

Resiliencia cognitiva en acción: evaluación y aplicación de protocolos mentales en el método BRICPOL para la defensa policial

The Process of Quality Management in Forensic Laboratories: A Global Advance Towards a Local Interpretation

Autores: Santiago Bango Pérez, Concepción Ros Ros, José Luis Alba Robles, Juan Manuel Martínez Fernández

DOI: <https://doi.org/10.25058/1794600X.2461>

Resiliencia cognitiva en acción: evaluación y aplicación de protocolos mentales en el método BRICPOL para la defensa policial*

Cognitive resilience in action: assessing and applying mental protocols in the BRICPOL Method for police defense

Resiliência cognitiva em ação: avaliação e aplicação de protocolos mentais no método BRICPOL para a defesa policial

Santiago Bango Pérez^a
bricpol@gmail.com

Concepción Ros Ros^b
concepcion.ros@ucv.es

José Luis Alba Robles^c
alba@uv.es

Juan Manuel Martínez Fernández^d
manelkb2@gmail.com

Fecha de recepción: 8 de julio de 2024
Fecha de revisión: 20 de julio de 2024
Fecha de aceptación: 10 de septiembre de 2024

DOI: <https://doi.org/10.25058/1794600X.2461>

Para citar este artículo:

Bango Pérez, S., Ros Ros, C., Alba Robles, J., & Martínez Fernández, J. (2024). Resiliencia cognitiva en acción: evaluación y aplicación de protocolos mentales en el método BRICPOL para la defensa policial. *Revista Misión Jurídica*, 17 (27), 109-124.

RESUMEN

En el presente artículo se analiza la importancia de las conductas automatizadas en la defensa policial y su impacto en la eficacia operativa de los agentes. Partiendo del modelo de intervención Bricpol, se destaca cómo la automatización de ciertas respuestas conductuales puede potenciar las habilidades cognitivas de los policías al minimizar el ruido en la toma de decisiones. El modelo Bricpol, conocido por su enfoque estructurado y sistemático en la formación de agentes, enfatiza la repetición y la práctica constante de técnicas específicas hasta que estas se vuelven automáticas. Este proceso permite a los agentes responder de manera eficiente y efectiva en situaciones de alta presión, mejorando la precisión y la rapidez de sus acciones. Además, se aborda cómo la reducción del esfuerzo cognitivo en la ejecución de movimientos automatizados libera recursos mentales, lo que facilita una mejor evaluación de la situación y una toma de decisiones más acertada. Los resultados sugieren que la implementación de conductas automatizadas no solo optimiza la defensa

*Artículo de reflexión.

a. Escuela de doctorado. Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir

b. Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir. Departamento de Dirección Deportiva y Didáctica de la A.F.

c. Universitat de Valencia. Departament de Psicologia Bàsica. Correo: j.luis.alba@uv.es

d. Psicólogo deportivo. Consejería de Educación Asturias

física sino que, también, mejora la capacidad global de los agentes para gestionar incidentes críticos, contribuyendo así a una labor policial más eficaz y segura.

PALABRAS CLAVE:

Bricpol; habilidades cognitivas; automatización de protocolos mentales; defensa policial.

ABSTRACT

This article analyzes the importance of automated behaviors in police defense and their impact on police officers' operational efficiency. Based on the Bricpol intervention model, we highlight how automating certain behavioral responses can enhance police officers' cognitive skills by reducing decision-making noise. The Bricpol model, known for its structured and systematic approach to officer training, emphasizes the repetition and constant practice of specific techniques until they become automatic. This process enables officers to respond efficiently and effectively under high-pressure situations, improving the accuracy and speed of their actions.

Additionally, the article addresses how reducing cognitive effort in executing automated movements frees mental resources, allowing for better situational assessment and more accurate decision-making. Findings suggest that implementing automated behaviors not only optimizes physical defense but also enhances officers' overall capacity to manage critical incidents, contributing to more effective and safer policing.

KEYWORDS

Bricpol; cognitive skills; automation of mental protocols; police defense.

RESUMO

Este artigo analisa a importância de comportamentos automatizados na defesa policial e seu impacto na eficiência operacional dos agentes. Com base no modelo de intervenção Bricpol, destacamos como a automação de certas respostas comportamentais pode aprimorar as habilidades cognitivas dos policiais ao reduzir o

ruído no processo de tomada de decisão. O modelo Bricpol, conhecido por sua abordagem estruturada e sistemática no treinamento de agentes, enfatiza a repetição e a prática constante de técnicas específicas até se tornarem automáticas. Esse processo permite os agentes responder de forma eficiente e eficaz em situações de alta pressão, melhorando a precisão e a velocidade de suas ações. Além disso, o artigo aborda como a redução do esforço cognitivo na execução de movimentos automatizados libera recursos mentais, possibilitando uma melhor avaliação situacional e uma tomada de decisão mais precisa. Os resultados indicam que a implementação de comportamentos automatizados não só otimiza a defesa física, mas também melhora a capacidade global dos agentes para gerenciar incidentes críticos, contribuindo para uma atuação policial mais eficaz e segura.

PALAVRAS CHAVE:

Bricpol; habilidades cognitivas; automação de protocolos mentais; defesa policial.

INTRODUCCIÓN

La preparación mental de los agentes policiales es crucial ante la diversidad de situaciones críticas que enfrentan, desde conflictos domésticos hasta crisis con individuos con enfermedades mentales. En este sentido, Carter y Carter (2019) resaltan la importancia de una formación mental robusta para manejar el estrés y responder adecuadamente ante tales situaciones.

Por otra parte, la interacción entre la policía y la comunidad, y cómo los agentes gestionan situaciones justamente, influye en la confianza pública y la legitimidad de la fuerza policial. En relación con esto, la formación en desescalada, enfatizada por Thompson y Wilson (2021), es vital tras incidentes de uso excesivo de la fuerza, aplicando principios psicológicos y comunicación efectiva para reducir tensiones.

Un ejemplo claro que respalda estas ideas lo constituye el Grupo de Trabajo del Presidente sobre la Policía del Siglo XXI (2015), ordenado en la presidencia de Obama en 2014, donde se recogen diversas cuestiones sobre el trabajo físico de los agentes policiales, pero también sobre temas como bienestar y seguridad de los agentes. En este contexto, el grupo subrayó la

importancia del bienestar físico y mental de los policías, reconociendo que el estrés y el trauma pueden afectar negativamente su desempeño y sus relaciones con la comunidad. Las recomendaciones de este grupo de trabajo, junto con otros autores como Baker (2020), abogan por un cambio de mentalidad de "guerrero" a "guardián", viendo a los agentes como protectores y no adversarios, lo que mejora las relaciones policía-comunidad y promueve un enfoque humanitario.

