

FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES Y SÍNTOMAS DEPRESIVOS EN
INTEGRANTES DE LAS FUERZAS ARMADAS DE LA CIUDAD DE POPAYÁN

JOSE ADOLFO BOTERO CARVAJAL
KAREN ANDREA MUÑOZ DELGADO
FERNANDO ALBERTO MUÑOZ SÁNCHEZ



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



POPAYAN-CAUCA
ABRIL,2023

FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES Y SÍNTOMAS DEPRESIVOS EN
INTEGRANTES DE LAS FUERZAS ARMADAS DE LA CIUDAD DE POPAYÁN

JOSE ADOLFO BOTERO CARVAJAL
KAREN ANDREA MUÑOZ DELGADO
FERNANDO ALBERTO MUÑOZ SÁNCHEZ

Trabajo de grado para obtener el título de Psicólogo (a)

Asesor (a)

ANGELA PATRICIA GIRÓN OJEDA
Psicóloga, Maestrante en educación



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



POPAYAN CAUCA
ABRIL, 2023



NOTA DE ACEPTACIÓN

La mesa de jurados del proyecto de investigación titulado FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES Y SÍNTOMAS DEPRESIVOS EN INTEGRANTES DE LAS FUERZAS ARMADAS DE LA CIUDAD DE POPAYÁN presentado por JOSE ADOLFO BOTERO CARVAJAL, KAREN ANDREA MUÑOZ DELGADO y FERNANDO ALBERTO MUÑOZ SÁNCHEZ, notifica que una vez revisado el informe final y aprobada su sustentación este trabajo cumple con los requisitos estipulados como opción de grado para la obtención del título de Psicólogo(a).

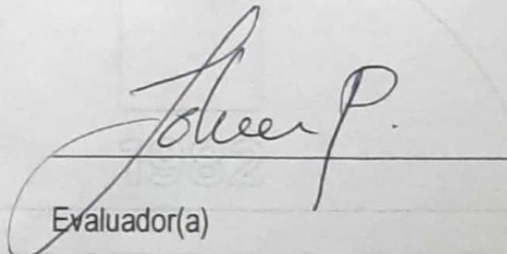
Valoración del trabajo

ACEPTABLE:

BUENO:

SOBRESALIENTE:

EXCELENTE (Distinción meritoria):


Evaluador(a)

Popayán, 10 de mayo de 2023.

Agradecimientos

*“La psicología no puede decir a la gente como debería vivir sus vidas.
Sin embargo, puede proporcionarles significado para un cambio
personal y social efectivo” (Albert Bandura)*

A la Psicóloga Angela Patricia Girón Ojeda por su acompañamiento y disposición en nuestro proceso de aprendizaje, que sin su colaboración el presente trabajo de grado no se habría podido llevar a cabo.

En primer lugar, quiero agradecer a mi familia, madre y hermanos por la compañía y el apoyo diario que me brindaron durante todo este camino, por los recuerdos maravillosos que hemos compartido juntos y que me han hecho más fuerte. Gracias a mi hermoso hijo por su compañía, por cada momento de espera y paciencia, a mi esposo por cada una de las palabras de aliento, por su compañía, porque siempre me ha prestado un gran apoyo moral.

Y sobre todo gracias a cada una de las personas que ya no están conmigo en este mundo terrenal, porque aportaron de forma significativa en mi vida, el amor, la bondad y el ejemplo de perseverancia que me acompañara para siempre.

le agradezco en primer lugar a Dios por guiarme y mantenerme en el camino para lograr mis objetivos, a mis padres y hermano porque siempre estuvieron apoyándome con todas las dificultades posibles, de igual forma a mis compañeros de trabajo de grado que aun que llegaron a existir problemas, siempre salimos a delante y hoy estamos cumpliendo un objetivo, un sueño que tenemos mutuamente, el cual es solo el peldaño para lo que se desea obtener, esperando que todos nos volvemos grandes profesionales.

Infinita gratitud a Dios, a la vida, a mi madre y a la psicología, porque permitieron un cambio enorme en mi vida, a pesar de tocar un fondo que aparentemente no tenía salida alguna, es justamente que a través de los procesos de aprendizaje, de cada esfuerzo, del amor por mis seres queridos y el amor por la profesión que encontré una salida, sanando todo lo negativo, así mismo, por permitirme conocer a todas aquellas personas que se cruzaron a lo largo de este sueño;

finalmente he descubierto que la vida es hermosa y que ser profesional es maravilloso, que solo pasa una vez y que somos afortunados de poder lograrlo y vivirlo.

Resumen

El presente trabajo de grado fue realizado, debido a que se exploró a través de páginas investigativas como: Cielo, Dialnet, Pubmed, entre otras, en las cuales se evidencia hallazgos limitados sobre investigaciones de síntomas depresivos en la población de las fuerzas armadas; justamente a partir de este punto surgió el interés investigativo sobre los factores de riesgo psicosociales y síntomas depresivos en integrantes de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán, el cual se llevó a cabo con 2 militares y 2 policías de la ciudad de Popayán. De esta forma se busca comprender cuales son las posibles situaciones que desencadenan los síntomas depresivos y factores psicosociales que pueden afectar en los entornos sociales, laborales y familiar. Metodológicamente se estructuró mediante una entrevista semi estructurada adaptada desde el DSM-V y un cuestionario de elaboración propia. Arrojando resultados de forma cualitativa, es así que algunos de los factores de riesgo psicosociales y síntomas depresivos pueden deberse al poco tiempo de descanso y las extensas jornadas laborales.

