



Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana



Volumen 23 | Año 2026 | Publicación continua
ISSN: 0138-7103 | RNPS: 2030

Comunicación breve

**La satisfacción por compasión como mecanismo de
resiliencia entre los bomberos voluntarios peruanos**

**Compassion Satisfaction as a Mechanism of Resilience
among Peruvian Volunteer Firefighters**

Victor Bryan Cuadros Mariños¹  

¹ Universidad César Vallejo, Lima, Perú

Recibido: 15/05/2026

Aceptado: 08/08/2026

Editor: Humberto García Penedo

Resumen

Introducción: el trabajo de bombero ha sido caracterizado como una profesión estresante, exigente y peligrosa, que no cuenta en ocasiones con los recursos o remuneración necesarios, influyendo ello en la satisfacción del bombero.

Objetivo: analizar la satisfacción por compasión como mecanismo de resiliencia en los bomberos voluntarios peruanos.

Métodos: estudio exploratorio, cualitativo, desarrollado en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú. Mediante un muestreo intencional, fueron seleccionados 25 bomberos en activo, con experiencia relevante en emergencias, aplicándoseles una entrevista semiestructurada, para la recopilación de información. Se realizó un análisis temático para identificar patrones y temas. Se respetaron los principios éticos de la investigación con seres humanos según la Declaración de Helsinki.

Resultados: la satisfacción por compasión desempeñó un papel crucial como mecanismo de resiliencia entre los participantes del estudio. Los estados emocionales positivos generados al ayudar a otros, brindaron un sentido de propósito y satisfacción, que mejoró el bienestar psicológico, y la capacidad para afrontar el estrés laboral. Emergieron desafíos como la exposición reiterada a traumas y el agotamiento emocional. El apoyo entre pares se identificó como el principal mecanismo protector, que favoreció el afrontamiento, el entrenamiento, el liderazgo y la prevención del agotamiento.

Conclusiones: la satisfacción por compasión contribuyó positivamente a la resiliencia de los bomberos voluntarios peruanos debido al sentido de propósito, el orgullo y la estabilidad emocional. Las experiencias de ayuda a los demás fueron positivas para amortiguar el estrés y fomentar la motivación, la confianza y el desarrollo profesional.

Palabras clave: Adaptación Psicológica; Bomberos; Estrés Laboral; Investigación Cualitativa; Resiliencia Psicológica; Satisfacción Personal.

Abstract

Introduction: A firefighter's work has been characterized as a stressful, demanding and dangerous profession, which sometimes lacks the necessary resources or remuneration, thus influencing the firefighter's satisfaction.

Objective: Analyze compassion satisfaction as a mechanism of resilience among Peruvian volunteer firefighters.

Methods: An exploratory, qualitative study was conducted within the General Corps of Volunteer Firefighters of Perú. Using purposive sampling, 25 active firefighters with relevant emergency experience were selected and interviewed using a semi-structured format to collect data. A thematic analysis was carried out to identify patterns and themes. Ethical principles for research involving human subjects were respected in accordance with the Declaration of Helsinki.



Results: Compassion satisfaction contributed a crucial role as a resilience mechanism among the study participants. The positive emotional states generated by helping others provided a sense of purpose and satisfaction, improving psychological well-being and the ability to cope with work-related stress. Challenges like repeated exposure to trauma and emotional burnout emerged. Peer support was identified as the main protective mechanism, which helped with coping, training, leadership, and preventing burnout.

Conclusions: Compassion satisfaction contributed positively to the resilience of Peruvian volunteer firefighters due to the sense of purpose, pride, and emotional stability. Experiences of helping others were positive for buffering stress and boosting motivation, confidence, and professional development.

Keywords: psychological adaptation; firefighters; occupational stress; qualitative research; psychological resilience; personal satisfaction

Introducción

La extinción de incendios se considera una de las profesiones de alto riesgo y carga emocional, que exige a las personas trabajar en condiciones peligrosas e impredecibles. En este escenario, los bomberos, expuestos a entornos peligrosos y a trabajos físicamente exigentes y horarios irregulares;^(1,2) se encuentran sometidos a una alta carga psicológica, al estar constantemente expuestos a pérdidas de vidas y lesiones, lo que impacta emocionalmente a largo plazo en ellos. Lo indicado, conduce a que con frecuencia estos individuos presenten niveles elevados de estrés, y puedan desarrollar trastornos psicológicos como el trastorno de estrés postraumático (TEPT), la depresión y la ansiedad.^(3,4) De igual manera, la exposición acumulativa a los factores de trabajo, ocasiona una afectación en el desempeño profesional.^(5,6)

En Perú, el sistema de bomberos voluntarios se organiza en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú (CGBVP), una institución nacional de extinción de incendios, rescate, respuesta médica de emergencia y gestión de desastres, fundado en 1860. El mismo, tiene una organización jerárquica que incorpora un comando nacional y más de 200 estaciones de bomberos locales, y depende prácticamente de voluntarios no remunerados, llamados bomberos voluntarios, que trabajan sin compensación y logran compaginar su trabajo o estudios con la lucha contra incendios.^(7,8)

Los voluntarios reciben capacitación organizada en extinción de incendios, manejo de materiales peligrosos, técnicas de rescate y primeros auxilios básicos, pero debido a los bajos recursos financieros, el equipo y los recursos modernos a menudo no están disponibles.⁽⁹⁾ A pesar de ello, el mérito social y cultural de los bomberos voluntarios en Perú está firmemente arraigado, sobre todo si se tiene en cuenta su solidaridad, sacrificio y responsabilidad cívica, a pesar de las dificultades.