Por último, los protocolos mentales son esenciales para la efectividad y seguridad policial, incluyendo la evaluación situacional, el control emocional, la comunicación efectiva, la toma de decisiones rápida y precisa, y la resiliencia y recuperación post-incidente. De este modo, estas habilidades permiten a los agentes actuar informadamente y mantener su bienestar (Baker, 2020; Carter y Carter, 2019; López y Martínez, 2022; Manderscheid et al., 2019; Thompson y Wilson, 2021).

METODOLOGÍA

En este artículo teórico se ha optado por una revisión bibliográfica y un análisis conceptual con el fin de examinar la efectividad de los protocolos mentales en la mejora de la defensa policial en situaciones de estrés que requieren habilidades cognitivas avanzadas.

A continuación, se describen los pasos seguidos para desarrollar la investigación:

1. Enfoque de Revisión Teórica

Este trabajo se basa en una **revisión teórica** de la literatura existente sobre protocolos mentales y su impacto en la defensa policial. Se adopta una metodología exploratoria de análisis teórico, en la cual se sintetiza la información ya publicada con el objetivo de proporcionar un marco comprensivo y crítico que explique cómo estos protocolos pueden influir en la eficacia policial.

2. Búsqueda y Selección de la Literatura

Se ha llevado a cabo una búsqueda exhaustiva de literatura científica en bases de datos especializadas como **Scopus**, **Web of Science**, **Google Scholar**, y **PubMed**. Se seleccionaron

estudios empíricos y teóricos relevantes que abordasen el uso de protocolos mentales en el contexto policial.

Las palabras clave empleadas incluyeron términos como:

- "protocolos mentales",
- "entrenamiento mental en la policía",
- "conducta bajo estrés",
- "rendimiento cognitivo y físico en agentes policiales",
- "control emocional y toma de decisiones".

En inglés se buscó por términos como:

- "mental protocols"
- "mental training in the police"
- "behavior under stress"
- "cognitive and physical performance in police officers"
- "emotional control and decision-making"

Criterios de inclusión: se priorizaron artículos publicados en los últimos diez años, revisados por pares y que contengan estudios empíricos o modelos teóricos relacionados con la eficacia de la defensa conductual policial.

Criterios de exclusión: se descartaron estudios que no estuvieran relacionados directamente con el ámbito policial, trabajos que no contaran con una base científica sólida o estudios de opinión sin respaldo empírico.

3. Análisis Conceptual

Tras la selección de la literatura, se llevó a cabo un **análisis conceptual** con el fin de identificar y definir los conceptos clave asociados a los protocolos mentales en el entorno policial. Se mostraron las diferentes estrategias mentales utilizadas para mejorar el rendimiento bajo situaciones de alta presión, tales como técnicas de visualización, control emocional, desescalada de conflictos y toma de decisiones bajo estrés.

4. Evaluación de la Efectividad de los Protocolos Mentales

Una parte esencial de la metodología consiste en analizar y comparar estudios que hayan evaluado la efectividad de los protocolos mentales en el rendimiento físico y cognitivo de los agentes

policiales. Este análisis incluyó la revisión de estudios empíricos, informes de resultados y revisiones sistemáticas que midieron el impacto de dichos protocolos en la toma de decisiones y la actuación de los agentes en situaciones de crisis o riesgo.

5. Evaluación de Métodos y Herramientas de Implementación

Además, se revisaron los métodos y herramientas utilizadas para implementar los protocolos mentales en el entrenamiento policial. Esto incluye la identificación de las técnicas más comunes (como simulaciones, ejercicios cognitivos o programas de desensibilización) y los mecanismos de medición de su efectividad (como pruebas de rendimiento en situaciones simuladas o evaluaciones psicológicas).

1. REVISIÓN DE LA LITERATURA EN EL CAMPO DE LOS PROTOCOLOS MENTALES

La implementación de protocolos mentales en la policía es crucial para la eficacia y seguridad en el cumplimiento del deber, abarcando tácticas y técnicas psicológicas para manejar situaciones de alta presión. En este sentido, la literatura indica que la habilidad física y la fortaleza mental son fundamentales en la ejecución de intervenciones policiales.

Por ejemplo, Castillo-Moro (2017) enfatiza la importancia de instrucciones claras y protocolos específicos para cada intervención, mejorando la eficiencia y asegurando la congruencia en el uso de la fuerza. Además, Adams y Mastracci (2018) resaltan el papel positivo de la tecnología, como las cámaras corporales, en la salud mental de los agentes. En el contexto español, la Confederación Salud Mental España (2020) publicó una guía para las intervenciones con personas que tienen problemas de salud mental, beneficiando a los agentes y protegiendo los derechos de los afectados.

Asimismo, Ruiz-Ruano et al., (2023) destacan la relación entre factores psicosociales de riesgo y el *burnout*, subrayando la necesidad de entornos de trabajo saludables y protocolos mentales efectivos. De manera similar, García (2019) y Mengual Pujante (2017) coinciden en la importancia de la formación en habilidades

cognitivas y salud mental para mejorar la eficacia y el bienestar de los agentes.

Por otro lado, Fernández-Alonso y Martínez-Rodrigo (2021) argumentan que la gestión del cambio organizacional es clave para la implementación efectiva de protocolos mentales, involucrando a todos los niveles de la jerarquía policial. En línea con esta idea, Sánchez-Cabezudo y Herrera (2022) son partidarios de una evaluación continua de los protocolos, adaptándolos a las necesidades cambiantes y a los avances en psicología aplicada.

Igualmente, Torres y Gómez (2024) proponen un modelo de supervisión colaborativa entre psicólogos y agentes, permitiendo ajustes efectivos y mejorando la implementación de los protocolos. Este enfoque promueve la formación continua y la adaptación a las condiciones específicas de cada situación.

De manera más amplia, Roberts y Herrington (2017) se centran en cómo los cambios organizacionales dentro de las fuerzas policiales afectan a la salud mental de los agentes. En su análisis, destacan la necesidad de gestionar cuidadosamente estos cambios para minimizar el estrés y la ansiedad entre el personal. Su estudio subraya la importancia de integrar estrategias de apoyo psicológico en los periodos de cambio, incluyendo programas de capacitación en resiliencia y apoyo continuo, para mejorar el bienestar de los oficiales. De este modo, no solo se enfocan en la eficiencia operativa, sino también en el bienestar psicológico de los agentes, garantizando que los cambios organizacionales no perjudiquen su capacidad de desempeño.

En una dirección similar, Smith y Patton (2019) abordan la necesidad de una formación adecuada en salud mental para el personal de las fuerzas del orden. Argumentan que la capacitación específica en este ámbito es crucial para que los agentes puedan manejar mejor las situaciones de crisis y mejorar su propia salud mental. Además, destacan cómo esta formación contribuye al perfeccionamiento de protocolos de intervención, lo que permite a los agentes seguir procedimientos estandarizados que aborden tanto la seguridad como el bienestar en situaciones de crisis. En este sentido, presentan evidencia de que la formación continua en salud mental no solo mejora la respuesta inmediata de

los agentes, sino que también reduce la incidencia de problemas como el estrés postraumático y el burnout, contribuyendo a una fuerza policial más saludable y eficaz.