Palabras clave: Integrantes de las fuerzas armadas, factores de riesgo psicosociales, síntomas depresivos

Abstract

This degree work was carried out, because it was explored through investigative pages such as: Cielo, Dialnet, Pubmed, among others, in which limited findings on investigations of depressive symptoms in the population of the armed forces are evidenced; Precisely from this point, the investigative interest on psychosocial risk factors and depressive symptoms in members of the armed forces of the city of Popayán arose, which was carried out with 2 soldiers and 2 police officers from the city of Popayán. In this way, it seeks to understand what are the possible situations that trigger depressive symptoms and psychosocial factors that can affect social, work and family environments. Methodologically, it was structured through a semi-structured interview adapted from the DSM-V and a self-made questionnaire. Throwing results in a qualitative way, it is thus that some of the psychosocial risk factors and depressive symptoms may be due to little rest time and long working hours

Keywords: members of the armed forces, psychosocial risk factors, depressive symptoms

Índice Línea de investigación,1

Introducción,2

Planteamiento del problema,2

Antecedentes,4

Justificación,7

Contextualización,8

Objetivos,10 Objetivo

general,10

Objetivos específicos,10

Referente conceptual,10

Factores de riesgo psicosociales,11

Depresión,11

Metodología,12

Enfoque,12

Diseño,13

Técnica de recolección de datos,13

Población,14

Criterios de inclusión,14

Criterios de exclusión,14

Aspectos éticos,14

Resultados y discusión,15

Datos sociodemográficos,15
Descripción de la tabla,15
Factores de riesgo psicosociales,16

Entorno laboral,16

Entorno social y familiar,17

Síntomas de depresión,19

Conclusiones,20

Recomendaciones,21

Referencias bibliográficas,22

Anexos,27

Anexo 1,27

Anexo 2,28

Anexo 3,29

Línea de investigación

La siguiente investigación se realiza a través de la línea de investigación de desarrollo humano y social, entendiendo que la intención del proyecto es identificar aquellos factores psicosociales que inciden en la presencia de los síntomas depresivos, de modo que se apoya en esta línea permitiendo adquirir y construir nuevos conocimientos; por su puesto, desde el punto de vista de los campos temáticos, que entiende al ser humano como un individuo que se forma a raíz de sus acciones llevadas a cabo en los distintos escenarios en los cuales se desenvuelve (Fundación Universitaria de Popayán, 2019).

Cabe señalar que los campos temáticos como la violencia, la salud desde una perspectiva clínica y social se relacionan directamente con el proyecto, debido a que la población que se está investigando se encuentran en riesgo al ejercer su labor profesional, además exponen su vida e integridad física en situaciones violentas, acontecimientos difíciles en su entorno social que se relacionan con los factores psicosociales como el neuroticismo (altos niveles de angustia, preocupación, inseguridad y ansiedad), extroversión, estrés laboral causadas por amenazas físicas o psicológicas, presiones administrativas u organizacionales como también la falta de apoyo que incide en la presencia de síntomas depresivos (Allison et al, 2019), y a su vez su salud mental puede ser afectada. A partir de lo mencionado, se concluye que la psicología pretende aportar en la estabilidad mental del sujeto y al crecimiento de las capacidades del individuo (Fundación Universitaria de Popayán, 2019).

Introducción

El presente proyecto se orienta en los factores psicosociales que inciden en los síntomas depresivos en integrantes de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán, para esto se desarrolló una metodología desde el enfoque cualitativo, empleando la técnica de la entrevista estructurada y la entrevista semi estructurada, las cuales permitieron tener interacción directa con los participantes y obtener información precisa del tema que se busca abordar.

De esta manera, se espera que los resultados que arroje el proyecto sean un aporte que permita reconocer los factores psicosociales que inciden en la aparición de los síntomas depresivos como lo son: Neuroticismo (inestabilidad emocional, que se caracteriza por altos niveles de ansiedad, angustia, preocupación e inseguridad), amenazas físicas, psicológicas, lesiones intencionales y no intencionales, apoyo inadecuado de parte de los supervisores, papeleo excesivo, eventos traumáticos de combate, Perdida del apetito, del sueño, perdida del interés o placer, como estos actúan sobre la conducta de los individuos y a su vez como influye en su entorno social, laboral, personal y familiar, detectar las afectaciones que surgen a raíz de la problemática antes mencionada.

Por otro lado, se estima que los resultados de este estudio contribuyan a la psicología con información verídicamente comprobada, así mismo, las futuras investigaciones tendrán datos claro, concisos y a la mano sobre el tema en mención. Ya que autores como Jenkins et al. (2020) mencionan que son muy pocas las investigaciones existentes que respalden el tema, además de la carencia de resultados que avalen el mismo.

Planteamiento del problema

La depresión se hace presente en las personas, generando una incidencia que cada vez más se hace evidente, es así como cerca del 3,8% de la población padece este trastorno, sumado a lo anterior, a nivel mundial, el 5% los adultos se encuentran afectados, lo que corresponde aproximadamente a 280 millones de personas (OMS, 2021). De esta manera, se considera que los individuos al vivir situaciones traumáticas o estresantes pueden llegar a desencadenar síntomas de depresión, se debe tener en consideración que existen factores psicosociales y situaciones habituales que alteran al individuo afectando y distorsionando el estado de ánimo, es decir, de tener

un estado de ánimo estable, pasa de un momento a otro, a presentar un estado de ánimo bajo, que son respuestas emocionales causantes de breves problemas en la vida cotidiana.