En este contexto, sale a la luz un tema emergente, su satisfacción por compasión. La misma se refiere a la satisfacción emocional y el placer que experimentan las personas al ayudar a los demás, especialmente en el ámbito del cuidado y las emergencias.⁽¹⁰⁾ La misma es una manifestación de logro, propósito y conexión con la consecución de un cambio significativo en la vida de los demás ⁽¹¹⁾ y es sumamente aplicable a los bomberos voluntarios peruanos, quienes frecuentemente les proporcionan motivación intrínseca y satisfacción emocional a pesar de las duras condiciones de trabajo y la limitación de recursos.

La satisfacción por compasión es un proceso de resiliencia esencial a través del cual los voluntarios peruanos pueden lidiar con el estrés, experimentar estabilidad emocional y dedicarse al servicio. A ello se suma, que promueve la salud mental a largo plazo y disminuye las posibilidades de agotamiento al promover emociones positivas y sentido de propósito, lo que representa un área de interés importante al analizar la resiliencia entre este grupo.⁽¹²⁾

El concepto de resiliencia entre los socorristas significa que estas personas, incluidos los bomberos, logran cambiar eficazmente y estar psicológicamente bien, a pesar de la exposición a situaciones estresantes y traumáticas. ^(13,14) Para los bomberos voluntarios peruanos, la resiliencia es especialmente crucial debido a la naturaleza de su trabajo (no remunerado, y con una marcada falta de apoyo organizacional). Ello permite a los bomberos voluntarios peruanos perseverar en su labor y mantener la estabilidad psicológica incluso en momentos de dificultad.

A pesar de la investigación existente, existen algunas lagunas en la literatura que son cruciales para comprender el bienestar psicológico de los bomberos peruanos. En relación a ello, se puede observar como en la búsqueda en las bases de datos Dialnet y Scielo no se identificaron estudios cualitativos previos que contextualizaran la experiencia vivida, los sentimientos y la autoevaluación de los bomberos, especialmente en lo que respecta a las entrevistas. Al tener en cuenta lo indicado, se realiza la presente investigación, la cual tuvo como objetivo analizar la satisfacción por compasión como mecanismo de resiliencia en los bomberos voluntarios peruanos.

Métodos

Diseño de la investigación y muestreo

Se llevó a cabo un estudio cualitativo exploratorio con análisis temático, en la ciudad de Lima, durante 2025. Para ello, se cumplió con lo establecido en la guía de reporte para investigación cualitativa COREQ (*Consolidated Criteria for Reporting Qualitative Research*). De un universo constituido por 3742 bomberos, mediante un muestreo intencional, se tuvo una muestra de 25 participantes, la cual quedó fijada por saturación, de acuerdo a la naturaleza cualitativa del estudio.



Para reclutar participantes, el investigador contactó a todas las estaciones de bomberos y coordinadores departamentales del CGBVP, para obtener autorización para contactar a sus voluntarios. Para la selección de los participantes se tuvo en cuenta los criterios de inclusión (bomberos voluntarios activos que prestan servicio en el CGBVP, con un mínimo de tres años de servicio, participación directa en operaciones de respuesta a emergencias [extinción de incendios, misiones de rescate o respuesta a accidentes], experiencia en la respuesta a al menos un incidente crítico o traumático [desastres, lesiones, fallecimientos], capacidad para comunicar experiencias con claridad, y disposición a participar voluntariamente en el estudio y otorgar consentimiento informado) y exclusión (personas que desempeñan únicamente funciones administrativas, de apoyo o no operativas, sin experiencia de campo; y personas que actualmente experimentan angustia psicológica grave que puede empeorar con la participación).

La presencia de angustia psicológica se evaluó por medio del cuestionario GHQ-12. El mismo ha sido validado con anterioridad en Perú, con una adecuada fiabilidad (α Cronbach = 0,85), así como índices de valores de ajuste (CFI= 0,949; SRMR=0,032 y RMSEA= 0,059).⁽¹⁵⁾ El mismo fue administrado y evaluado con un rango de 0 a 12 puntos. Se estableció como punto de corte una evaluación igual o superior a tres puntos, se excluyeron los participantes que alcanzaron dicho umbral, para garantizar su seguridad y bienestar durante el estudio, además de evitar sesgos dentro del estudio.

Método de recopilación y análisis de datos

La recolección de datos se llevó a cabo durante marzo de 2025, mediante entrevistas semiestructuradas en profundidad (Anexo 1), como herramienta de recolección de datos. Además de las variables edad, sexo, experiencia laboral; según la naturaleza del estudio se evaluó la satisfacción por compasión, para ello, el investigador, experto en entrevistas cualitativas, realizó las entrevistas en línea, mediante la plataforma Zoom. Las mismas tuvieron una duración media de 32,4 minutos (Desviación estándar: 4,5 minutos), procediéndose a su grabación en audio, para que se utilicen como registro fidedigno. Para la gestión y análisis de la información cualitativa se utilizó el software ATLAS.ti. Se organizaron los fragmentos narrativos grabados, creándose códigos, y estableciéndose redes semánticas, al tomar en cuenta los argumentos expresados, y la transcripción textual, con especial cuidado en mantener la integridad de los discursos. Los datos recurrentes se codificaron como categorías de investigación, y convertidos en unidades de análisis.

El principio de saturación de datos fue aplicado de manera procedimental durante la recolección de información. La evaluación comenzó a partir de la décima entrevista y se realizó de forma continua después de cada nueva incorporación. Se consideró que la saturación se alcanzaba cuando en al menos tres entrevistas consecutivas no emergieron

códigos ni categorías nuevas. Este procedimiento aseguró que el número final de participantes respondiese a la exhaustividad del análisis y no únicamente a criterios predeterminados de muestreo, lo que fortaleció la credibilidad y la consistencia de los hallazgos.