En el ámbito anglosajón, la implementación de protocolos mentales en la policía ha sido objeto de numerosos estudios y análisis. Por ejemplo, Andersen et al., (2016) examinan la importancia de la formación en resiliencia para los oficiales de policía. Sostienen que estos programas pueden mejorar significativamente la capacidad de los agentes para manejar el estrés, lo que a su vez mejora su desempeño y bienestar.

Por su parte, Violanti et al., (2017) abordan los efectos del estrés ocupacional en la salud mental de los policías, destacando la necesidad de estrategias de intervención eficaces para reducir el riesgo de trastornos mentales. Su investigación sugiere que la implementación de programas de apoyo psicológico y la promoción de un entorno de trabajo saludable son esenciales para proteger la salud mental de los agentes.

De igual forma, Bishopp y Boots (2018) investigan el impacto de las intervenciones de salud mental en el rendimiento laboral de los policías. Encuentran que los agentes que reciben capacitación en salud mental y apoyo continuo muestran una mejor capacidad para manejar situaciones de crisis y una mayor satisfacción laboral. Este estudio refuerza la idea de que la inversión en la salud mental de los policías no solo mejora su bienestar personal, sino también la eficacia de sus funciones.

Por su parte, Miller (2019) explora el uso de la tecnología, como las aplicaciones móviles de bienestar, para apoyar la salud mental de los agentes de policía. Miller argumenta que estas tecnologías pueden proporcionar recursos accesibles y personalizados para ayudar a los agentes a gestionar el estrés y mantener un estado mental saludable.

Otros autores como Papazoglou y Tuttle (2021) discuten la importancia de la supervisión y el apoyo psicológico en la prevención del burnout entre los policías. Proponen un modelo de supervisión que incluye la intervención temprana y el monitoreo continuo del estado mental de los agentes, lo que permite prevenir el desarrollo de problemas de salud mental a largo plazo.

Waters y Ussery (2007) analizan el impacto de los programas de apoyo para la salud mental en la reducción del estrés y la ansiedad entre los policías. De acuerdo con sus hallazgos, su estudio muestra que los programas bien diseñados pueden mejorar significativamente el bienestar psicológico de los agentes y reducir la incidencia de trastornos relacionados con el estrés.

Por otro lado, Brough et al. (2018) abogan por un enfoque holístico en la implementación de protocolos mentales, que incluya tanto la capacitación en habilidades psicológicas como la creación de un entorno de trabajo que promueva la salud mental. Ellos sostienen que una combinación de capacitación, apoyo organizacional y políticas de bienestar puede llevar a una mejora sustancial en la salud mental y el rendimiento de los agentes de policía.

En conclusión, la revisión de la literatura, tanto española como anglosajona, resalta la importancia de la implementación de protocolos mentales en las fuerzas policiales para mejorar la eficacia operativa y el bienestar de los agentes. En particular, la formación en salud mental, la gestión del cambio organizacional, el uso de la tecnología y el apoyo psicológico continuo son elementos cruciales para desarrollar y mantener una fuerza policial saludable y eficaz. Así pues, estos estudios subrayan la necesidad de un enfoque integral que combine capacitación, apoyo y políticas adecuadas para abordar los desafíos mentales y emocionales que enfrentan los agentes de policía en su labor diaria.

2. PROTOCOLOS MENTALES APLICADOS A LA DEFENSA TÁCTICA Y POLICIAL

El enfoque principal para abordar tareas, especialmente aquellas que generan ansiedad, radica en la capacidad cognitiva del individuo para mantener la calma y la claridad mental. Este enfoque, conocido como "mantener la cabeza fría", implica la habilidad para planificar, organizar y ejecutar acciones de manera efectiva, incluso en situaciones emocionalmente duras (Smith, 2018). En consecuencia, la capacidad de mantener la calma es esencial en una amplia variedad de contextos, desde operaciones policiales hasta competiciones deportivas, y su desarrollo requiere una preparación específica y continua (García et al., 2019).

Sin embargo, en muchos casos, aunque los individuos posean las habilidades necesarias, pueden verse superados por la situación, reaccionando de manera inadecuada o quedando paralizados. Además, el estrés adicional generado por la posibilidad de que la intervención sea grabada y difundida para dar feedback o entrenar a otros puede agravar esta situación, destacando la importancia de que el individuo mantenga su enfoque en el presente y aplique los conocimientos previos adquiridos (García et al., 2019). Por otro lado, la grabación de intervenciones, aunque valiosa para el análisis posterior y la mejora continua, puede añadir una capa adicional de presión sobre el agente (Roberts & Herrington, 2017).

En vista de lo anterior, el protocolo mental de intervención se refiere a un conjunto de rutinas utilizadas por deportistas de élite y personas que enfrentan situaciones de estrés como la policía para mejorar su rendimiento. Estas rutinas, diseñadas para controlar variables y procesos mentales específicos que contribuyen al éxito en una tarea determinada, se adaptan a las habilidades individuales del sujeto (Martínez y Pérez, 2017). Entre las técnicas que pueden formar parte de estos protocolos se encuentran la visualización, que implica la creación de imágenes mentales detalladas de un rendimiento exitoso; la respiración controlada, que ayuda a gestionar el estrés fisiológico mediante técnicas específicas de respiración; y el establecimiento de objetivos a corto plazo, que divide una tarea compleja en metas más manejables y específicas (Smith y Patton, 2019).

A continuación, explicamos más detalladamente estas tres técnicas psicológicas que se suelen usar más frecuentemente:

En primer lugar, la visualización es la práctica de crear imágenes mentales detalladas de un rendimiento exitoso o de la ejecución correcta de una tarea específica. De hecho, los individuos visualizan en su mente cada paso del proceso deseado, lo cual puede ayudar a mejorar la confianza, la precisión y la preparación para enfrentar la situación real.

En segundo lugar, la respiración controlada consiste en utilizar técnicas específicas de

respiración para gestionar el estrés fisiológico. Una técnica común es la "4-7-8", donde se inhala durante 4 segundos, se mantiene la respiración durante 7 segundos y se exhala durante 8 segundos. Este tipo de respiración ayuda a reducir la frecuencia cardíaca y los niveles de cortisol, lo que contribuye a mantener la calma y mejorar el enfoque en situaciones de alta tensión.

Finalmente, el establecimiento de objetivos a corto plazo implica dividir una tarea compleja en metas más pequeñas y específicas que pueden ser alcanzadas en un período breve de tiempo. De esta forma, estos objetivos son más manejables y proporcionan una estructura clara para seguir avanzando hacia la meta final.

Esta técnica ayuda a mantener la concentración, a reducir la sensación de abrumo y a mejorar la eficiencia en la ejecución de la tarea.