Es importante agregar que, al ser categorizada como una enfermedad leve, moderada o grave, cuando aparecen los síntomas depresivos se van volviendo más persistentes; por ende, la depresión se determina por una tristeza recurrente y una falta de interés o placer en labores, o tareas que anteriormente eran gratificantes; de igual manera, alcanza la alteración del sueño, apetito, cansancio y falta de concentración. El trastorno llega a ser un motivo significativo de discapacidad a nivel mundial, el inicio de la enfermedad integra diferentes y complejas relaciones en los factores sociales, psicológicos y biológicos, en los que cada individuo se siente afectado (OMS, 2021).

Se comprende que, este trastorno afecta a toda la población sin importar su etnia, raza y género; de esta manera centrándose en Colombia que ha sido un país con antecedentes históricos de conflicto armado y que en la actualidad sigue padeciendo el flagelo de la violencia y la conformación de grupos armados ilegales, los cuales han sido influyentes desde el inicio de las guerras internas colombianas, como lo afirma Ballesteros et al. (2016), en el año 1965 surgió el Ejército de Liberación Nacional (ELN) y en el año 1966 nacieron de forma solemne las fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia (FARC) y finalmente en el año 1967 emergió el Ejército Popular de Liberación (EPL). A raíz del surgimiento de estos grupos, el país se convierte en un estado violento que lucha por ideales según la concepción de cada uno y en pro de la comunidad, disfrazando así el verdadero flagelo de la violencia que a través de décadas se ha ido presentando; Por lo cual, se designa por el ministerio de defensa a un grupo de personas para que vele por el bienestar público y haga respetar la normativa de la población en general, es así que una de las organizaciones que ha hecho frente a los grupos que desangran el país con actos violentos son las fuerzas armadas convirtiéndolos en “víctimas del conflicto armado colombiano” (Andrade, 2017, p.94). Por ende, pueden aparecer trastornos mentales como, la ansiedad, estrés postraumático entre otros.

Ante todo, los participantes de las fuerzas armadas son directamente afectados por la violencia, al vivir momentos trágicos dentro de su ejercicio profesional, las lesiones físicas, contusiones y pérdida de sus extremidades son un claro ejemplo de lo que pueden llegar a padecer.

Dentro de estas afectaciones, se encuentran los síntomas depresivos que llega a vivir la población antes mencionada, como lo refieren Allison et al. (2019), el personal de las fuerzas armadas tiene un alto riesgo de síntomas depresivos debido a los diferentes factores a los que están expuestos en su entorno profesional; factores que juegan un papel esencial dentro de la ejecución de sus actividades cotidianas, las cuales son sumamente complicadas como estar expuestos a lesiones intencionales y no intencionales en el trabajo, incidentes críticos como amenazas físicas, amenazas psicológicas y eventos traumáticos que pueden presenciar y vivenciar los miembros de las fuerzas armadas.

De esta manera se formula la siguiente pregunta de ¿Cuáles son factores psicosociales y los síntomas depresivos en integrantes de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán? **Antecedentes**

A partir del rastreo realizado se encontraron varios artículos, que abordan, los síntomas depresivos que se llegan a presentar en las fuerzas armadas, a través de los diferentes contextos internacionales, nacionales y locales como se describe a continuación:

Maldonado en el año 2022, plantea identificar la relación entre el nivel de depresión y el deterioro cognitivo en pacientes adultos; en este sentido, se llegó a usar una metodología cualitativa dando como resultados “la importancia de realizar actividades preventivas promocionales para su mejora de estilos de vida saludables” (Maldonado, 2022, p. 6). De esta manera, llega a la conclusión “que el deterioro cognitivo leve se asocia a las manifestaciones depresivas” (Maldonado 2022, p. 12). El artículo fue importante para la investigación porque conlleva una variable fundamental, la depresión en las fuerzas armadas.

Igualmente, la Revista Canadiense de Psiquiatría en el año 2021 publica, Curso y predictores del trastorno depresivo mayor en la encuesta de seguimiento de la salud mental de veteranos y miembros de las Fuerzas armadas canadienses, cuyos autores son Murray et al. (2021), el objetivo planteado fue “identificar los factores que determinan los Episodios Depresivos Mayores (EDM) durante un período de 16 años” (Murray et al., 2021, p. 1). Además, se llegó a usar una Encuesta de seguimiento de la salud en los miembros de la fuerza canadiense. Los resultados obtenidos fueron “Se observó un curso remitente de la depresión mayor en el 7,1 %, se observó un nuevo inicio en el 23,5 %, se observó depresión persistente/recurrente en el 9,4 % y el 60,1 %” (Murray et al., 2021, p. 4). Las recomendaciones obtenidas fueron “Las intervenciones

que mejoran el afrontamiento centrado en el problema y el apoyo social pueden proteger contra los MDE en los miembros del ejército” (Murray et al., 2021, p. 1). Los datos obtenidos son de suma importancia ya que los resultados que llega a causar esta enfermedad en los individuos, sus secuelas y como se puede llegar a generar, respecto a lo anterior el autor trae a colación importantes aportes como índices porcentuales de la salud mental en las fuerzas armadas.

