



En Ángeles de Azul y Verde ayudamos para que policías y guardias civiles no se suiciden



Vanessa Oulego: En Ángeles de Azul Verde ayudamos para que policías y guardias civiles no se suiciden

@jmfrancas. Vanessa Oulego es policia nacional en activo y presidenta de Ángeles de Azul y Verde (@A_azulyverde)

JMF: ¿Qué son 'Ángeles de Azul y Verde'?

Vanessa Oulego: Es una Asociación, un grupo de Compañeros, todos Policías y Guardias Civiles unidos para ayudar a otros, somos como una especie de "apoyo social".

JMF: ¿Apoyo para?

Vanessa Oulego: Pues Ángeles llevamos ya, “funcionando” desde el año 2015, nacimos preocupados por el tema de los suicidios en la Policía y Guardia Civil, pero ahora, nos hemos convertido

en un recurso mas, un apoyo mas para todos los compañeros que tengan algún tipo de problema, de dolor emocional, o simplemente una “racha” mala y se ven, en ocasiones, desbordados y no saben muy bien a donde acudir, pues ahí es donde entramos nosotros, donde ofrecemos ese apoyo.

JMF: ¿Hay más suicidios de lo habitual?

Vanessa Oulego: Es muy duro decirlo, pero sí, los Policías y los Guardias nos suicidamos mas que la media Española.

JMF: Y, ¿cómo se explica eso?

Vanessa Oulego: Pues he leído todo lo publicado, por grandes profesionales, y al parecer es “multifactorial”, no podríamos dar un solo motivo por el cual lamentablemente los suicidios son mayores en la Policía y en la GC, turnos difíciles, problemas de pareja derivados de esos turnos, económicos, laborales, y estar lejos de casa, el “estigma”... El pensar que un Policía o un Guardía no puede estar, triste, o preocupado... La imagen del “super héroe”.

JMF: ¿No se selecciona con análisis psicológicos para detectar propensiones a esto?

Vanessa Oulego: En realidad no. Pero tampoco creo que eso sea la solución. Veras, yo hace 15 años que soy Policía, me hicieron una entrevista personal hace 15 años, de 20 minutos, los compañeros que me la hicieron supongo que no vieron nada “peculiar” en mi, pero... pensemos en todo lo que he pasado, en todo lo que he visto y vivido en estos 15 años.

JMF: ¿Tu experiencia es que estás en situaciones límite?

Vanessa Oulego: A mi no me ha afectado, o he conseguido gestionarlo de forma satisfactoria, quizá yo tenga una red social con la que hablar, o unas herramientas emocionales que me han ayudado, pero, ¿y si no? Y si no tengo a quién contarle... esas cosas van afectando, minando... ¡Y a veces no nos damos ni cuenta! Estamos en situaciones complicadas, ya no me refiero tanto a situaciones arriesgadas, si no a situaciones emocionalmente duras, que, nadie nos ayuda a gestionar.

JMF: Sin duda, ¿hay apoyo dentro de los cuerpos o hay competencia?

Vanessa Oulego: A mi me gusta creer que nos apoyamos entre nosotros, creo firmemente en el compañerismo, en ANG (Ángeles) somos 60 personas, todos voluntarios, dedicamos nuestro tiempo y conocimientos a ayudar a los demás, eso es compañerismo. Yo creo que aún existe.

JMF: ¿Sesenta repartidos por toda España?

Vanessa Oulego: Sí, en toda España, entre Guardias y Policías, y una tercera parte psicólogos. ¡Y seguimos creciendo!

JMF: ¿Poco es eso no?

Vanessa Oulego: Si, por eso, estamos en crecimiento, nos hacen falta voluntarios, compañeros que quieran ayudar a otros, a veces es un café, una charla, acompañar al médico, o un mensaje por Wats, no es mucho el tiempo y se puede ayudar muchísimo, a otro compañero que se sienta solo, o mal.