Como estrategia para el aseguramiento del rigor metodológico del estudio cualitativo, para garantizar la confiabilidad de los hallazgos se recurrió a la verificación por los participantes (*member checking*), y compartidas las interpretaciones preliminares con un grupo de participantes para verificar la fidelidad de las categorías emergentes. Ello permitió confirmar que las narrativas recogidas reflejaban de manera auténtica sus experiencias, y fortaleció la credibilidad del estudio. De igual manera se aplicó la estrategia de triangulación teórica, para contrastar los resultados con marcos conceptuales y estudios previos, lo que permitió fortalecer la consistencia y la validez de las interpretaciones.

Se destaca como durante la realización del estudio se documentó el proceso de saturación teórica, e indicó cómo se alcanzó el punto en que la incorporación de nuevos datos no aportaba categorías adicionales; y se llevó a cabo una descripción densa (*thick description*), donde se detallaron los contextos, las condiciones y las narrativas de las participantes, para que el lector comprenda la complejidad del fenómeno estudiado.

Consideraciones éticas

Para la ejecución del estudio se tomó en consideración los aspectos reflejados en la declaración de Helsinki, sobre investigaciones en humanos, cumpliéndose las Pautas CIOMS-OMS 2016 y la Declaración Universal sobre Bioética y Derechos Humanos de la UNESCO para las investigaciones en humanos. El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de Universidad César Vallejo, con número de aprobación 0032, de fecha 03/02/2025; se informó, además, todos los participantes quienes dieron su consentimiento, una vez conocida la naturaleza del estudio y los procedimientos, garantizándose su confidencialidad y anonimato.

Resultados

Caracterización de la muestra

El número de participantes se basó en el principio de saturación de datos, donde no surgieron nuevos temas, patrones o percepciones a través de entrevistas adicionales. La saturación de datos se evaluó mediante el análisis de los datos recopilados. Entre los participantes se tuvo una media de 33,2 años de edad (desviación estándar: 6,1); 7,4 años de experiencia laboral (desviación estándar: 4,4), y el 64,0 % del sexo masculino.



Satisfacción por compasión como mecanismo de resiliencia

Se aprecia en la tabla 1, el marco temático originado con la aplicación de las entrevistas. Sobresalen las tres unidades de análisis originadas (impacto de la satisfacción por compasión en la resiliencia; desafíos que afectan la satisfacción por compasión; mecanismos que mejoran la satisfacción por compasión), con sus respectivos códigos, subcódigos y palabras claves, resultantes todos de los datos recurrentes.

Tabla 1. Marco temático desarrollado a partir de las entrevistas

Tema	Códigos	Subcódigos	Palabras clave
Impacto de la satisfacción por compasión en la resiliencia	Satisfacción emocional	Sentido de propósito, orgullo por el servicio, significado personal	Realización, propósito, orgullo, significado, vocación
	Fortaleza psicológica	Amortiguación del estrés, regulación emocional, optimismo	Afrontamiento, estabilidad, control emocional, positividad
	Desarrollo profesional	Desarrollo de habilidades, fomento de la confianza, motivación	Competencia, dominio, crecimiento, autoeficacia
	Prevención del agotamiento	Menor fatiga, compromiso sostenido	Resistencia, energía, persistencia, retención
Desafíos que afectan la satisfacción por compasión	Exposición a traumas	Emergencias repetidas, encuentros con la muerte, incidentes críticos	Trauma, angustia, duelo, crisis
	Agotamiento emocional	Fatiga por compasión, agobio	Agotamiento, fatiga, extenuación, estrés
	Restricciones organizativas	Falta de recursos, capacitación inadecuada, carga de trabajo	Escasez, presión, ineficiencia, sobrecarga
	Desequilibrio entre la vida laboral y personal	Conflictos de tiempo, tensión familiar	Desequilibrio, sacrificio, conflicto, estrés
Mecanismos que mejoran la satisfacción por compasión	Sistemas de apoyo entre pares	Cohesión de equipo, experiencias compartidas	Camaradería, solidaridad, trabajo en equipo, unión
	Estrategias personales de afrontamiento	Atención plena, espiritualidad, distanciamiento emocional	Afrontamiento, reflexión, fe, resiliencia
	Entrenamiento y preparación	Entrenamiento de habilidades, preparación psicológica	Preparación, disposición, competencia
	Liderazgo y reconocimiento	Liderazgo de apoyo, reconocimiento	Liderazgo, aliento, reconocimiento

Fuente: elaboración propia

Unidad de análisis: impacto de la satisfacción por compasión en la resiliencia

El tema ilustra la efectividad de las recompensas emocionales positivas para mejorar la capacidad de los bomberos para superar el estrés de su trabajo. El sentido de propósito, orgullo y significado inherente al acto de ayudar a los demás se manifiesta en la respuesta del participante y sirve como amortiguador del agotamiento emocional. Esto conduce a una implicación proactiva de estos hallazgos, a través de ayudar a los demás como un amortiguador psicológico para proporcionar resiliencia y operaciones continuas dentro de ocupaciones de alto riesgo como la extinción de incendios. Como afirma R1 que: *“Cada vez que ayudo a alguien, especialmente en situaciones críticas, aunque sea agotador, saber que he marcado la diferencia me llena de orgullo y sentido. Me recuerda por qué elegí ser bombero”*.

La respuesta de los participantes pone de relieve el aspecto de las emociones positivas para amortiguar el estrés y crear estabilidad emocional. De manera similar, R4 mencionó que: *“Durante el cumplimiento de mi deber como bombero (...), sin duda hay momentos de estrés; pero ayudar a la gente de alguna manera compensa ese estrés. Me mantiene emocionalmente estable. Intento mantenerme positivo y centrarme en las vidas que estamos salvando”*.