Continuando con el soporte Kwon et al. (2021), menciona que, la finalidad de este estudio es indagar los factores relacionados con las mujeres militares en el Ejército de la República de Corea (Kwon et al., 2021). Para ello se implementó un estudio transversal, los resultados obtenidos “las variables sugeridas en el marco conceptual como actividad física, estrés, actitud ante la alimentación, autoeficacia y depresión” (Kwon et al., 2021, p.7). concluyendo que “Se encontró que el estrés y la depresión son factores significativos asociados con el SQM (síndrome químico múltiple).” (Kwon et al., 2021, p.10).

Siguiendo con el estudio Jenkins et al. 2020, hablan sobre los Síntomas depresivos entre policías: asociaciones con personalidad y factores psicosociales. el objetivo es “evaluar la relación entre los factores psicosociales específicos al inicio del estudio, tales como, exposición a eventos traumáticos (trauma de combate, bajos niveles de apoyo social, estrés de la guerra), además la depresión de nueva aparición y el cambio en los síntomas depresivos en una cohorte de agentes de policía” (Jenkins et al., 2020, p.3). La metodología usada fue “una investigación longitudinal basada en la población” (Jenkins, et al., 2020, p.4). Los resultados fueron “Los oficiales participantes tenían un promedio de $40,6 \pm 7,3$ años. La mayoría eran caucásicos (80,3%) y casados (73,1%), nunca habían fumado (60,4%), reportaron al menos alguna educación universitaria (91,7%) y tenían el grado de policía (73,9%)” (Jenkins, et al., 2020, p.4).

La temática que abordan Frueh et al. (2020), hablan sobre el Síndrome del operador: Una constelación única de médicos y cuidado de la salud del comportamiento y necesidades de militares fuerzas de operaciones especiales. La cual fue ejecutada en el año 2020, con el objetivo de que “las fuerzas de operaciones especiales militares de EE.UU. Representan las unidades más elitistas de las fuerzas armadas de EE. UU” (Frueh et al., 2020, p. 1). La metodología usada fue el naturalista y observacional el cual permitió poder identificar el patrón de necesidades médicas y de salud. La solución del problema fue “Identificamos un patrón consistente de dificultades de atención médica

dentro de la comunidad de fuerzas de operaciones” (Frueh et al., 2020, p. 2). La conclusión fue que el “síndrome del Operador llega a hacer entendido como una consecuencia natural que surge de la carga alostérica de nivel alto” (Frueh et al., 2020, p. 2). El artículo es viable, debido a que habla sobre los síntomas depresivos que pueden llegar a presentar los miembros de las fuerzas armadas especiales, como la alteración del sueño, siendo este un factor fundamental.

Lo mismo ocurrió con Allison et al. (2020), realizaron una investigación sobre Estrés policial y síntomas depresivos: papel del afrontamiento y resistencia. El objetivo planteado fue el “evaluó la asociación entre el estrés policial y los síntomas depresivos” (Allison et al., 2020, p. 1). La metodología usada fue de un estudio transversal utilizando la escala (CES-D), los resultados obtenidos fueron “La estratificación de las asociaciones entre el estrés y los síntomas depresivos por rusticidad reveló la modificación del efecto” (Allison et al., 2020, p. 7). Llegando así a la conclusión “Los agentes de policía experimentan habitualmente estrés laboral debido a amenazas físicas o psicológicas, falta de apoyo a contribuir a los síntomas depresivos” (Allison et al., 2020, p. 10). Este artículo al abarcar sobre los factores psicosociales y sus afectaciones que pueden generarles síntomas depresivos son una fuente de orientación a cómo llevar la investigación.

Del mismo modo, Begazo realizó una tesis, Con la finalidad de decidir la frecuencia y el nivel de los síntomas depresivos en los pacientes militares hombres conforme a su rango en la debida consulta (Begazo 2019). La metodología usada es mixta dado que se utilizó entrevistas y test, los resultados obtenidos. Se logró evidenciar que el 15% de los militares evaluados tuvo síntomas depresivos, en los casos leves (Begazo 2019). De esa manera concluyeron que se halló una asociación importante entre la depresión del personal consultante externo del hospital y militares de rango menor, de los mismos que asisten a consulta (Begazo 2019). Cabe destacar que el artículo sirve porque evidencio la depresión según el rango que se presenta en las fuerzas armadas.

A su vez, Kennedy et al. (2019), en su artículo titulado “Correlatos de depresión en miembros del servicio militar de EE. UU. con Antecedentes de lesión cerebral traumática leve” Se busco determinar que “Este estudio examina la incidencia y las correlaciones de la depresión en miembros del servicio con antecedentes de TBI” (kennedy et al., 2019, p.148). Para ello se implementó una metodología de análisis retrospectivos y se llevó a cabo en 184 participantes, los

resultados obtenidos “De 88 pacientes con PTSD, 51 (58%) tenían depresión. Por el contrario, 12 de 96 pacientes (12,5%) sin TEPT tenían depresión” (Kennedy et al., 2019, p.150). Concluyeron que “Este estudio confirmó una alta tasa de trastornos depresivos continuos (34 %) entre los miembros del servicio militar con antecedentes de TBI, incluso entre individuos con un promedio de cuatro años después de la lesión.” (Kennedy et al., 2019, p.153).