JMF: ¿Los dos cuerpos no tienen prevista la atención psicológica de sus miembros?

Vanessa Oulego: Josep, en estos 15 años, todos en la calle, solo me han hecho un reconocimiento psicológico, el de acceso al cuerpo. Me consta que la Guardia Civil tiene un Protocolo de reciente creación, y que la Policía Nacional esta estudiando la implantación de un protocolo preventivo de suicidios en la Policía, pero lo que es

“atención psicológica” no. No tenemos. Otras Policías, las Autonómicas, al pasar por una situación estresante, como fue el atentado en las Ramblas, tienen un gabinete psicológico a su disposición. Nosotros no.

JMF: Pues ya toca si los suicidios son algo frecuentes, ¿no?

Vanessa Oulego: Si, toca, y eso estamos las Asociaciones, yo creo que en la Policia ya se han dado cuenta, de que también tienen que cuidarnos “por dentro”, que somos personas y que probablemente sea más rentable “formarnos”, darnos herramientas para gestionar determinados problemas, que tenemos de baja psicológica.

JMF: ¿Qué es lo duro de la vida de una Policia?

Vanessa Oulego: ¿Lo duro? Pues a veces, estar lejos de los tuyos, ver que la “promoción” no es siempre como debería ser, supongo que la Policia es un reflejo de la Sociedad, y es probable que la en la Sociedad Española el “amiguismo” y el “apadrinamiento” aun funcionen, me temo que en la Policía eso aun pasa, también es duro el trato con la gente, hay rachas, en la que somos “ el enemigo”, pasamos de “héroes” a “Villanos” según las noticias, si hay desalojos, somos malos... si nos ahogamos intentamos salvar a un joven borracho en la playa de Riazor, héroes. Los horarios son duros, determinados servicios también, pero supongo que como en todos los trabajos, y al final, todos los que somos Policías fue por decisión propia, como decimos nosotros “sabíamos dónde nos metíamos”! ¡Y es una profesión maravillosa!

JMF: ¿Ayuda la familia o es difícil tenerla?

Vanessa Oulego: He visto compañeros destrozados porque no podían mantener las dos cosas, y compañeras hacer malabares, para compaginar la vida laboral con la profesional. Yo creo que ayuda, y que también es difícil. Estando fuera, lejos de la familia, es de valientes embarcarse en la aventura de tener hijos, cuando no hay unos “abuelos” unos “tíos” a los que recurrir. Sí, ayudan y es difícil.

JMF: ¿Peor para una mujer?

Vanessa Oulego: Pues no se si es peor, lo que se, y vuelvo al tema de que somos un reflejo de la sociedad, es que nadie juzgaría como "mal padre" a un compañero que decide ascender y dejar a sus hijos con su madre, y sin embargo, si es la madre la que decide ascender y dejar a sus hijos con su padre... la juzgan más duramente. Somos un reflejo de la sociedad, y me temo que aun los roles están muy definidos.

JMF: ¿Cómo haces para dedicar tiempo a Ángeles?

Vanessa Oulego: Pues como te decía somos 60, tenemos las tareas muy divididas, hay compañeros creativos dedicados a Redes Sociales, compañeros dedicados a la ayuda directa al compañero demandante de ayuda, así que el trabajo está muy repartido y yo, pues organizándome bien, y apuntándolo todo. Una agenda me acompaña siempre. ¡Cuestión de organizar el tiempo!

JMF: Y de tenerlo jaja.

Vanessa Oulego: ¡Sí! Eso es cierto! El que tengo, lo gestiono bien.

JMF: ¿Familia cerca?

Vanessa Oulego: Yo digamos, que he "vuelto a casa", trabajo en la ciudad donde crecí, y evidentemente eso es una ventaja, ahora mismo tengo a mi familia y amigos jugando con mi hijo. Esa ayuda, también me ayuda a "generar" tiempo.

