Estos se distribuyeron de la siguiente manera: 12 integrantes de la Dirección de Servicios de Atención a Emergencias Extrahospitallarias (DAEH), 9 de la Defensa Civil, 15 bomberos y 6 del Sistema Nacional de Atención a Emergencias y Seguridad 9-1-1. La edad de los participantes osciló entre 19 y 54 años, con una experiencia laboral en el área que varió de 1 a 23 años.

Los resultados obtenidos del cuestionario de datos personales indicaron que el 61.9 % de los participantes percibe su trabajo como estresante, frente a un 4.8 % que lo considera no estresante y un 33.3 % que lo percibe como ocasionalmente estresante. El 69 % de los participantes señaló que su labor podría tener un impacto emocional traumático. En cuanto a la evitación de lugares relacionados con emergencias previas, el 38.1 % reportó haberlo hecho, mientras que el 61.9 % indicó no haberlo experimentado. Por último, un 66.7 % de los encuestados admitió haber pensado de forma recurrente en alguna de las víctimas atendidas durante su trabajo.

ESTRÉS TRAUMÁTICO SECUNDARIO

Los resultados obtenidos en la Escala de Estrés Traumático Secundario (STSS) indican niveles moderados de síntomas en las tres dimensiones evaluadas, aunque con cierta variabilidad entre los participantes. En la dimensión de intrusión, el puntaje promedio sugiere que los participantes experimentan un nivel moderado de pensamientos o recuerdos intrusivos relacionados con eventos traumáticos. La desviación estándar refleja variabilidad en la intensidad de estos síntomas entre los participantes, lo que indica diferencias individuales significativas en la respuesta.

En la dimensión de evitación, los puntajes promedio revelan una tendencia a evitar pensamientos, emociones o situaciones vinculadas a eventos traumáticos. La desviación estándar señala que algunos participantes muestran niveles más altos o más bajos de esta respuesta, lo que denota diversidad en las formas de afrontamiento de dichas experiencias.

En cuanto a la dimensión de activación, los resultados sugieren un nivel moderado de síntomas asociados con hipervigilancia o una respuesta aumentada al estrés. Es importante destacar que, dentro de esta dimensión, el factor relacionado con problemas para dormir presentó puntajes elevados, indicando una mayor prevalencia de dificultades en esta área. La desviación estándar también refleja una dispersión en los niveles reportados por los participantes.

Finalmente, el puntaje total promedio de la muestra representa un nivel general moderado de estrés traumático secundario entre los participantes. La desviación estándar moderada sugiere una variabilidad significativa en las respuestas individuales, lo que puede estar relacionado con factores personales, laborales o contextuales.

NIVELES DE ANSIEDAD

en promedio, los participantes presentan un nivel de ansiedad moderado, de acuerdo con los criterios establecidos por Beck *et al.*, (1988). La desviación estándar refleja una variabilidad moderada en los niveles de ansiedad reportados, lo que sugiere diferencias individuales en la intensidad de los síntomas experimentados. Estas diferencias indican que algunos participantes presentan niveles más altos de ansiedad, mientras que otros reportan niveles más bajos. Según los datos obtenidos, el rango de puntuaciones oscila entre ausencia de ansiedad y ansiedad moderada. Cabe destacar que ninguno de los participantes alcanzó puntuaciones que indiquen niveles de ansiedad grave.

NIVELES DE RESILIENCIA

La muestra presenta, en promedio, un nivel de resiliencia que varía de moderado a alto. La desviación estándar refleja una variabilidad considerable en los niveles de resiliencia reportados, lo que sugiere que algunos participantes obtuvieron puntuaciones significativamente más altas o más bajas en comparación con el promedio. En este sentido, los resultados evidencian un rango mínimo de baja resiliencia y un máximo de alta resiliencia. Estas diferencias individuales subrayan la diversidad en la capacidad de los primeros respondedores para afrontar y adaptarse a situaciones adversas o estresantes. La correlación positiva entre la ansiedad y el estrés traumático secundario sugiere una relación débil pero significativa, lo que indica que, en la muestra estudiada, el aumento en los niveles de ansiedad tiende a estar asociado con un incremento en los niveles de estrés traumático secundario.