Las investigaciones a nivel nacional arrojaron información pertinente, una de ellas es realizada por los autores Alvaran et al. 2020, buscaron evaluar “la prevalencia de depresión en soldados regulares de un batallón de una ciudad colombiana” (Alvaran et al., 2020, p.8). Para ello se implementó una metodología de investigación de corte transversal y se realizó un cuestionario de depresión para hombres a 410 participantes, los resultados obtenidos “la prevalencia de depresión en los soldados regulares fue del 8,8% (IC 95: 5,9% 11,6%). De todos los niveles de depresión” (Alvaran et al., 2020, p.11). Se concluyó que hay que resaltar la pertinencia de llevar a cabo evaluaciones rutinarias y periódicas de la salud mental en integrantes militares (Alvaran et al., 2020).

En las investigaciones a nivel nacional se logró encontrar información pertinente, una de ellas es realizada por los autores Abelló et al. 2016, el objetivo de este estudio fue analizar los niveles de depresión en jóvenes, los cuales dan inicio a su formación en una escuela militar de Colombia (Abelló et al., 2016). Para ello se utilizó una metodología de un “estudio que correspondió a un diseño no experimental, correlacional-causal de corte transversal” Montero y León (2007, como se citó en Abelló, 2016) que se realizó a 114 participantes, los resultados obtenidos, indicaron bajos niveles de severidad relacionados a la depresión ($M=1,03$, $DT= 0,17$) (Abelló et al., 2016). Se discute que, aportaron herramientas fundamentales las cuales resuelven las dificultades en su formación como militares (Abelló et al., 2016).

Para ilustrar de una manera más concreta y clara, los antecedentes aportan información, estadística y resultados que permiten a la investigación, conocer cuáles han sido los factores de riesgo psicosocial que en otras investigaciones han identificado para que se presenten los síntomas depresivos en las fuerzas armadas, así mismo describe la clase de síntomas que pueden llegar a padecer los miembros dentro la institución. Después de esta revisión, también es importante tener

presente que las mismas investigaciones traen a colación la poca información que existe acerca del tema en mención.

Justificación

Mediante la elaboración de este proyecto de investigación se busca identificar los factores psicosociales que inciden en la presencia de síntomas depresivos en el personal de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán, puesto que los estudios investigativos aportan información valiosa acerca de esta temática. Es de resaltar que estos actores están expuestos a diferentes factores que incurren en la existencia de los síntomas depresivos, tal como lo afirma Jenkins et al. (2020), quienes señalan que su aparición es debido a asociaciones de personalidad, factores psicosociales como el neuroticismo (altos niveles de angustia, preocupación, inseguridad, ansiedad anticipatoria) y la extroversión que están asociados con altos niveles de incidencia en síntomas depresivos.

Respecto a lo anterior, aquellos factores contribuyen de manera notoria a causar efectos en el desarrollo y funcionamiento habitual de una persona en su contexto, dificultando el desempeño laboral, su ejercicio militar, además de ser incapaz de enfrentar la vida cotidiana (Alvaran et al., 2020).

Por este motivo, es fundamental efectuar esta investigación que aportará nuevos conocimientos, en diferentes actividades de la sociedad, debido a que muchos determinantes sociales están jugando un rol importante en la disminución o aumento de la depresión, (Morales 2017). El estudio deja relevancia en poder encontrar los síntomas depresivos no solo para implementarlo en militares, sino que puedan usarlo como guía para realizar estudios en diferentes campos; de igual manera dejara aportes valiosos en la psicología, como se presentan a nivel psicosocial en diferentes formas, de esta manera se puede usar el estudio como campo de ejemplo para crear metodologías de recolección de datos o nuevas investigaciones dirigidas a temas parecidos.

Por otro lado, las pocas investigaciones existentes arrojan índices porcentuales alarmantes, como lo indica las cifras estadísticas de la investigación de Alvaran et al. (2020) la cual informa que 450 millones de personas alrededor del mundo sufre de algún trastorno mental, asimismo hace énfasis que dentro del 27 y 33 % presentan depresión y que a su vez se transforma en una problemática de salud pública.

Finalmente, los resultados que arroje esta investigación pueden aportar información importante a diferentes proyectos con el fin de favorecer a la población anteriormente mencionada.

Contextualización

La población con quien se trabajó fueron los integrantes de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán, precisamente de la Policía Nacional y el Ejército Nacional, este último se encuentra adscrito a la Tercera División del Ejército Mindefensa (2021).

El Ejército Nacional se dirige a realizar acciones militares conducidas a defender la soberanía, la independencia, la integridad territorial, a proteger la población civil, así como cuidar los recursos privados y estatales para contribuir a generar un ambiente de paz, seguridad y desarrollo, que garantice el orden constitucional. (Ejército nacional, 2022).

Como también se cuenta con la participación de la Policía Nacional ubicada en el barrio Cadillal sobre la Avenida Panamericana, la Policía Nacional tiene como prioridad contribuir a la sana convivencia de la ciudadanía, como también el respeto y cumplimiento de los derechos y libertades públicas, de esta forma aportara a la seguridad de los habitantes de Colombia. (policía nacional, 2022).