Debe comprenderse que la respuesta de los participantes se centra en el entrenamiento de habilidades y en el fomento de la confianza, donde la experiencia ante un número creciente de emergencias incrementa la competencia y la autoeficacia. Ello refuerza la noción de que la satisfacción por compasión es un factor importante para promover la estabilidad emocional, el desarrollo profesional y la resiliencia general en los bomberos. Al respecto, R7 destacó que: *“Con el tiempo, he adquirido más confianza para afrontar emergencias. Cada experiencia me enseña algo nuevo. Ayudar a los demás me impulsa a mejorar mis habilidades, y ese crecimiento me motiva a seguir adelante. Considero que ser bombero es una parte muy importante en mi vida.”*

La exposición constante a emergencias ofrece aprendizaje experiencial, que ayuda a las personas a alcanzar competencia, confianza y autoeficacia. Cuanto más competentes se vuelven los bomberos en el manejo de situaciones de alto estrés, más se desarrolla una identidad profesional mejorada y se fortalece la sensación de dominio. En relación a ello, R21 discutió que: *“Cada emergencia me enseña algo nuevo, ya sea un incendio, un rescate, u otra situación donde pueda ser de ayuda. Con el tiempo, he adquirido competencia para manejar situaciones críticas y he fortalecido mi confianza en mis habilidades como bombero.”*

La perspectiva enfatiza el impacto revitalizador de la satisfacción por compasión para reducir la tensión emocional y mantener el compromiso. Por muy desafiante que pueda ser física y mentalmente, la motivación intrínseca de ayudar a las personas es un fuerte incentivo para la

lucha contra incendios. Esta satisfacción supera el agotamiento y mejora la resistencia emocional, lo que permite a los bomberos comprometerse independientemente de los desafíos que enfrenten. En correspondencia con ello, R25 respondió que: *“Aunque el trabajo como bombero puede ser sumamente agotador, la satisfacción que siento al ayudar a los demás me da energía. Cada vez que veo el rostro de alguien que estaba bajo escombros o en medio de un incendio, y noto que gracias a mi ayuda puede permanecer con vida, se reduce el cansancio emocional y ello me mantiene motivado.”*

A través de los esfuerzos regulares de rescate de los que sufren, los bomberos tienen un mayor sentimiento de orgullo, misión y realización personal. Estas buenas experiencias ayudan a las personas a ser emocionalmente resilientes, optimistas y seguras de sí mismas; son capaces de soportar la adversidad. Detalla en relación a ello R16 que: *“Ayudar a los demás no solo me llena de orgullo, sino que también fortalece mi autoestima. Con los años me he vuelto más optimista y seguro de mí mismo”*.

Unidad de análisis: desafíos que afectan la satisfacción por compasión

Los miembros entrevistados detallan que estar expuesto repetidamente a incidentes traumáticos afecta el bienestar emocional y la intensidad del impacto beneficioso de ayudar a las personas. Estas exposiciones acumulativas pueden perjudicar la satisfacción por compasión, ya que exponen a las personas a la fatiga por compasión y al estrés. Al respecto, R2 detalla que: *“Como bombero, he visto muchas situaciones difíciles, accidentes, lesiones e incluso muertes. A veces esos momentos te marcan. No es fácil olvidarlos y, con el tiempo, pueden afectar mucho a tu estado emocional.”*

La carga emocional que soportan los bomberos es variable. La reacción inicial es la diferencia en la forma en que la experiencia de accidentes, lesiones y muerte puede crear un efecto psicológico duradero, que se suma a la angustia emocional y los recuerdos intrusivos. En correspondencia con ello, R8 mencionó que: *“Ser bombero puede ser emocionalmente agotador. Lidar constantemente con emergencias y personas en apuros puede provocar agotamiento si no se encuentran maneras de sobrellevarlo.”*

Las limitaciones organizativas, así como el desequilibrio entre la vida laboral y personal, tienen un impacto significativo en el bienestar y la satisfacción laboral de los bomberos. La frustración se manifiesta ante la falta de recursos y de apoyo institucional adecuado, lo que puede obstaculizar su desempeño eficaz y aumentar su nivel de estrés. Al respecto, R10 afirmó que: *“A veces no contamos con el equipo ni el apoyo necesarios, y eso genera presión. Puede ser frustrante porque uno quiere dar lo mejor de sí, pero el sistema no siempre lo respalda por completo.”* La perspectiva destaca el impacto de las limitaciones organizacionales en la satisfacción por compasión y la eficacia profesional. Esto conduce a la frustración y el estrés emocional, lo que puede causar insatisfacción y disminución de la

fuerza en el trabajo, así como tensión emocional cuando las personas no se sienten respaldadas por su organización. En este sentido, R17 mencionó que: *“Como bombero, la falta de apoyo y el aumento de la carga de trabajo generan presión, lo que dificulta rendir al máximo durante emergencias de alto riesgo.”*

Los compromisos familiares y las relaciones sociales a menudo se ven afectados por la aleatoriedad del trabajo de extinción de incendios, ya que los bomberos son llamados a horas intempestivas y en caso de emergencias. Esta situación genera un conflicto entre la vida laboral y personal de participantes, lo que puede conducir a una baja motivación y satisfacción laboral y, por lo tanto, afectar la satisfacción por compasión y la resiliencia. Como resalta R19: *“Compaginar mis obligaciones como bombero con mi familia, las emergencias impredecibles y las largas jornadas laborales generan conflictos que tensan las relaciones y afectan mi bienestar general.”* De igual manera, R6 refiere que: *“Mantener la vida laboral y familiar con la vida de bombero es difícil. El tiempo que requiere y las emergencias impredecibles a menudo restan tiempo a la vida familiar y personal”.*

Unidad de análisis: mecanismos que mejoran la satisfacción por compasión

Se identificó en el estudio la importancia de los sistemas de apoyo entre pares como esenciales para reforzar el bienestar emocional de los bomberos. Al respecto, R12 comentó que: *“El apoyo de mi equipo lo es todo. Afrontamos juntos las situaciones difíciles, y eso crea un vínculo muy fuerte. Saber que mis compañeros bomberos me entienden me mantiene motivado.”*