En contraste, la correlación entre la ansiedad y la resiliencia indica una relación negativa muy débil y no significativa. Este hallazgo sugiere que no existe una asociación relevante entre los niveles de ansiedad y resiliencia en la muestra y que los resultados observados podrían haberse producido por azar. Por último, la correlación entre el estrés traumático secundario y la resiliencia no proporciona evidencia suficiente para establecer una relación clara entre mayores niveles de estrés traumático secundario y mayor resiliencia en la muestra.

DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo como objetivos analizar la incidencia de los factores de estrés traumático secundario y los niveles de ansiedad en una muestra de primeros respondedores de la República Dominicana, así como evaluar sus niveles de resiliencia y cómo estos se relacionan con el manejo del estrés y la ansiedad en el contexto de sus experiencias laborales.

Los resultados de la Escala de Estrés Traumático Secundario mostraron una correlación positiva con los niveles de ansiedad arrojados por el Inventario de Ansiedad de Beck, sugiriendo que un aumento en la ansiedad se asocia con un incremento en el estrés traumático secundario. Específicamente, se encontraron niveles moderados de estrés traumático secundario en la muestra, con una alta variabilidad entre los participantes. Este hallazgo es consistente con lo reportado por Cadena *et al.*, (2022), quienes en su estudio con personal de emergencia también identificaron la presencia de estrés traumático secundario en diversos grados, reflejando la heterogeneidad de la respuesta emocional de los primeros respondedores ante eventos traumáticos. De manera similar, Bride *et al.*, (2007) encontraron que la exposición continua a eventos traumáticos genera niveles elevados de estrés, lo cual es congruente con los hallazgos de esta investigación, que señala la alta vulnerabilidad de los primeros respondedores al estrés traumático secundario debido a su frecuente exposición a situaciones de gran impacto.

Las puntuaciones más altas en la dimensión de Activación de la STSS, especialmente en los problemas relacionados con el sueño, destacan un área crítica que debería ser abordada en un protocolo de intervención psicológica. La evidencia respalda que la falta de descanso adecuado puede agravar otros síntomas de estrés (Phelps *et al.*, 2009), por lo que se debe considerar la inclusión de estrategias para mejorar el sueño como parte esencial de los protocolos de atención para esta población. En cuanto a los niveles de ansiedad, los resultados mostraron que los participantes, en promedio, experimentan ansiedad moderada, con diferencias significativas entre individuos. Lo que demarca la necesidad de crear protocolos personalizados de atención que permitan atender las demandas de los participantes.

Estas diferencias pueden estar relacionadas con la percepción subjetiva del estrés y las estrategias de afrontamiento de cada individuo (Beck *et al.*, 1988). Esto también puede ser interpretado a partir de la teoría del síndrome general de adaptación (Selye, 1976), que describe las etapas de alarma, resistencia y agotamiento en respuesta al estrés, en las que la percepción del estrés y los recursos disponibles juegan un papel clave en la adaptación emocional.

La relación positiva entre ansiedad y estrés traumático secundario es débil, pero sugiere que un aumento en los niveles de ansiedad podría contribuir a un mayor estrés traumático secundario. No obstante, dado que la correlación no alcanza una magnitud suficiente para establecer una relación causal directa, es importante subrayar la necesidad de intervenciones psicológicas que aborden ambos factores de manera simultánea, teniendo en cuenta sus efectos acumulativos sobre la salud mental (Figley, 2002). Existen varias razones que podrían explicar la correlación débil observada entre estos dos factores. Una posible explicación es la heterogeneidad en las respuestas individuales al estrés. Además, factores como el apoyo social o la capacidad de adaptación personal pueden influir en cómo cada individuo experimenta y maneja el estrés, lo que puede afectar la relación entre estos dos factores.