Dentro de este marco ha de considerarse que las fuerzas armadas antes mencionadas cumplen con labores estrictas e importantes en toda la ciudad de Popayán, como lo es, salvaguardar la integridad de toda la población civil, hacer cumplir las normas, hacer respetar los derechos humanos, combatir los grupos armados ilegales y desarticular bandas delincuenciales.

Las Fuerzas armadas de Colombia son el grupo de instituciones las cuales se encuentran adscritas al Ministerio de Defensa que se delegan de la protección, la expansión territorial marítima, aérea y terrestre, las fuerzas armadas son las encargadas de combatir en diferentes áreas la ilegalidad, la vulneración de los derechos humanos y hacer cumplir la ley que el estado establece, esta se encuentra conformada por: la Armada de la República, la Fuerza Aérea, la Policía nacional y el ejército, de esta forma las dos últimas, son las fuerzas militares que se encuentran en el área terrestre de la república de Colombia dando como misión la defensa de los derechos humanos, la protección e integridad de la población colombiana como lo afirma Mindefensa (2022).

Además, es conveniente tener presente las funciones en las que se desempeñan los integrantes de las fuerzas armadas, como lo menciona: Mindefensa (2022). El ejército nacional

realiza acciones militares dirigidas a defender la soberanía, la independencia, la integridad territorial, cuidar a la población, los recursos privados y estatales, de esta manera generar un entorno de paz, prosperidad, protección y desarrollo, logrando garantizar el orden de la nación. Es así que el ejército nacional tiene como finalidad salvaguardar la integridad de toda la población nacional que se encuentre dentro del territorio, haciendo respetar los derechos humanos de los niños, jóvenes, adultos, ordenar el respeto, el cumplimiento de las normas, las leyes, velar por la protección de la flora y fauna de todo el territorio nacional, proveer a la ciudadanía zonas de tranquilidad, buena convivencia paz y armonía.

Es justo decir que, el Ejército Nacional trabaja en conjunto con la policía Nacional quienes se encargan de aportar efectivamente a la convivencia y seguridad de la población en general como lo menciona Ministerio de Justicia (2019). La labor del estado se relaciona con la interacción y la preservación del orden público, desarrollando diversos oficios como la implementación de normas, el mandato de comparendos o multa y la solución de conflictos. Así mismo los integrantes que conforman esta institución cumplen con la labor de hacer respetar las normas y leyes que están

regidas por el gobierno, como también ayudar a la resolución de problemas y evitar situaciones que llegan a poner en riesgo la integridad de la población civil colombiana.

Es así como las integrantes de las fuerzas armadas de Colombia brindan seguridad, desarrollo, y tranquilidad a todo el territorio nacional. Ahora bien, es de resaltar la labor que cumple cada uno de los miembros de las fuerzas armadas, siendo así una labor ardua, fuerte y persistente los lleva a exponerse a diferentes situaciones de orden público en donde pueden verse afectados físicamente como psicológicamente y es aquí donde se llega a abarcar el tema de la salud mental.

Por lo tanto, se deduce que la salud mental es uno de los factores más importantes en los combatientes y los más perjudicados en el momento de hablar sobre el conflicto armado (Muñoz et al., 2017). La salud mental es fundamental en las fuerzas armadas para que ejerzan su labor de una manera correcta, completa y eficaz, pero no siempre es así por diferentes circunstancias que pueden presentar como, la mutilación de una parte del cuerpo, pérdida de compañeros o actos violentos. Algunas de las secuelas que pueden dejar como lo son. La prevalencia de trastornos mentales, el consumo de sustancias psicoactivas, depresión, estrés postraumático, matoneo dentro de la fuerza y ansiedad (Muñoz et al., 2017).

Objetivos Objetivo general

Conocer los factores de riesgo psicosociales y la presencia de síntomas depresivos en integrantes de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán.

Objetivos específicos

Indagar los factores de riesgo del entorno laboral en los integrantes de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán.

Identificar los factores de riesgo del entorno familiar y social en los integrantes de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán.

Reconocer la presencia de síntomas depresivos en los integrantes de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán.

Referente conceptual

Para esta investigación, se tendrá en cuenta el término de factor de riesgo psicosocial y depresión.

Factores de riesgo psicosociales

Vicente y Guillen (2018) definen que “Los factores psicosociales son condiciones personales, del entorno relacional y del entorno laboral que actúan sobre la motivación y sobre la

actitud del paciente como condicionantes en la salud y el enfermar” (p. 55). Dicho lo anterior, las fuerzas armadas están expuestas a factores psicosociales como, amenazas físicas y psicológicas, también a presiones administrativas, estrés laboral, falta de apoyo, que probablemente contribuyen en la presencia de síntomas depresivos (Allison et al., 2019).

Rodríguez et al. (s.f) mencionan que las “investigaciones realizadas demuestran que la profesión policial es una de las más vulnerables a estados psicológicos negativos” (p.3). De esta forma el entorno laboral en donde los uniformados desarrollan las actividades diarias desencadena factores de riesgo, los cuales pueden llegar a contribuir que se generen los síntomas depresivos como, sensación de desgaste, cansancio excesivo, problemas de insomnio, estrés, sentimientos de soledad, ambivalencia, culpa, depresión, ansiedad, frustración, incertidumbre, fatiga y conductas desadaptativas (Rodríguez et al, s.f).