JMF: ¿Qué dedicación tiempo dedica policía a su trabajo?

Vanessa Oulego: Pues depende de cada servicio, hay compañeros en las Unidades que estan viajando constantemente, que estan 5 días en Madrid, luego en casa dos, y se vuelven a marchar... Compañeros a turnos, trabajan 6 días seguidos. Compañeros en Grupos de Investigación que tienen el horario que tenga el "objetivo". Compañeros en labores de gestión, que hacen un horario más "común"... Hay tantos horarios como servicios.

JMF: ¿Es frecuente el cambio de horarios?

Vanessa Oulego: En Grupos de Investigación, los horarios son más flexibles, los compañeros que están en esos grupos entienden que su trabajo no se puede ceñir a un estricto de 8 a 3 o de 3 a 10... pero ahí entra tener o no un buen jefe, con previsión y buena voluntad, todo se puede arreglar. Los compañeros que están a turnos, salvo causa de fuerza mayor tienen que saber su horario. Los cambios de horario no son frecuentes, pero el horario no es el más sano posible. Trabajar 6 días seguidos, sin tener en cuenta si ese día es sábado o domingo, para librar luego 5... y no coincidir con nadie, no es sano.

JMF: Supongo que todo esto carga y pesa, ¿qué mas destacarías de perturbador?

Vanessa Oulego: La carga de trabajo, casos y casos acumulan en determinados grupos. La falta de personal, que se sigan pidiendo los mismos resultados con la mitad de personal. Al final, eso es estrés, y estar durante mucho tiempo bajo una situación estresante, es perturbador y algunos jefes... En Ángeles, recibimos casos de compañeros destrozados porque su "jefe" nunca debió llegar a serlo, no tiene las cualidades necesarias para gestionar un grupo, o simplemente no le importa en absoluto el bienestar de sus subordinados.

JMF: ¿Cómo va la batalla de los sueldos?

Vanessa Oulego: Pues, digan lo que digan... va "yendo". Esa batalla... dejó muchas "heridas" emocionales en compañeros, el dinero saca lo peor de la gente.

JMF: ¿Os sentis mal tratados?

Vanessa Oulego: La "batalla" por los sueldos como tu dices fue o está siendo un fenómeno interesante; es política pura, unos acusan a otros de no haber conseguido una equiparación en los últimos diez años, sin tener en cuenta el país en el que estábamos hace 10 años, con la prima de riesgo, los funcionarios congelados etc... he visto una división interna bestial por ese tema, ya no importa si se consigue o no la Equiparación Salarial con las Policías Autonómicas, importa QUIÉN la consiga. Yo no me siento maltratada, tengo amigos íntimos, que

pertenecen a Mossos, sí, cobran mas que yo, sí, es injusto, pero no es en absoluto la diferencia abismal que dijeron algunas asociaciones, y sí, la brecha cada vez es menor.

JMF: ¿Algún consejo para evitar suicidios?

Vanessa Oulego: ¡Hablemos! ¡Hablad! Que se hablen las cosas, que no pasa nada por estar mal, que a veces, solo hay que parar un poquito, tomar aliento y seguir. Que ante un dolor emocional, no lo tapemos, que no nos callemos las cosas... que a veces, podremos solos, pero otras veces no, que para esas veces vayamos a terapia, que los profesionales estan para eso, para guiarnos en esas situaciones. Que nos preguntemos los unos a los otros como estamos, un simple; ¿todo bien? ¿qué tal vas?... puede ser la diferencia entre ayudar a alguien o no, la diferencia entre la soledad o la compañía. Hace poco leí una frase, "estamos todos un poco rotos, tratémonos con cuidado"... pues eso Josep, seamos buenos y tratémonos con cuidado.

JMF: Gracias Vanessa, 'estamos todos un poco rotos' sin duda pero los demás pueden ser buen pegamento. Un Beso.

Vanessa Oulego: ¡Me encanta! Un beso.