Las respuestas dadas por los entrevistados subrayan la relevancia de las habilidades de afrontamiento personales y la preparación en el entrenamiento como una técnica destacada que mejora la satisfacción por compasión y la resiliencia entre los bomberos. Al respecto, la aplicación de estrategias de afrontamiento, ayudan a resolver el estrés y a lograr un equilibrio emocional. Según afirma R7: *“He aprendido que necesito mis propias maneras de afrontar las cosas. A veces me tomo un tiempo para reflexionar, rezar o simplemente desconectar mentalmente. Estas estrategias me ayudan a mantener la calma y a desarrollar resiliencia con el tiempo.”*

La importancia de la capacitación y la adquisición de habilidades en el establecimiento de la confianza y la sensación de control en tiempos de emergencia, según los entrevistados fue importante. R5 enfatizó que: *“Un buen entrenamiento marca la diferencia. Cuando me siento preparado y seguro de mis habilidades, manejo mejor las situaciones. Porque sé qué hacer, y eso me da una sensación de control.”*

Sobresalió en el estudio la importancia de la naturaleza solidaria del liderazgo y el reconocimiento en la organización para promover la satisfacción por compasión entre los

bomberos. Un liderazgo de calidad genera un ambiente de trabajo positivo donde las personas sienten su importancia, respeto y se sienten impulsadas a trabajar diligentemente en sus puestos. Este tipo de entornos de apoyo mejorarán el desempeño, sin mencionar el bienestar emocional y el compromiso con el servicio a largo plazo. R20 afirmó en relación a ello que: *“El apoyo de mis superiores y su reconocimiento me motivan a rendir mejor. Sentirme valorado como bombero refuerza mi sentido de propósito y profundiza mi compromiso con el servicio.”* El argumento enfatiza el papel inspirador del reconocimiento y el apoyo del liderazgo para promover el compromiso y el orgullo entre los bomberos. R22 afirma de igual manera que: *“Cuando los líderes reconocen nuestros sacrificios, me motiva enormemente. El aprecio y el orgullo aumentan mi satisfacción y me inspiran a seguir sirviendo a mi comunidad con dedicación.”* Todos estos factores, en conjunto, crean un ambiente favorable que mejora la resiliencia, el bienestar y mantiene a los bomberos comprometidos con su trabajo.

Discusión

Esta investigación demuestra claramente que la satisfacción por compasión sirve como un importante factor de resiliencia entre los bomberos voluntarios peruanos al mejorar la estabilidad emocional, el desarrollo profesional y la capacidad de afrontamiento en condiciones de alto riesgo. Las transcripciones de los participantes indican que un sentido de propósito, orgullo y significado en el servicio a los demás puede verse como un amortiguador psicológico para el estrés relacionado con el trabajo y el agotamiento. Esto está en línea con los hallazgos de Mousa et al.,⁽¹⁶⁾ que explica que a mayor satisfacción por compasión, menor tasa de agotamiento y mejor bienestar.

Más allá de confirmar lo descrito en la literatura, los datos cualitativos permiten comprender cómo estas experiencias se viven y se resignifican en la práctica cotidiana de los voluntarios. Este resultado se interpreta desde la teoría de la resiliencia como un proceso dinámico de adaptación, donde las emociones positivas fortalecen la capacidad de afrontamiento y el desarrollo profesional. En la misma nota, Colpizzi et al.,⁽¹⁷⁾ identificaron que la satisfacción por compasión reduce la fatiga emocional en los socorristas por un margen significativo, lo que respalda su capacidad preventiva. Las respuestas para refrenar las emociones negativas sobre situaciones estresantes, expresadas por los bomberos, están en línea con la teoría de afrontamiento de Lazarus y Folkman, retomada por Bondarchuk et al.,⁽¹⁸⁾ donde la evaluación cognitiva y los procesos de construcción de significado son los componentes clave del afrontamiento del estrés.

Además, los resultados del estudio realizado por Alleaume et al.⁽¹⁹⁾ demostraron que los bomberos que registran una mayor satisfacción por compasión se caracterizan por patrones de afrontamiento superiores y síntomas traumatizantes reducidos. Los resultados también

coinciden con la noción de crecimiento postraumático según la cual la exposición a experiencias difíciles conduce a la fortaleza y resiliencia individual. Además, el artículo de Cholán Castrejón⁽⁵⁾ destacó que la satisfacción por compasión ayuda a aumentar la gratificación emocional y el contentamiento profesional al fomentar un sentimiento de logro.

La presencia de las mejoras descritas en la confianza y el desarrollo de habilidades entre los participantes confirma la teoría de la autoeficacia, donde se asocia la competencia con una mayor resiliencia.⁽²⁰⁾ Además de eso, Sousa Pinto et al.,⁽²¹⁾ encontraron que la participación emocional positiva en las actividades de ayuda mejora la adaptación psicológica en los trabajadores de emergencia.

Los resultados enfatizan que los problemas que impactan la satisfacción de la compasión influyen en la resiliencia de los bomberos. Al respecto, Ramírez,⁽²²⁾ identificó que estos son sometidos regularmente a experiencias traumáticas, con más probabilidades de desarrollar sentimientos de ansiedad y síntomas relacionados con el estrés, lo que validó las experiencias de los participantes que informaron experimentar los efectos emocionales a largo plazo. Además, los hallazgos de Roşca et al.,⁽²³⁾ determinan el burnout como consecuencia de la presión ocupacional constante.