No obstante, la importancia de estos entrenamientos no siempre es reconocida, lo que lleva a situaciones donde individuos capacitados se ven superados por la intensidad del momento, afectando negativamente su desempeño (González et al., 2018; Rodríguez y Martínez, 2020). Por tanto, es crucial que las organizaciones inviertan en programas de entrenamiento mental y promuevan la salud mental (Fernández-Alonso & Martínez-Rodrigo, 2021).

Adicionalmente, la aplicación de estos protocolos permite al individuo trabajar a su nivel y habilidades en situaciones de alta presión, convirtiendo el estrés en un facilitador del rendimiento en lugar de un obstáculo (García et al., 2019). Al entrenar específicamente para enfrentar distintas circunstancias, el agente puede mantener un nivel de consciencia óptimo y ejecutar secuencias conductuales de forma instintiva (Johnson y Brown, 2020). Este tipo de entrenamiento no solo mejora el rendimiento en el momento, sino que también contribuye al bienestar general del agente, reduciendo la incidencia de burnout y otros problemas de salud mental (Smith & Patton, 2019). Sin embargo, no son técnicas usadas en Bricpol de momento, pero podrían usarse e incorporarse más adelante, aunque sí son las más usadas en general por deportistas y policías en diferentes contextos culturales y físicos de todo el mundo.

3. BRICPOL: PROTOCOLOS CONDUCTUALES AUTOMATIZADOS

El modelo BRICPOL, establecido en 2010, es un innovador sistema de defensa personal y policial que integra una amplia gama de disciplinas para formar un enfoque holístico hacia la seguridad y la protección. En particular, este sistema abarca aspectos técnicos, como las habilidades de combate y manejo de armas; tácticos, enfocados en estrategias de intervención; deportivos, que promueven el bienestar físico; psicológicos, para fortalecer la resiliencia mental; médicos, asegurando conocimientos de anatomía para determinar huesos, grupos musculares, articulaciones y tendones donde ser más efectivo y menos lesivo en la aplicación de técnicas; y legales, para garantizar que las acciones estén dentro del marco jurídico.

Por otro lado, BRICPOL fue concebido por un subinspector de la Policía de León, experto en criminología. Su visión era crear un sistema que no solo mejorara la eficiencia en la enseñanza y la instrucción en la intervención policial, sino que también equipara a los agentes con las herramientas necesarias para gestionar sus actuaciones de manera efectiva y conforme a la ley.

Lo que distingue a BRICPOL es su carácter integral y su aplicación práctica en situaciones reales. En este sentido, es el primer sistema de su tipo que se lleva a la competición, consiguiendo crear un escenario similar a la intervención policial. De hecho, las competiciones de BRICPOL son únicas, ya que cada asalto varía al anterior, con diferentes armas y técnicas requeridas para cada situación. Esto no solo pone a prueba la habilidad de los participantes, sino que también contribuye a la investigación y mejora continua del sistema, descartando técnicas ineficaces y perfeccionando aquellas que han demostrado ser exitosas en el campo.

A partir de esta base, la filosofía de BRICPOL se centra en la competición como medio de simulación de escenarios reales que los agentes pueden enfrentar diariamente. Para lograr esto, incorpora armas simuladas y protecciones durante los entrenamientos y competiciones, lo que permite a los practicantes experimentar situaciones de alta adrenalina con un riesgo mínimo de lesiones. Este enfoque práctico y realista asegura que los agentes estén preparados

para cualquier desafío que puedan encontrar en el cumplimiento de su deber.

INTEGRACIÓN DE PROTOCOLOS MENTALES

En adición a las técnicas y estrategias físicas, el modelo BRICPOL se enriquece con la incorporación de protocolos mentales de intervención desarrollados en colaboración con un psicólogo deportivo experto en artes marciales, el profesor Juan Manuel Martínez Fernández el año 2004. Estos protocolos mentales de intervención se definen como rutinas utilizadas por deportistas de élite y profesionales en situaciones de alto estrés, con el objetivo de maximizar el rendimiento y controlar las variables mentales implicadas en la tarea (López et al., 2017; Torres y Gómez, 2021). Por lo tanto, la inclusión de estas técnicas psicológicas es crucial para mejorar la capacidad de respuesta y la resiliencia de los agentes en situaciones críticas.

Asimismo, el desarrollo de protocolos mentales en el modelo BRICPOL es esencial para que los agentes puedan desempeñarse de manera efectiva en situaciones de alta exigencia emocional (Smith y Johnson, 2018). Estos protocolos implican el entrenamiento y automatización de rutinas conductuales frente a las habilidades cognitivas y emocionales correlacionadas. Además, la corrección de errores mediante una evaluación continua asegura que las estrategias de intervención sean constantemente mejoradas (García et al., 2019). De este modo, con una práctica intensiva y repetitiva, los agentes pueden automatizar estas respuestas, liberando así recursos cognitivos para manejar otros aspectos críticos de la situación (Martínez y Pérez, 2020).

En cuanto a la elaboración de un protocolo mental efectivo en BRICPOL, se diseñan estrategias y secuencias comportamentales que controlan variables mentales y conductuales en diferentes momentos de la intervención (Díaz y Rodríguez, 2019). El entrenamiento, por tanto, se centra en el control de variables relacionadas con el rendimiento, tales como el control del arousal, el condicionamiento verbal, la visualización y el control de la atención (Reyes y López, 2018). Estas técnicas permiten a los agentes mantener un estado óptimo de activación y enfoque, cruciales para la toma de decisiones rápidas y efectivas en situaciones de alta presión.

No obstante, a pesar de que la implementación de protocolos mentales en el modelo BRICPOL representa un avance significativo en la formación y capacitación policial, es crucial considerar que la efectividad de estos protocolos no solo depende de su diseño y ejecución, sino también de factores contextuales e individuales. En este sentido, la personalización del entrenamiento para adaptarse a las necesidades específicas de cada agente y la consideración de su estado psicológico y emocional son aspectos que aún requieren mayor atención y desarrollo (Fernández y Morales, 2020).

Además, es fundamental evaluar de manera continua la eficacia de estos protocolos a través de investigaciones empíricas que consideren una amplia gama de situaciones y contextos operativos. De esta forma, solo mediante un enfoque basado en evidencia se podrá garantizar que estos protocolos se mantengan actualizados y efectivos frente a las demandas cambiantes del entorno operativo (Ruiz y Gómez, 2019).

3.1. Protocolos Conductuales de Intervención Policial

Procesos psicológicos implicados

En el proceso de consolidación de los protocolos mentales, es crucial considerar diversas variables y procesos mentales que optimizan el aprendizaje y la ejecución de tareas emocionalmente exigentes. En este contexto, estas variables ya han sido comentadas anteriormente, pero en este caso se adaptan al modelo BRICPOL e incluyen:

En primer lugar, *la ansiedad*. El funcionario debe enfrentar la tarea como un "trabajo". "Hacer su trabajo" significa tener la cabeza en el presente, en lo que tiene que hacer a continuación (proceso/metadatos de rendimiento), y hacer cada cosa en su momento (en función de los estímulos relevantes) con una actitud pasiva (ante el elemento emocional, concomitante con la resolución de tareas de "riesgo o miedo auto percibido" o "ruido mental", es decir, todo aquello que no tiene que ver con la resolución de la tarea).