Depresión

La depresión se define según el Minisalud (2017) como “un trastorno mental frecuente que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración” (p.2), así mismo los miembros de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán, en su campo laboral a diario están expuestos a experiencias en la cual pelagra su integridad física y psicológica, dando pie a la posibilidad de la presencia de síntomas depresivos.

De tal manera, para que llegue a presentarse depresión en los individuos, primeramente, deben aparecer los síntomas depresivos, los cuales son generados por diversos factores en donde las personas han estado expuestas a situaciones fuertes como, la pérdida de un familiar, una ruptura amorosa, alguna enfermedad grave y eventos traumáticos, seguidamente se presentan otras anomalías como, “pérdida de pensamientos agradables, sentimientos de infelicidad, dificultad para socializar, dificultad para concentrarse, falta de esperanza en el futuro, pensamientos de muerte o suicidio, dificultad para dormir y sentimientos de cansancio extremo o falta de energía” (OMS, 2021, párr.4).

De esta manera, se da paso, a la forma en la cual se llegan a presentar los síntomas depresivo en el personal de las fuerzas armadas, precisamente a las exposiciones laborales en las que se enfrentan a diario, como lo afirma, Allison et al. (2020), al desempeñarse como oficial de policía hay grandes posibilidades de exponerse a situaciones de peligro que pueden incrementar la existencia de problemas de salud asociados con el estrés, incluida la depresión y otros trastornos

de salud mental, es así que el personal de las fuerzas armadas en cada momento se encuentran expuestos a vivir situaciones en las que pueden llegar a resultar afectados psicológicamente, esto como consecuencia de obtener síntomas depresivos los cuales les afectarán la vida cotidiana impidiendo que puedan desarrollar de manera satisfactoria las actividades en su ámbito laboral como también personal y social.

Para que la persona llegue a padecer de un trastorno depresivo mayor se deben cumplir las siguientes características, como lo menciona el DSM-5 American Psychiatric Association (2014).

1. Estar deprimido la mayor parte del día,
2. Disminución del interés o placer por todo o casi nada,
3. Pérdida de peso o aumento,
4. Insomnio o hipersomnia todos los días,
5. Agitación o retraso psicomotor casi todos los días,
6. Fatiga o pérdida de la energía casi todos los días,
7. Sentimientos de inutilidad o de culpabilidad excesiva,
8. Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse.
9. Pensamientos de muerte recurrentes. (pp. 74-75).

Metodología

Enfoque

El proyecto se orienta desde el enfoque cualitativo teniendo en cuenta que el método se centra en escuchar la opinión de las personas, considerando lo que piensan, hacen y su forma de actuar, su relación cultural, de igual forma como se relaciona con las demás personas y su entorno. (Fundación Universitaria de Popayán, 2019). Por consiguiente, permite que las experiencias del individuo sean un punto de partida para establecer una investigación concreta que permita deducir como se desencadenan los síntomas depresivos, por ende, el personal activo es idóneo para la investigación, porque a raíz de su ejercicio laboral como lo son las vivencias y sus experiencias que son importante al momento de recolectar la información; tal como lo afirma Carmen (2015). En el momento de seleccionar a los participantes, se centrará en base a la experiencia que tienen, no por el lugar donde se encuentren o sus relaciones sociales si no por las experiencias vividas en relación al proyecto.

Por otro lado, se pretende observar la realidad de los individuos de una manera colectiva y poder determinar qué características presentan, como lo afirma, Carmen (2015), no se basa en la búsqueda de una sola percepción ni un solo objetivo, sino para lograr enriquecer el conocimiento con nueva información. De esta forma se podrá aportar información valiosa al proyecto, ya que se enfoca en un grupo de participantes, para recolectar esta información se necesita diferentes formas de recolección como las encuestas, entrevistas y observación del investigador, de igual manera el enfoque cualitativo normalmente es utilizado para encontrar y pulir preguntas de investigación

(Otero, 2018). Por lo cual, en la investigación se obtendrán datos e información significativa, ya que se encuentra en el contexto real.

Diseño

Se decide elegir el diseño de tipo fenomenológico para la investigación, debido a que tiene una mayor compatibilidad con el enfoque del proyecto, por lo cual, se logrará obtener los resultados deseados; partiendo de que el diseño puede ayudar de manera reflexiva y así mismo comprender el fenómeno desde la realidad del participante, las situaciones que se vivencian, dentro de esto se ocupa la fenomenología (Inverso, 2018). Ya que no se busca recopilar datos estadísticos y mucho menos generar cambios en el individuo, sino observar el concepto y la percepción de la persona desde el fenómeno o el contexto en el que se desenvuelve, por ende, se aborda de una forma concreta desde los pensamientos de los participantes, ya que. El investigador pretende hacer parte de la cultura y el contexto que estudia (Fuster, 2019). Lo anteriormente mencionado analizará el discurso y el comportamiento que están presentando los individuos.

Este diseño es importante para el proyecto porque aborda lo requerido, busca obtener información de las experiencias, vivencias, pensamientos y comportamiento de la persona, arrojan datos necesarios con los cuales se pretende obtener los resultados de los objetivos planteados.

Para realizar una recolección de datos válida y eficaz se ha seleccionado la entrevista semi estructurada la cual busca información relevante que se quiere conseguir, como lo menciona Tejero (2021) La entrevista semiestructurada se encarga de recolectar información por medio de preguntas abiertas, de esta manera se logra recoger lo requerido para entender el área que se desea investigar. La forma que responde el entrevistado es libre, no es necesario llevar un orden para realizar las preguntas y esta puede surgir de forma más fluida, teniendo como intencionalidad obtener respuesta a la investigación.