Por su parte, Holland-Winkler et al.,⁽¹²⁾ detallan como la exposición reiterada a traumas y el agotamiento emocional en bomberos, pueden erosionar la satisfacción por compasión. En este sentido, surge una paradoja, ya que a pesar de sentir orgullo y propósito, al mismo tiempo deben cargar con recuerdos dolorosos, lo cual evidencia la complejidad del fenómeno. Además, las limitaciones organizativas y el desequilibrio vida-trabajo emergen como factores estructurales que condicionan la resiliencia.⁽¹²⁾

Según Wagner et al.,⁽²⁴⁾ todo el sufrimiento experimentado por otros puede inducir fatiga por compasión donde se experimentan empatía y agotamiento emocional. Los resultados del estudio son respaldados además por Teoh et al.,⁽²⁵⁾ quienes confirman que la exposición acumulativa al trauma en los bomberos está altamente correlacionada con el malestar psicológico y el agotamiento.

Los factores organizacionales como la escasez de recursos y la falta de apoyo también son desafiantes y se descubrió que el apoyo organizacional deficiente aumenta el estrés y disminuye la satisfacción laboral entre los socorristas. Además, el desequilibrio entre el trabajo y la vida también es un factor que contribuye a la tensión emocional, como muestran Sulistiawan et al.,⁽²⁶⁾ que hay una correlación muy fuerte entre el conflicto trabajo-familia y el agotamiento en los bomberos. En tal sentido, Thielmann et al.,⁽²⁷⁾ mostraron que la ausencia de apoyo organizacional y recursos también tuvo un gran impacto en los niveles de estrés entre el personal de emergencia y la satisfacción laboral negativa. Mientras, Dias et al.,⁽²⁸⁾

indicaron que el bienestar de los bomberos está estrechamente correlacionado con el agotamiento y el agotamiento emocional.

Los resultados de esta investigación proponen que la resiliencia de los bomberos se basa en el efecto de los mecanismos de satisfacción por compasión. El apoyo entre pares se reveló como uno de los elementos protectores más prominentes, ya que la seguridad emocional, la motivación y el elevado sentido de pertenencia se formaron a través de experiencias compartidas y espíritu de equipo. Dicho apoyo, obtenido al trabajar de cerca con otros que atraviesan los mismos problemas, permite manejar el estrés y el trauma. Gabriel y Aguinis,⁽²⁹⁾ identificaron que el apoyo a la colaboración de los empleados disminuye el agotamiento y mejora la satisfacción laboral en profesiones con altos niveles de estrés. Esto está en relación con lo indicado por Donovan,⁽³⁰⁾ quien determinó que las relaciones en el lugar de trabajo tienen una menor probabilidad de agotamiento y que los bomberos que reciben mayores niveles de apoyo entre pares enfrentan menores niveles de angustia psicológica con mayor capacidad de afrontamiento.

El estudio de Tan et al.,⁽³¹⁾ también señala que las estrategias de afrontamiento como la regulación cognitiva y emocional son cruciales en el proceso de manejo del estrés y su resiliencia. Estas técnicas ayudarán a los bomberos a procesar su trauma y evitar un nivel abrumador de emociones. En este sentido, los mecanismos de afrontamiento personales como la reflexión, la oración y el distanciamiento emocional fueron reportados por los participantes como estrategias de afrontamiento ante eventos problemáticos y para mantener el equilibrio emocional. Esto da credibilidad al argumento de Joseph y Jose,⁽³²⁾ de que las opciones de regulación cognitivo-emocional juegan un papel crítico en la resiliencia en carreras estresantes y la utilidad de la estrategia de afrontamiento espiritual para fomentar el consuelo y la fortaleza interior.

Otro atributo que se encontró que marcaba la diferencia fue la capacitación y la preparación que mejoró la confianza, la autoeficacia y la sensación de control durante una crisis. Esto coincide con Blaney et al.,⁽³³⁾ que explicaron además que la preparación reduce el estrés y mejora la confianza profesional en los socorristas. Además de esto, también se encontró que el liderazgo de apoyo y el reconocimiento contribuyeron a la moral, el compromiso e incluso el valor entre los bomberos. Estos resultados coinciden con Kozjek et al.,⁽³⁴⁾ que demostraron que el liderazgo de apoyo contribuye a la resiliencia y el bienestar mental en ocupaciones con alto riesgo.

La sensación de preparación alivia la incertidumbre y el miedo y permite a los bomberos actuar de manera apropiada sin verse afectados psicológicamente. Sin embargo, Makara-Studzińska et al.,⁽³⁵⁾ determinaron que la capacitación y la preparación son contribuyentes significativos a la autoeficacia y a la disminución de los niveles de estrés entre los socorristas.

El análisis sugiere que la resiliencia se preserva no mediante las recompensas externas, sino a través de la motivación intrínseca y las relaciones interpersonales. El concepto de satisfacción por compasión se introduce como un fenómeno psicológico significativo, que puede apoyar la resiliencia. Esto lleva a que la misma, en situaciones de voluntariado pueda percibirse como relacionada con la construcción de significado, la cohesión social y el servicio como algo valioso, más que con sus beneficios organizacionales.

Limitaciones

El estudio presenta varias limitaciones que deben considerarse al interpretar sus resultados. El tamaño de la muestra limita la transferibilidad de los hallazgos a otros contextos, a ello se suma el hecho de que la entrevista desarrollada no fue piloteada antes de su aplicación ni fue sometida a validación por expertos. El uso de datos autoinformados obtenidos mediante entrevistas implica el riesgo de sesgo de respuesta, ya que los participantes podrían dar respuestas socialmente aceptables o no recordar la experiencia en el pasado. Además, las entrevistas se realizaron en línea, lo que generó diferencias en la profundidad y calidad de las respuestas, situación que puede influir en la consistencia del proceso de recopilación de datos.

Conclusiones

La satisfacción por compasión desempeña un papel crucial como mecanismo de resiliencia entre los bomberos voluntarios peruanos. Los estados emocionales positivos generados al ayudar a otros brindan un sentido de propósito, orgullo y satisfacción, lo que puede mejorar significativamente el bienestar psicológico y la capacidad para afrontar el estrés laboral. A pesar de los desafíos que enfrentan los bomberos, como la exposición a traumas, el agotamiento emocional, la falta de recursos y el desequilibrio entre la vida laboral y personal, su resiliencia se atribuye a su motivación intrínseca y su compromiso con el trabajo. Además, se han identificado los principales mecanismos que pueden utilizarse para fomentar la satisfacción por compasión y el compromiso a largo plazo.