Respecto a la resiliencia, los resultados indicaron que la mayoría de los participantes presentan niveles de resiliencia de moderados a altos, lo cual es alentador dado el contexto laboral altamente demandante de esta población (Connor & Davidson, 2003). Según la teoría de la resiliencia, los individuos resilientes son capaces de adaptarse y superar las adversidades (Masten, 2001). La resiliencia influye en la percepción de control frente a situaciones estresantes, lo que puede reducir la intensidad de los síntomas de ansiedad y estrés traumático. Luthar *et al.* (2000) señalan que la resiliencia está asociada con una mayor percepción de control y autoeficacia, lo cual permite que los individuos enfrenten de un modo más efectivo las situaciones estresantes y desafíos emocionales. En este sentido, los primeros respondedores más resilientes podrían experimentar una menor intensidad en síntomas de ansiedad y estrés traumático secundario.

La correlación negativa y no significativa entre resiliencia y ansiedad sugiere que la resiliencia no necesariamente se traduce en menores niveles de ansiedad. Este hallazgo podría reflejar la interacción compleja de factores, como las estrategias de afrontamiento y el apoyo social, que juegan un papel determinante en la gestión emocional (Bonanno, 2004). Es importante destacar que la resiliencia, aunque puede no reducir directamente la ansiedad, permite a los individuos mantener una percepción más positiva de su capacidad para manejar el estrés, lo que puede incidir para moderar el impacto negativo del estrés en el bienestar general.

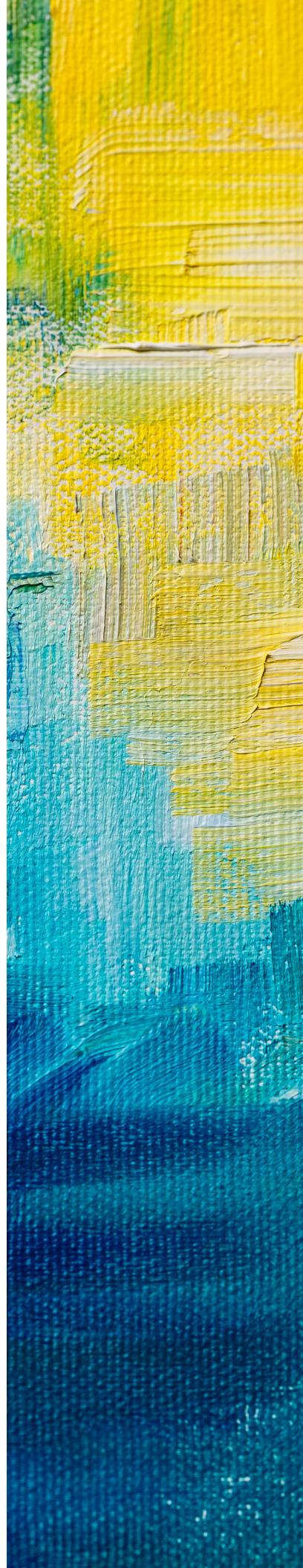
La correlación débil pero significativa entre el estrés traumático secundario y la resiliencia sugiere que los primeros respondedores con mayor resiliencia podrían ser más capaces de mantener una percepción positiva de sus capacidades frente al estrés. Esto coincide con el estudio de Maldonado Rojas (2023), quien encontró una relación entre el estrés traumático secundario y la resiliencia en un grupo de bomberos voluntarios. Sin embargo, dado que la correlación presentada en esta investigación es débil, se debe tener precaución al interpretar estos resultados, ya que no se puede establecer con certeza que la resiliencia modere de manera efectiva los efectos del estrés traumático secundario y la ansiedad en este grupo.