Además, *la atención-concentración* juega un papel fundamental. Cuando el funcionario está atento al presente, a los estímulos relevantes y

discriminativos de la situación a resolver, con una actitud pasiva ante el "ruido mental" que le genera dicha situación, puede llegar a concentrarse. En consecuencia, se producen una serie de cambios en su funcionamiento fisiológico que favorecen el rendimiento del sujeto. Los más significativos son los siguientes:

- Sus dos hemisferios cerebrales trabajan al unísono (habitualmente el izquierdo es el dominante), cambiando el cerebro su funcionamiento eléctrico (de ondas beta a ondas alfa: 7-14 ciclos/segundo).
- Aumentan los niveles de oxitocina en sangre (sensación de confianza, seguridad), que inhibe el cortisol (la hormona del estrés) y aumenta el nivel de testosterona (hormona para luchar).
- Se produce, bajo esas circunstancias, una presencia total del sujeto para la resolución de la tarea, de tal manera que el funcionario responde al estímulo relevante antes de que sea consciente de ello (timing).
- Se produce una regulación del ritmo respiratorio y cardíaco (aloes tasis) y del sistema autónomo (homeostasis).

Por lo tanto, todo ello hace que, bajo estas circunstancias, el funcionario alcance su rendimiento máximo para sus habilidades en función de la situación que tiene que resolver.

En cuanto a la *motivación-autoconfianza*, aunque son procesos y variables psicológicas diferentes, al regular la motivación a través de estrategias conductuales de metas y objetivos, también mejoramos la autoconfianza del sujeto en sus posibilidades. Como señala Séneca, "Afrontamos con alegría aquello para lo que estamos preparados". Además, la autoconfianza es un antídoto contra el estrés (Buceta, 2020).

En relación con *la comunicación*, además de los procesos de "persuadir" y "condicionar", hay un tercero que sería la utilización del lenguaje por parte del agente para mejorar los procesos psicológicos mediante auto diálogos y auto verbalizaciones, y para evocar estados hipomaniacos que favorecen el rendimiento. Por ejemplo, el agente siente el miedo y se dice: "Tengo miedo, el miedo es mi amigo porque me hará ser más eficaz".

Por otro lado, *la utilización abusiva del castigo o del refuerzo negativo* (evitación) en el entrenamiento puede ser contraproducente. Este enfoque, que incluye el castigo positivo, se utiliza para modificar conductas no deseadas. Sin embargo, puede llevar a que el competidor desarrolle una actitud conservadora hacia la situación a resolver. Es decir, el competidor con este perfil tiende a "no arriesgarse para no ser castigado por cometer errores."

En este sentido, es conveniente señalar que el éxito del Protocolo Conductual en el modelo BRICPOL radica en las metas intermedias, que guían al individuo a centrarse en el presente para alcanzarlas. Estas metas, no solo regulan *la atención*, sino que también fortalecen *la motivación y aumentan la confianza* en la capacidad de resolver la tarea de manera efectiva.

Por tanto, es crucial que el individuo adopte una actitud pasiva hacia todo lo que no contribuya a la resolución de la tarea. Esto implica ignorar *pensamientos automáticos e irracionales* que surgen por ansiedad o tensión elevada, lo que se conoce como "ruido mental". En contraste, es fundamental mantener una atención cognitiva enfocada en los estímulos relevantes y ejecutar conductas automatizadas de manera precisa en términos de tiempo y forma.

Cuando el individuo comprende claramente qué pensar (centrado en estímulos relevantes), cómo sentir (adoptando una actitud pasiva hacia el ruido mental), y qué hacer (ejecutando conductas automatizadas), el protocolo conductual se convierte en un entrenamiento mental dinámico y operativo dentro del contexto de BRICPOL. Este enfoque cobra sentido considerando que el cerebro humano tiende a ser monitoreado en condiciones ideales. De este modo, cuando el individuo está alerta y concentrado en alcanzar una meta específica durante la intervención, esta atención bloquea los procesos ansiosos y permite una ejecución más fluida de las tareas necesarias. Como resume Nideffer (1989): "Cuando no pienso en lo que hago, hago lo que pienso".

Finalmente, en la fase de persuasión, el agente debe estar especialmente alerta a los signos tempranos de comportamiento agresivo en el entorno para responder de manera adecuada y evitar ser tomado por sorpresa.

3.2. ¿Pero, existen teorías explicativas de la automatización, es esto posible?

La idea de actuar automáticamente en situaciones de estrés, especialmente en contextos policiales, se basa en la teoría del condicionamiento operante de Skinner. Esta teoría explica a través del aprendizaje que ciertas conductas se vuelven automáticas a través de la repetición y el refuerzo en el entrenamiento y la experiencia. Además, el entrenamiento de habilidades automatizadas también es una perspectiva sobre el automatismo en el ámbito policial (Montero-Linares, et al., 2013). Según estas teorías, con suficiente práctica y repetición, ciertas respuestas pueden convertirse en automáticas, lo que permite a los individuos actuar rápidamente en situaciones críticas sin la necesidad de un proceso de pensamiento deliberado. A continuación, presentamos las principales teorías explicativas de la automatización:

En primer lugar, la Teoría del Condicionamiento Operante: esta teoría, propuesta por B.F. Skinner, postula que las conductas se aprenden y se mantienen a través de reforzadores y castigos. En el contexto policial, las acciones repetidas bajo condiciones específicas pueden automatizarse mediante este proceso, lo que permite a los agentes responder rápidamente en situaciones estresantes sin la necesidad de un proceso de pensamiento consciente deliberado. Sin embargo, una crítica puede ser que la automatización basada únicamente en refuerzos y castigos podría limitar la flexibilidad en situaciones inesperadas o novedosas.

En segundo lugar, la Teoría del Procesamiento Automático: según esta teoría, ciertos procesos cognitivos se vuelven automáticos con la práctica y la repetición. Esto implica que las habilidades adquiridas, como técnicas de intervención o manejo de armas, se realizan con eficiencia y rapidez debido a la automatización del proceso. No obstante, la crítica reside en que la automatización completa puede llevar a respuestas automáticas que podrían no ser siempre adaptativas o flexibles ante nuevas circunstancias.

Además, la Teoría de la Carga Cognitiva: propuesta por John Sweller, sostiene que la carga cognitiva se refiere a la cantidad de recursos mentales necesarios para completar una tarea. La automatización de las habilidades, libera

recursos cognitivos, lo que permite a los agentes enfocarse en aspectos críticos de la situación sin distraerse por tareas que ya se han automatizado. Sin embargo, una crítica puede ser que la sobre-automatización podría llevar a una complacencia en el entrenamiento continuo o a una pérdida de atención en detalles cruciales.

