



¿Es el ritmo cardíaco un indicador del rendimiento de un policía durante un incidente?

Subscribe



El otro día lanzamos la pregunta [¿existe una relación directamente proporcional entre estrés, ritmo cardíaco, habilidades motoras y rendimiento?](#) Hoy te traemos otra pregunta relacionada «directamente»: ¿es el ritmo cardíaco un indicador del rendimiento de un policía durante un incidente? Pero esta vez incluimos la respuesta que nos ofrece *Chris Butler*.

Traducción del artículo original [Is Heart Rate a Predictor of Police Officer Performance in a Crisis?](#), publicado por *Chris Butler* el 17 de abril de 2019.

Varios estudios anteriores han tratado de estudiar la relación entre la excitación del estrés fisiológico agudo durante una situación táctica y la toma de decisiones en policías. A pesar del hecho de que varios estudios publicados ya han demostrado anteriormente que no existe una correlación directa entre el ritmo cardíaco y el rendimiento, muchos instructores policiales en EE.UU. aún dan por sentado este «mantra».

En mis propios estudios sobre el rendimiento policial, en los que policías de equipos tácticos (SWAT), policías de primera línea de calle y policías alumnos, realizaban ejercicios de registro de habitaciones en escenarios realistas, mientras llevaban un pulsómetro Polar en el pecho que registraba su ritmo cardíaco, no observé correlación directa alguna entre el ritmo cardíaco de los policías durante un enfrentamiento armado fuerza contra fuerza y la toma de decisiones y el rendimiento de los policías ante dicha situación táctica.

Muy recientemente, un importante nuevo estudio, que acaba de publicarse en el número de abril de 2019 de la revista *Fronteras en Psicología* [[Frontiers in Psychology](#)], ha confirmado que el ritmo cardíaco no es un indicador del rendimiento de un policía. En el estudio «Efectos



¿Es el ritmo cardíaco un indicador del rendimiento de un policía durante un incidente?

diferenciales de la excitación fisiológica por estrés agudo sobre el rendimiento de un policía en un incidente crítico simulado» [[Differential Effects of Physiological Arousal Following Acute Stress on Police Officer Performance in a Simulated Critical Incident](#)], sus autores hicieron que varios policías, que se ofrecieron voluntarios para participar en el estudio, intervinieran en un escenario complejo realista que de forma imprevista se convertía en un enfrentamiento de fuerza letal en el que se utilizaba munición no letal de entrenamiento. Antes y después del escenario se midieron los niveles de cortisol y antitrombina, así como el ritmo cardíaco de los participantes en este estudio, además de medir su rendimiento en base a habilidades tácticas, toma de decisiones y comunicación verbal y no verbal.

Aunque los autores del estudio observaron que el previsto aumento en el ritmo cardíaco se correspondía con la activación del sistema nervioso simpático (respuesta de lucha o huida), el ritmo cardíaco no suponía un indicador fiable del rendimiento policial. Se descubrió que el aumento de la proteína anticoagulante antitrombina tenía una correlación estadísticamente significativa con el detrimento de las habilidades de comunicación y de la toma de decisiones que comprenden funciones cognitivas superiores complejas de los policías. Además, se encontró que las habilidades motoras «automáticas» o procedimentales presentaban una gran resiliencia –capacidad de adaptación– a la excitación fisiológica.

Todo instructor policial que diseñe y realice ejercicios realistas –el también llamado «entrenamiento basado en la realidad» [reality-based training (RBT)]– tiene que leerse este estudio al completo, así como todas las notas al pie, que hacen referencia a las últimas investigaciones sobre la respuesta al estrés de supervivencia y el rendimiento humano.

Hay varias conclusiones importantes de esta investigación. La primera es que se insiste encarecidamente en la necesidad de entrenar a los policías en el uso de su equipo y la aplicación de las técnicas básicas hasta conseguir la automaticidad (también denominada «memoria procedimental»). Las técnicas automáticas que se realizan bajo la activación del sistema nervioso simpático permiten que el sistema de atención se centre en los aspectos críticos del incidente que se desarrolla ante el policía para así ayudarlo a mejorar la toma de decisiones. La segunda es que los estándares y los planes de lección de un curso de formación que consideran el ritmo cardíaco como un indicador del rendimiento policial no son correctos y hay que modificarlos para que contemplen las últimas investigaciones. Por último, el aspecto más significativo del entrenamiento de un policía radica en un entrenamiento realista convenientemente diseñado e implementado, que contribuye a prepararlo mejor para las situaciones repentinas, complicadas y de rápido desarrollo a las que hará frente en la calle. Un policía no «está a la altura de las circunstancias en un incidente en el que se juega la vida, sino que se queda a la altura de su entrenamiento».

Para leer otros artículos de *Chris Butler* sobre entrenamiento policial y rendimiento policial, visita [su página web](#).

Referencias:



¿Es el ritmo cardíaco un indicador del rendimiento de un policía durante un incidente?

ARBLE, Eamonn; DAUGHERTY, Ana; ARNETZ, Bengt. Efectos diferenciales de la excitación fisiológica por estrés agudo sobre el rendimiento de un policía en un incidente crítico simulado [[Differential Effects of Physiological Arousal Following Acute Stress on Police Officer Performance in a Simulated Critical Incident](#)]. *Revista Fronteras en Psicología* [Frontiers in Psychology]. 9 de abril de 2019.

¡Compártelo!

- [Haz clic para compartir en Facebook \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
- [Haz clic para compartir en Twitter \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
- [Haz clic para compartir en LinkedIn \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
- [Haz clic para enviar por correo electrónico a un amigo \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
- [Haz clic para compartir en Telegram \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
- [Haz clic para compartir en WhatsApp \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
- [Haz clic para imprimir \(Se abre en una ventana nueva\)](#)