Recomendaciones

Se recomienda que futuros estudios exploren estos fenómenos en otras poblaciones de bomberos voluntarios para evaluar la resonancia de los resultados. De igual manera, se precisa del diseño e implementación de programas de salud mental ocupacional, que refuercen los mecanismos descritos, los cuales tienen la capacidad de fomentar la satisfacción por compasión y el compromiso a largo plazo por parte de los bomberos en su actuar cotidiano.



Referencias bibliográficas

1. Cuenca-Lozano MF, Ramírez-García CO. Occupational hazards in firefighting: systematic literature review. Saf Health Work [Internet]. 2023 [citado 23/04/2026]; 14(1):1-9. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2023.01.005>
2. Martínez-Fiestas M, Rodríguez-Garzón I, Delgado-Padial A. Firefighter perception of risk: a multinational analysis. Saf Sci [Internet]. 2020 [citado 23/04/2026]; 123: e104545. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ssci.2019.104545>
3. Igboanugo S, Bigelow PL, Mielke JG. Health outcomes of psychosocial stress within firefighters: a systematic review of the research landscape. J Occup Health [Internet]. 2021 [citado 23/04/2026]; 63(1): e12219. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/1348-9585.12219>
4. Oliveira J, Aires Dias J, Duarte IC, Caldeira S, Reis Marques A, Rodrigues V, et al. Mental health and post-traumatic stress disorder in firefighters: an integrated analysis from an action research study. Front Psychol [Internet]. 2023 [citado 23/04/2026]; 14:1259388. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1259388>
5. Cholán Castrejón LR, Salazar Bastos YY, Conde Rodríguez IA. Emotional sensitivity and work performance in Lima firefighters. Brain Behav [Internet]. 2025 [citado 23/04/2026]; 15(10): e70926. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/brb3.70926>
6. Igboanugo S, Mielke J. The allostatic load model: a framework to understand the cumulative multi-system impact of work-related psychosocial stress exposure among firefighters. Health Psychol Behav Med [Internet]. 2023 [citado 23/04/2026]; 11(1):2255026. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/21642850.2023.2255026>
7. León Casas IS. Centro de instrucción y campo de entrenamiento para el cuerpo general de bomberos voluntarios del Perú en Santa Rosa [Tesis de grado]. Lima: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2024 [citado 23/04/2026]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10757/674093>
8. Yépez Schwartz S. Los bomberos como ciudadanos dentro de la sociedad civil entre 1866 y 1881: el caso de la Compañía Nacional de Bomberos Lima 4. ISHRA [Internet]. 2023 [citado 23/04/2026]; 11: 25-43. Disponible en: <https://doi.org/10.15381/ishra.n11.27120>



9. Talaverano Ojeda KV, Sánchez Trujillo MDA. Human capacity strengthening for firefighters: a scoping review. *Multidiscip Rev* [Internet]. 2025 [citado 23/04/2026]; 9(1): e2026028. Disponible en: <https://doi.org/10.31893/multirev.2026028>
10. Yu H, Qiao A, Gui L. Predictors of compassion fatigue, burnout, and compassion satisfaction among emergency nurses: a cross-sectional survey. *Int Emerg Nurs* [Internet]. 2021 [citado 23/04/2026]; 55:100961. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ienj.2020.100961>
11. Kovach KM. Humor as a predictor of life satisfaction and burnout among firefighters [Tesis Doctoral]. Minneapolis: Walden University; 2025 [citado 23/04/2026]. Disponible en: <https://scholarworks.waldenu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=21229&context=dissertations>
12. Holland-Winkler AM, Hamil BK, Greene DR, Kohler AA. Strategies to improve physiological and psychological components of resiliency in firefighters. *Physiologia* [Internet]. 2023 [citado 23/04/2026]; 3(4):611-626. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/physiologia3040045>
13. Heydari A, Ostadtaghizadeh A, Ardalan A, Ebadi A, Mohammadfam I, Khorasani-Zavareh D. Exploring the criteria and factors affecting firefighters' resilience: a qualitative study. *Chin J Traumatol* [Internet]. 2022 [citado 23/04/2026]; 25(2):107-114. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.cjtee.2021.06.001>
14. Torres VA, Gulliver SB. Firefighters: an occupational case study of resilience. En: Schulenberg SE, editor. *Positive psychological approaches to disaster*. Cham: Springer,. 2020, p. 99-114 [citado 23/04/2026]. Disponible en: https://doi.org/10.1007/978-3-030-32007-2_7
15. Gelaye B, Tadesse MG, Lohsoonthorn V, Lertmeharit S, Pensuksan WC, Sanchez SE, et al. Psychometric properties and factor structure of the General Health Questionnaire as a screening tool for anxiety and depressive symptoms in a multi-national study of young adults. *J Affect Disord* [Internet]. 2015 Nov [citado 23/04/2026]; 187:197-202. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.08.045>
16. Mousa M, Eid M, Arslan A. Compassion in the line of fire: Lebanese firefighters' experiences of satisfaction and fatigue. *Int J Hum Resour Manag* [Internet]. 2026 [citado 23/04/2026]; 1-30. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/09585192.2026.2647863>