La presente investigación constituye el primer examen de enfoque mixto exploratorio en la República Dominicana, el cual integra métodos cuantitativos y cualitativos para abordar el estrés traumático secundario, la ansiedad y la resiliencia en primeros respondedores. Estos resultados proporcionan una base científica sólida para el desarrollo de un Protocolo Psicológico destinado a esta población, con el objetivo de mejorar su bienestar emocional y su capacidad de respuesta ante situaciones de emergencia.

En ese sentido, se incluye un esquema preliminar del Protocolo Psicológico para Primeros Respondedores de la República Dominicana, en el cual se detallan las áreas clave de intervención, estrategias basadas en evidencia y principales puntos por tratar.

Los resultados de este estudio subrayan la importancia de intervenciones integrales que no solo aborden el manejo del estrés y la ansiedad, sino que también fortalezcan la resiliencia, reconociendo esta última como un factor clave para mitigar los efectos acumulativos del estrés en el bienestar emocional de los primeros respondedores, especialmente en el contexto de desastres.

Además, los hallazgos de este estudio representan una valiosa contribución al diseño e implementación de políticas públicas en la República Dominicana, enfocadas en una población históricamente desatendida en términos de salud mental: los primeros respondedores. Este enfoque no solo busca mejorar la calidad de vida y las condiciones laborales de estos profesionales, sino también garantizar una respuesta más eficiente y de mayor calidad ante situaciones de emergencia. Al proporcionar herramientas y estrategias basadas en evidencia, este estudio se convierte en un recurso esencial para la creación de protocolos específicos que integren la gestión emocional y la resiliencia como pilares fundamentales en el cuidado de la salud mental de esta población.





RECOMENDACIONES

Se sugiere ampliar el tamaño de la muestra en futuras investigaciones mediante la inclusión de primeros respondedores provenientes de diversas regiones del país, con el fin de analizar posibles diferencias regionales y obtener resultados más generalizables y robustos.

De igual forma, es importante considerar la inclusión de variables moderadoras, tales como el apoyo social, las estrategias de afrontamiento y el autocuidado, dado que estos factores podrían influir positivamente en la relación entre el estrés traumático secundario, la ansiedad y la resiliencia, así como proporcionar una comprensión más completa de los factores involucrados.

Es relevante realizar estudios longitudinales para evaluar cómo los niveles de estrés traumático secundario y ansiedad fluctúan a lo largo del tiempo, especialmente en el contexto de eventos catastróficos, lo que permite un análisis más detallado de la evolución de estos fenómenos y su impacto en la salud mental de los primeros respondedores.

Se deben organizar charlas informativas dirigidas a los participantes y líderes jerárquicos para explicar detalladamente los objetivos del programa, el manejo de los datos y la importancia de la evaluación psicológica como herramienta de prevención y bienestar, sin implicaciones laborales o estigmatización.

Asimismo, se deben llevar a cabo investigaciones que evalúen la efectividad de las intervenciones psicológicas diseñadas específicamente para primeros respondedores, ajustadas a las características contextuales de cada grupo, con el objetivo de mejorar la calidad y pertinencia de las estrategias de apoyo psicológico implementadas.

Dado que los problemas de sueño han sido identificados como un área crítica dentro de la dimensión de activación del estrés traumático secundario, se recomienda realizar estudios centrados en el manejo del sueño como componente clave de un enfoque integral de intervención psicológica.