En cuarto lugar, la Teoría de la Memoria Procedimental: esta teoría explica cómo las habilidades motoras y procedimentales se almacenan y recuperan en la memoria. En el ámbito policial, las técnicas y procedimientos entrenados repetidamente se convierten en automáticos a través de esta memoria, facilitando respuestas rápidas y precisas ante situaciones de estrés. La crítica aquí podría ser que la automatización excesiva podría llevar a una falta de adaptabilidad ante nuevas técnicas o escenarios emergentes.

Finalmente, el Modelo Dual de Control de la Atención: según este modelo, propuesto por Norman y Shallice, existen dos sistemas de control de la atención: uno automático y otro controlado. La automatización de habilidades policiales permite que las respuestas sean controladas automáticamente bajo ciertas condiciones predefinidas, liberando así recursos para el control consciente de la atención en aspectos críticos de la intervención. Sin embargo, la crítica podría enfocarse en cómo se equilibran estos dos sistemas para mantener la flexibilidad y la adaptabilidad en entornos cambiantes y complejos.

En resumen, estas teorías subrayan la importancia del entrenamiento repetitivo y la automatización de habilidades en el ámbito policial para reducir los estresores asociados con las intervenciones, mejorando así la eficacia y la seguridad tanto del agente como de los ciudadanos. Sin embargo, es importante destacar que eliminar completamente el pensamiento no es ni posible ni deseable. En cambio, el pensamiento consciente juega un papel crucial en la evaluación de situaciones nuevas o cambiantes y en la toma de decisiones basadas en juicios morales y éticos. Lo que se busca con el entrenamiento es reducir la necesidad de deliberación consciente en situaciones donde las respuestas rápidas y automatizadas son más efectivas (Wegner, 1994). De hecho, un nuevo estudio, acertadamente titulado "Si no lo dejas entrar, no tienes que

sacarlo", sugiere que la prevención proactiva del pensamiento es la mejor manera de controlar los pensamientos no deseados (Fradkin y Eldar, 2022).

Por ejemplo, un policía entrenado puede automatizar la extracción de su arma bajo ciertas señales de amenaza, pero aún necesita usar su juicio para decidir si disparar o no. En este sentido, la automatización ayuda a reducir la carga cognitiva para que el funcionario pueda enfocarse en aspectos más críticos de la situación.

3.3. Fases del entrenamiento automatizado

Por otro lado, las secuencias de entrenamiento comprenden tres fases: previa a la intervención, durante la intervención y posterior a la intervención (Fernández, 2020). En primer lugar, la fase inicial, al recibir el requerimiento de la intervención, genera ansiedad en el sujeto, cuya intensidad varía según la situación (Aguilar et al., 2016). Es importante destacar que las estrategias utilizadas en esta etapa pueden influir en el éxito final de la intervención (Sánchez y Gómez, 2021).

A continuación, los protocolos entrenados se aplican desde el inicio del desplazamiento, generalmente al conducir el vehículo hasta la llegada al lugar de requerimiento, lo cual implica una aproximación cuidadosa a la escena y una evaluación de la información previamente recibida (Martínez y Pérez, 2020).

La segunda fase, denominada intervención, abarca desde la llegada al lugar de los hechos hasta su finalización, pudiendo desarrollarse en varios lugares dentro de la situación. Aunque la mayoría de las intervenciones policiales se resuelven con la presencia policial en el lugar inicial, algunas requieren traslados a centros de detención (García et al., 2019).

Posteriormente, la tercera fase implica la conclusión de la intervención policial, que suele llevarse a cabo en instalaciones policiales donde se elaboran informes o diligencias pertinentes (Díaz y Rodríguez, 2019).

En todas las fases, intervienen procesos cognitivos, emocionales y conductuales, lo que implica una interacción entre lo que el agente piensa, siente y hace. Por lo tanto, estos aspectos psicológicos son centrales en el diseño

y la implementación de protocolos (Aguilar et al., 2016). Así que, el objetivo de los protocolos es potenciar estos procesos. Es importante mencionar que pensamientos no controlados pueden generar emociones negativas que lleven al bloqueo o a soluciones erráticas. En contraste, pensamientos claros y ausencia de emociones pueden resultar en una conducta más adecuada (Brown, 2017).

Para ello, existen diversas formas de trabajar la parte cognitiva y emocional. En el caso de los protocolos mentales de intervención, se enfocan en realizar conductas específicas durante una intervención predeterminada, mediante la práctica repetitiva de acciones tanto individuales como grupales para lograr el objetivo deseado. La repetición técnica y táctica, bajo una guía precisa, conduce al dominio y recuerdo de habilidades motoras dentro de la memoria procedimental (Reyes y López, 2018).

De este modo, la automatización nos permite emplear procesamientos de la información más complejos y efectivos, lo que posibilita el uso de meta-habilidades para mejorar el control de la situación (Smith y Jones, 2018). Por ejemplo, al automatizar la fase de reducción y engrilletamiento de la persona, podemos controlar de forma "instintiva" otros elementos del entorno, como la presencia de otras personas o elementos fundamentales para preservar la integridad física (Johnson et al., 2020).

Cabe destacar que la fase más crítica es la de intervención, donde el peligro tanto para el agente como para los ciudadanos es mayor. En este sentido, la conducta del agente debe ser apropiada en relación con el uso de la fuerza, dentro de los parámetros legales establecidos (García y Martínez, 2019). Esto se debe a que la ansiedad se dispara debido a la respuesta fisiológica ante la incertidumbre sobre lo que se encontrará y cómo resolverá la situación (Brown y Rodríguez, 2017).

La elaboración y ejecución de los protocolos en la fase de intervención se dividen en tres etapas: persuasión, alerta e intervención (Martínez y Pérez, 2020). Esto permite segmentar cada parte y realizar evaluaciones específicas de cada segmento. La persuasión, comienza con la presencia policial adecuada y la negociación verbal, siendo estas las estrategias principales

para resolver la mayoría de las intervenciones (Díaz & López, 2018).

En las tres fases, se establecen ítems mediante una escala evaluativa con puntuaciones diferentes, que van desde la calma hasta la acción plena (Reyes & Sánchez, 2019). Se evalúa la capacidad verbal de negociación, la utilización correcta del paralenguaje, la postura corporal, los desplazamientos y el lenguaje no verbal para determinar la adecuación con el discurso verbal y prevenir la escalada de la conducta agresiva (González et al., 2016).

Durante el desarrollo de la intervención, se orientará al agente hacia la plena acción, en una relación inversamente proporcional a los ítems mencionados anteriormente. En cuanto al tiempo de ejecución, juega un papel crucial en cada fase: en la etapa de persuasión, un mayor tiempo favorece el pronóstico; mientras que la fase de alerta representa una oportunidad intermedia donde aún es posible modificar el curso de la intervención. En la fase final de intervención, la persuasión ha cesado y la acción se vuelve fundamental, exigiendo que todas las operaciones se realicen en el menor tiempo posible, para su posterior evaluación.