17. Colpizzi I, Berti C, Sica C, Alfei V, Caudek C. Individual differences in risk and protective factors: the role of self-compassion components among emergency responders. Behav Sci (Basel) [Internet]. 2024 [citado 23/04/2026]; 14(3):178. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/bs14030178>
18. Bondarchuk O, Balakhtar V, Pinchuk N, Pustovalov I, Pavlenok K. Coping with stressful situations using coping strategies and their impact on mental health. Multidiscip Rev [Internet]. 2024 [citado 23/04/2026]; 7: e2024spe034. Disponible en: <https://doi.org/10.31893/multirev.2024spe034>
19. Alleaume B, Fouques D, Castillo MC, Goutaudier N. Direct and indirect traumatization in first responders: an exploratory qualitative study with firefighters and humanitarian workers. Eur J Trauma Dissociation [Internet]. 2025 [citado 23/04/2026]; 9(2): 100521. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2025.100521>
20. Wille E, Opheim HMS, Princeton DM, Kisa S, Hjerpaasen KJ. Building resilience and competence in bachelor nursing students: a narrative review based on Social Cognitive Theory. Nurs Rep [Internet]. 2025 [citado 23/04/2026]; 15(7):253. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/nursrep15070253>
21. Sousa Pinto AL, Santos de Carvalho CM, de Sousa Oliveira SA, Sousa Fernandes AK. The role of emotional labor in occupational identity and work engagement among Portuguese firefighters: implications for crisis management. Glob Health J [Internet]. 2025 [citado 23/04/2026]; 9(4): 337-343. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.glohj.2025.12.005>
22. Ramirez K. A phenomenological study exploring the impact of spousal support on post-traumatic stress disorder (PTSD) in South Florida firefighters [Tesis Doctoral]. Palm Beach: Liberty University; 2023 [citado 23/04/2026]. Disponible en: <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=7383&context=doctoral>
23. Roşca AC, Mateizer A, Dan CI, Demerouti E. Job demands and exhaustion in firefighters: the moderating role of work meaning. A cross-sectional study. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2021 [citado 23/04/2026]; 18(18):9819. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph18189819>
24. Wagner SL, Pasca R, Regehr R. Firefighters and empathy: Is caring detrimental? J Loss Trauma [Internet]. 2019 [citado 23/04/2026]; 24 (3): 238-250. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1525035>

25. Teoh KRH, Lima E, Vasconcelos A, Nascimento E, Cox T. Trauma and work factors as predictors of firefighters' psychiatric distress. *Occup Med (Lond)* [Internet]. 2019 [citado 23/04/2026]; 69(8-9):598-603. Disponible en: <https://doi.org/10.1093/occmed/kqz168>
26. Sulistiawan J, Moslehpour M, Lin PK. Linking passion for work and emotional exhaustion in Indonesian firefighters: the role of work-family conflict. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022 [citado 23/04/2026]; 19(22):14629. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph192214629>
27. Thielmann B, Schnell J, Böckelmann I, Schumann H. Analysis of work related factors, behavior, well-being outcome, and job satisfaction of workers of emergency medical service: a systematic review. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022 [citado 23/04/2026]; 19(11):6660. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph19116660>
28. Dias PC, Oliveira ÍM, Rodrigues A, Peixoto R. Burnout: Personal and work-related factors in volunteer and professional firefighters. *Int J Organ Anal* [Internet]. 2023 [citado 23/04/2026]; 31 (8): 17-34. Disponible en: <https://doi.org/10.1108/IJOA-05-2022-3278>
29. Gabriel KP, Aguinis H. How to prevent and combat employee burnout and create healthier workplaces during crises and beyond. *Bus Horiz* [Internet]. 2022 [citado 23/04/2026]; 65 (2): 183-192. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2021.02.037>
30. Donovan N. Peer support facilitates post-traumatic growth in first responders: a literature review. *Trauma* [Internet]. 2022 [citado 23/04/2026]; 24(4): 277-285. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/14604086221079441>
31. Tan L, Deady M, Bryant RA, Harvey SB. Adaptive and maladaptive cognitive-emotional strategies associated with PTSD in first responders: a cross-sectional study. *J Occup Environ Med* [Internet]. 2023 [citado 23/04/2026]; 65(6): e372-e377. Disponible en: <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000002829>
32. Joseph A, Jose TP. Exploring the association between metacognition, personality traits and dispositional resilience among firefighters: a pilot study. *Work* [Internet]. 2026 [citado 23/04/2026]; 83(3):725-732. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/10519815251383906>
33. Blaney LM, Wilde D, Hill R. Transcending adversity: resilience in volunteer firefighters. *Int J Emerg Serv* [Internet]. 2021 [citado 23/04/2026]; 10(2): 161-176. Disponible en: <https://doi.org/10.1108/IJES-10-2019-0055>
34. Kozjek T, Zorec Klemenčič U, Umek L. Volunteer motivation in firefighting organizations: a case study of the Slovenian Firefighters Association. *Fire* [Internet]. 2025 [citado 23/04/2026]; 8 (6): 220. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/fire8060220>



35. Makara-Studzińska M, Wajda Z, Lizińczyk S. Years of service, self-efficacy, stress and burnout among Polish firefighters. Int J Occup Med Environ Health [Internet]. 2020 [citado 23/04/2026]; 33(3):283-297. Disponible en: <https://doi.org/10.13075/ijomeh.1896.01483>

CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES:

Victor Bryan Cuadros Mariños: conceptualización, metodología, investigación, curación de datos, análisis formal, redacción – borrador original, y redacción – revisión y edición. El autor aprobó la versión final del manuscrito.

FINANCIACIÓN:

Esta investigación no recibió ninguna subvención específica de agencias de financiación públicas, comerciales o sin ánimo de lucro.

CONFLICTO DE INTERESES:

No se declaran conflicto de intereses.

DECLARACIÓN SOBRE EL USO DE IA:

No se emplearon herramientas de inteligencia artificial generativa en la elaboración de este manuscrito.

DISPONIBILIDAD DE DATOS:

Los datos (transcripciones anonimizadas / libro de códigos ATLAS.ti) están disponibles a solicitud razonable del autor de la presente investigación, respetando la confidencialidad comprometida.