Finalmente, se sugiere fomentar la colaboración interinstitucional entre centros de salud, entidades gubernamentales y organizaciones no gubernamentales para desarrollar programas de salud mental enfocados en primeros respondedores con el fin de garantizar la asignación adecuada de recursos y un enfoque multidisciplinario que aborde aspectos físicos y psicológicos del estrés traumático, la ansiedad y otras implicaciones asociadas a esta profesión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acevedo Moreno, A. E. y Guevara Díaz, G. F. (2021). Ansiedad, depresión y estrés en el personal de la salud relacionado con la pandemia Sars-Covid 19 en Colombia.
- After Action (2024). The hidden toll: Understanding secondary trauma in first responders. <https://afteraction.care/secondary-trauma-first-responders/>
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G. & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893-897.
- Bride, B. E., Robinson, M. M., Yegidis, B. & Figley, C. R. (2007). Development and validation of the Secondary Traumatic Stress Scale. *Research on Social Work Practice*, 14(1), 27-35.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Bride, B. E., Robinson, M. M., Yegidis, B. & Figley, C. R. (2004). Development and validation of the secondary traumatic stress scale. *Research on Social Work Practice*, 14(1), 27-35.
- Cadena, K. M. H. y Calderón, G. O. (2022). Inteligencia emocional en personal de emergencia con trastorno de estrés postraumático secundario. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 25(3).
- Casas, J. B. & Benuto, L. T. (2022). Work-related traumatic stress spillover in first responder families: A systematic review of the literature. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 14(2), 209.
- Castillejo, S. & Osca, A. (2012). Riesgo psicológico en los equipos de primera intervención en situaciones de desastre y catástrofe. Curso internacional de gestión de crisis.
- Connor, K. M. & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Figley, C. R. (2002). Compassion fatigue: Psychotherapists' chronic lack of self-care. *Journal of Clinical Psychology*, 58(11), 1433-1441.
- García, M. & López, R. (2017). Impacto del TEPT en primeros respondedores tras el terremoto de 2017 en México. *Revista de Psicología Latinoamericana*, 15(2), 45-59.
- Javier de Jesús, M. L. (2022). Programa psicoeducativo de autocuidado para el manejo de estrés en bomberos de la provincia La Altagracia. Disertación doctoral, Santo Domingo: Universidad Iberoamericana (UNIBE).
- Johnson, P. & Wang, X. (2020). Mental health interventions for first responders: A global perspective. *Journal of Emergency Response*, 22(1), 30-42.
- Jones, S. (2017). Describing the mental health profile of first responders: A systematic review. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 23(3), 200-214.
- Maldonado Rojas, T. R. (2023). Estrés traumático secundario y resiliencia en bomberos voluntarios de la ciudad de Tacna, 2022.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Meyreles, L. & Ruiz, V. (2011). Revisión, actualización y análisis de amenazas y riesgos ante desastres en República Dominicana.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child development*, 71(3), 543-562.
- Phelps, A., Lloyd, D., Creamer, M. & Forbes, D. (2009). Caring for carers in the aftermath of trauma. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 18(3), 313-330.
- Ruiz, A. L. & Ángeles, E. A. G. (2017). Afectaciones psicológicas en personal de primera respuesta: ¿Trastorno por Estrés Postraumático o Estrés Traumático Secundario? *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 28(2), 252-265.
- Santos, E. (1 de septiembre de 2024). RD lidera las tasas de muertes en estadísticas globales de accidentes de tránsito. El Caribe. <https://www.elcaribe.com.do/panorama/pais/rd-lidera-las-tasas-de-muertes-en-estadisticas-globales-de-accidentes-de-transito/>
- Selye, H. (1976). *The stress of life* (Rev. ed.). McGraw-Hill.
- Smith, J. & Brown, W. (2018). PTSD prevalence and risk factors among emergency responders: A systematic review. *Journal of Occupational Health*, 6(3), 193-204.
- Oviedo, H. C. y Campo-Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 572-580.
- Ventura, R. E., Reyes, S., Moreno, R., Torres, R. & Gil, R. (2008). Estrés postraumático en rescatistas. *Revista Cubana de Medicina Intensiva y Emergencias*, 7(4), 1-7.
- World Health Organization (2019). *Mental health in emergency settings: A global overview*. WHO Mental Health Report.



FLACSO
REPÚBLICA
DOMINICANA