En ocasiones, las situaciones pueden evolucionar de actividades administrativas a la aplicación de violencia física, lo que plantea interrogantes sobre si esto fue resultado de una intervención deficiente. Esto sirve como ejemplo de los fallos en los protocolos. El objetivo primordial es evitar que las emociones distraigan al agente, manteniendo su mente centrada en el presente durante cada fase. Por lo tanto, el entrenamiento se enfoca en que cada acción se realice según lo planeado, sin importar otras distracciones, y proporciona un conjunto de soluciones adaptables al desarrollo de la intervención.

DISCUSIÓN

El modelo BRICPOL representa un avance significativo en la formación policial al integrar múltiples disciplinas bajo un enfoque holístico. Desarrollada por un subinspector de la Policía de León, esta iniciativa aborda no solo aspectos técnicos y tácticos, sino también psicológicos,

médicos y legales para mejorar la eficacia y seguridad de las intervenciones policiales.

BRICPOL se distingue por su enfoque integral que incorpora competencias simuladas con armas y técnicas variadas, lo cual simula escenarios reales de alta presión. Este enfoque metodológico no solo mejora las habilidades técnicas de los agentes, sino que también contribuye a la investigación continua para refinar y adaptar los protocolos según la efectividad demostrada en campo (Torres y Gómez, 2021).

Investigaciones como las de López et al., (2017) y García et al., (2019) han subrayado la importancia de la simulación realista y el entrenamiento competitivo para fortalecer la preparación de los agentes en entornos dinámicos y complejos. En línea con esto, estudios similares han demostrado que la exposición repetida a escenarios de alta intensidad puede mejorar la toma de decisiones bajo estrés (Smith y Johnson, 2018).

Con respecto a la automatización de los protocolos mentales, en BRICPOL es un componente crucial para mejorar la respuesta de los agentes en situaciones críticas. Estos protocolos se basan en la teoría del condicionamiento operante de Skinner y la teoría de la carga cognitiva de Sweller, que sugieren que las respuestas automatizadas pueden liberar recursos cognitivos para manejar aspectos críticos de la situación (Martínez y Pérez, 2020).

Desde una perspectiva internacional, modelos similares han sido implementados en otros países con resultados prometedores. Por ejemplo, el modelo SWAT en Estados Unidos y el sistema KOBAN en Japón utilizan técnicas de entrenamiento intensivo y simulación para automatizar respuestas en situaciones de alto riesgo (Montero-Linares et al., 2013).

DESAFÍOS Y CONSIDERACIONES

A pesar de los avances, la efectividad de los protocolos automatizados depende de la adaptabilidad y flexibilidad de los agentes en entornos impredecibles. En este sentido, investigaciones como las de Ruiz y Gómez (2019) subrayan la necesidad de evaluar continuamente

la efectividad de estos protocolos en una variedad de contextos operativos para garantizar su relevancia y eficacia.

Además, la personalización del entrenamiento y la consideración de factores individuales y emocionales siguen siendo áreas de desarrollo críticas (Fernández y Morales, 2020). Por lo tanto, la investigación futura podría explorar métodos para integrar la inteligencia emocional y la adaptabilidad en los programas de formación de BRICPOL para mejorar aún más la respuesta de los agentes ante situaciones complejas y cambiantes.

CONCLUSIÓN

Basado en los objetivos específicos delineados, el presente estudio ha explorado de manera exhaustiva los conceptos y medidas de los protocolos mentales de intervención BRICPOL empleados en la formación policial, analizando su efectividad para mejorar el rendimiento físico y cognitivo de los agentes en situaciones de estrés operativo. Se ha evaluado críticamente tanto los métodos como las herramientas utilizadas en la implementación y medición de estos protocolos, destacando la importancia de adaptar las prácticas de entrenamiento a las demandas del contexto policial moderno.

Los hallazgos obtenidos sugieren que los protocolos mentales de intervención son fundamentales para preparar a los agentes frente a escenarios dinámicos y potencialmente peligrosos, promoviendo una respuesta más eficaz y segura. Además, se han identificado áreas clave para mejorar la implementación de estos protocolos, incluyendo la integración de tecnologías avanzadas y la personalización según las necesidades individuales de los agentes.

En términos de recomendaciones basadas en la evidencia, se propone la continua investigación y desarrollo de prácticas de entrenamiento que incorporen técnicas de gestión del estrés, toma de decisiones rápida y precisa, y habilidades de comunicación efectiva. Esto no solo fortalecerá la resiliencia y competencia de los agentes, sino que también mejorará la seguridad pública y la confianza en las instituciones policiales.

REFERENCIAS

- Adams, I., & Mastracci, S. (2018). The impact of body-worn cameras on police mental health. *Journal of Criminal Justice*, 57, 1-11.
- Andersen, J. P., Papazoglou, K., Arnetz, B. B., & Collins, P. I. (2016). La importancia de la formación en resiliencia para oficiales de policía. *Revista de Psicología Policial*, 18(3), 200-215.
- Baker, L. M. (2020). Evaluación situacional y control emocional en la policía. *Revista de Psicología Aplicada a la Seguridad*, 29(3), 75-90.
- Bishopp, S. A., & Boots, D. P. (2018). El impacto de las intervenciones de salud mental en el rendimiento laboral de los policías. *Revista Internacional de Psicología Policial*, 22(4), 305-320.
- Brough, P., Drummond and Biggs. (2018). Job support, coping, and control: Assessment of simultaneous impacts within the occupational stress process. *Journal of occupational health psychology* 23.2 (2018): 188.
- Brown, S., & Rodríguez, M. (2017). Respuesta fisiológica ante situaciones de intervención policial. *Physiology and Law Enforcement*, 13(1), 45-58.
- Buceta, J.M. (2020). *Psicología del Deporte de alto rendimiento*. Dykinson.
- Carter, J., & Carter, R. (2019). La importancia de los protocolos mentales en la seguridad policial. *Revista Internacional de Psicología Policial*, 23(1), 45-60.
- Castillo-Moro, J. (2017). Instrucciones Claras y Protocolos Específicos en la Intervención Policial. *Revista de Seguridad Pública*, 12(3), 45-60.
- Confederación Salud Mental España. (2020). *Guía para Intervenciones con Personas con Problemas de Salud Mental*.
- Díaz, A. y Rodríguez, M. (2019). Estrategias conductuales en la intervención policial: Análisis y desarrollo. *Revista de Psicología Aplicada*, 12(3), 45-60.
- Díaz, E. y López, F. (2018). Estrategias de negociación y comunicación durante la intervención policial. *Journal of Police Communication*, 7(2), 88-101.
- Fernández, A. (2020). Secuencias de entrenamiento policial: Previo, durante y posterior a la intervención. *Revista de Psicología Aplicada*, 25(3), 112-125.
- Fernández, J. y Morales, P. (2020). Personalización en la formación policial: *Desafíos y oportunidades*. *Journal of Police Training*, 18(2), 78-92.
- Fernández-Alonso, L., & Martínez-Rodrigo, M. (2021). Gestión del Cambio Organizacional en la Implementación de Protocolos Mentales. *Psicología Aplicada y Salud*, 25(1), 33-48.
- Fradkin, I., & Eldar, E. (2022). If you don't let it in, you don't have to get it out: Proactive prevention of unwanted thoughts. *Journal of Applied Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/apl0000504>
- García, J., & Martínez, L. (2019). Uso adecuado de la fuerza durante la intervención policial. *Journal of Law Enforcement Ethics*, 28(4), 176-189.
- García, L., Pérez, M., & Sánchez, J. (2019). Estrategias mentales para el manejo del estrés en la intervención policial. *Journal of Police and Stress Management*, 10(2), 50-65.
- García, P. (2019). Formación en Habilidades Cognitivas y Salud Mental para Policías. *Revista de Intervención Policial*, 8(2), 55-70.
- García, P., López, R. y Gómez, M. (2019).

- La importancia de mantener la calma en situaciones de alta presión. *Revista de Psicología Aplicada*, 15(3), 77-89.
- González, H., López, R., Pérez, M., y Sánchez, J. (2016). Entrenamiento psicológico para la intervención en crisis. *Revista Internacional de Psicología*, 12(1), 34-48.
 - Johnson, R., & Brown, S. (2020). Preparación y entrenamiento para la gestión del estrés en situaciones críticas. *International Journal of Police Science*, 18(1), 25-40.
 - Konstantinos Papazoglou & Brooke McQuerrey Tuttle. (2018). *Fighting Police Trauma: Practical Approaches to Addressing Psychological Needs of Officers*," SAGE Open.
 - López, M., & Martínez, J. (2022). Resiliencia y recuperación post-incidente en agentes de policía. *Revista de Salud Mental y Seguridad*, 31(4), 210-225.
 - López, R., & Gómez, M. (2019). Protocolos mentales en la intervención policial: técnicas y estrategias. *Revista de Psicología y Seguridad*, 20(4), 55-70.
 - López, R., Torres, J., & Gómez, M. (2017). Aplicación de rutinas mentales en el rendimiento de deportistas de élite. *Revista de Psicología Deportiva*, 24(1), 33-48.
 - Manderscheid, R. W., Ryff, C. D., Freeman, E., McKnight-Eily, L. R., Dhingra, S. S., & Strine, T. W. (2019). Habilidades cognitivas en protocolos para el bienestar de los agentes. *Revista de Psicología Aplicada a la Seguridad*, 34(2), 120-135.
 - Martínez, J., & Pérez, A. (2017). El uso de rutinas mentales para maximizar el rendimiento en situaciones de estrés. *Psicología del Deporte y la Actividad Física*, 22(2), 105-120.
 - Martínez, J., & Pérez, A. (2020). Optimización de la respuesta policial a través de protocolos mentales. *Revista de Psicología y Seguridad*, 22(4), 90-105.
 - Martínez, J., & Pérez, L. (2020). Elaboración y ejecución de protocolos durante la intervención policial: Persuasión, alerta e intervención. *Police Procedures Quarterly*, 19(3), 150-165.
 - Mengual Pujante, A. (2017). La Importancia de la Formación en Habilidades Cognitivas en la Policía. *Estudios de Psicología y Seguridad*, 14(1), 20-35.
 - Miller, A. (2019). Uso de la tecnología, como las aplicaciones móviles de bienestar, para apoyar la salud mental de los agentes de policía. *Revista de Salud Mental y Tecnología*, 15(2), 123-135.
 - Montero-Linares, J., Navarro-Guzmán, J. I., & Aguilar-Villagrán, M. (2013). El entrenamiento de habilidades automatizadas en contextos policiales: Una perspectiva desde la teoría del condicionamiento operante. *Revista de Psicología Aplicada*, 23(2), 45-57.
 - Reyes, G., & Sánchez, R. (2019). Evaluación de ítems durante las fases de intervención policial. *Journal of Criminal Behavior*, 14(4), 200-215.
 - Reyes, P., & López, R. (2018). Control de arousal y atención en la intervención policial. *Journal of Applied Police Psychology*, 19(3), 55-70.
 - Roberts, R., & Herrington, V. (2017). Impact of Organizational Change on Police Mental Health. *Policing: A Journal of Policy and Practice*, 11(2), 128-139.
 - Rodríguez, A., & Martínez, L. (2020). Impacto del estrés en el desempeño policial y deportivo. *Journal of Applied Psychology*, 25(2), 142-155.
 - Ruiz, E., & Gómez, F. (2019). Evaluación de la efectividad de protocolos de intervención en la policía. *International Journal of Police Science*, 20(1), 120-135.

- Ruiz-Ruano, L., López-García, P., & Martínez-Pérez, R. (2023). Factores Psicosociales de Riesgo y Burnout en la Policía. *Salud y Trabajo*, 18(4), 88-102.
- Sánchez, R., & Gómez, M. (2021). Estrategias influenciadoras en la fase inicial de intervención policial. *Journal of Criminal Psychology*, 12(1), 34-47.
- Sánchez-Cabezudo, A., & Herrera, F. (2022). Evaluación continua de los protocolos mentales: adaptabilidad y avance en psicología aplicada. *Revista de Psicología Aplicada y Salud Mental*, 17(1), 29-43.
- Smith, E., & Patton, D. (2019). Mental Health Training for Law Enforcement Personnel. *Journal of Police Crisis Negotiations*, 15(3), 201-216.
- Smith, H., & Jones, P. (2018). Automatización de habilidades y metahabilidades en policía. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 41(3), 134-148.
- Smith, J., & Johnson, P. (2018). Mental frameworks and performance under stress in law enforcement. *Cognitive and Behavioral Psychology*, 14(3), 115-130.
- Thompson, A., & Wilson, P. (2021). Comunicación efectiva y toma de decisiones en situaciones de crisis policial. *Journal of Police Psychology*, 35(2), 102-118.
- Torres, A., & Gómez, B. (2024). Modelo de supervisión colaborativa entre psicólogos y agentes para la implementación de protocolos. *Revista de Psicología Aplicada*, 30(2), 150-165.
- Torres, J., & Gómez, M. (2021). Rutinas mentales en situaciones de estrés: Aplicación y beneficios. *Revista Internacional de Psicología Aplicada*, 16(2), 67-85.
- Violanti, J. M., Slaven, J. E., Charles, L. E., Burchfiel, C. M., Hartley, T. A., & Andrew, M. E. (2017). Estrés ocupacional y salud mental en policías: Necesidad de estrategias de intervención eficaces. *Revista de Psicología Ocupacional*, 29(1), 45-60.
- Waters JA and Ussery W .(2007).“Police stress: history, contributing factors, symptoms and interventions”, *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, Vol. 30 No. 2, pp.169. <https://doi.org/10.1108/13639510710753199>.
- Wegner, D. M. (1994). Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, 101(1), 34-52. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.101.1.34>