Técnica de recolección de datos

En primera instancia, se realizará una encuesta, que está conformada por una guía de preguntas cerradas, las cuales contienen opción múltiple de si o no (Tejero, 2021). Lo que se desea obtener, es si los participantes presentan depresión, por esta razón se elige este tipo de encuesta Tejero (2021), a los encuestados se les realiza las mismas preguntas, sin alterar su orden ni formato, de esta forma lo que se busca es que no exista una alteración en las respuestas, si no que sea de la misma forma para todos.

Por esta razón es necesario trabajar con encuestas porque se necesita unas respuestas exactas y concisas para obtener la información requerida. En segundo plano para lograr una mejor información, se requiere conocer los pensamientos y criterios de los participantes, de esta forma se elige realizar una entrevista semiestructurada, debido a que esta presenta un grado de flexibilidad. El entrevistador tiene a disposición un guion para recoger la información suministrada, de los temas abarcados en la entrevista, aun así, en la forma de hacer las preguntas y la selección del tema se encargará el entrevistador (Tejero, 2021).

Para poder recolectar la información necesaria de manera clara y tranquila, no se preguntará de manera directa, si no con preguntas abiertas y que los participantes respondan con su relato de acuerdo a sus pensamientos y experiencias la información que se desea obtener, por esta razón es necesario trabajar con la entrevista semiestructurada **Población**

Para el desarrollo de esta investigación se seleccionará una población de 7 integrantes activos de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán.

Criterios de inclusión

Estar activos en el ejército o policía nacional

Criterios de exclusión

No cuentan con disponibilidad de tiempo ni voluntad de participar en la investigación.

Que lleven activos menos de 2 años.

Aspectos éticos

Esta investigación se rige por la Ley 1090 (2006), “se consideran principios éticos rectores de la psicología los de autonomía, beneficencia, no-maleficencia, justicia, veracidad, solidaridad, lealtad, fidelidad, igualdad, mal menor, totalidad y causa de doble efecto” código deontológico en psicología (p. 20).

El psicólogo se orienta por principios de Beneficencia y No Maleficencia. Por lo tanto, es importante destacar y aclarar que este proyecto se desarrollará netamente con fines académicos, evitando causar algún tipo de daño emocional a los participantes quienes hagan parte de esta misma, así mismo los voluntarios que participen en la investigación son quienes decidirán continuar o retirarse de la investigación en cualquier momento que deseen.

Es fundamental informar que esta investigación no se sustenta en una base clínica ni se pretende generar un diagnóstico a los individuos que hagan parte del proyecto, por lo que ni durante la selección de individuos, ni durante la fase de entrevista se profundizará individualmente sobre

el aspecto de los síntomas depresivos, debido a que podría herir la susceptibilidad de algunos individuos o generar una afectación emocional.

Resultados y discusión

Una vez realizadas las entrevistas y aplicada la encuesta a cuatro integrantes de las fuerzas armadas, se presentan los siguientes resultados.

En primer lugar, se presentan los datos sociodemográficos de los participantes Tabla 1

Datos sociodemográficos

	Fuerza Militar	Estado Civil	Antigüedad en el Cargo	Horario de Trabajo	de Funciones
Participante 1 (P1)	Ejército Nacional	Casado	10 años	24/7	Comandante de sección.
Participante 2 (P2)	Ejército Nacional	Soltero	2 años	24 horas	Suboficial.
Participante 3 (P3)	Policía Nacional	Soltero	14 años	13 horas	Actividades de prevención.
Participante 4 (P4)	Policía Nacional	Casado	18 años	8 horas	Dar aplicación a la ley 1801.

Nota: elaboración propia

Descripción de la tabla

Dentro de la anterior tabla se haya información precisa de los participantes, como: lugar de trabajo, estado civil, horario laboral, funciones y tiempo en el que lleva desempeñando su cargo.

Así mismo, a partir de las experiencias narradas por los participantes se logra identificar los factores de riesgo a los que se encuentran expuesto, así como también los síntomas percibidos relacionados con la depresión. **Factores de riesgo psicosociales**

Los factores de riesgo psicosociales según el autor Vicente y Guillen (2018) “son condiciones personales, del entorno relacional y del entorno laboral que actúan sobre la motivación y sobre la actitud del paciente como condicionantes en la salud y el enfermar” (p.55), además las fuerzas armadas están expuestas a factores psicosociales como, amenazas físicas y psicológicas, también a presiones administrativas, estrés laboral, falta de apoyo, que probablemente contribuyen

en la presencia de síntomas depresivos (Allison et al., 2019). Para abordar este tema, se presentará la información teniendo en cuenta el entorno laboral y el entorno familiar y social de los participantes.

Entorno laboral

Respecto al entorno laboral, tres de los participantes mencionan que cumplen con el horario normal de 8 horas diarias, no obstante deben cumplir con turnos de 12 horas y 2 de los participantes si refieren que cumplen con un horario de 24 horas donde deben realizar diferentes actividades, P2 menciona que *“tengo que estar velando por la seguridad del personal que tengo a cargo”* relacionado con esto P1 refiere que su día inicia *“a las 4:30 de la mañana hasta tipo 10, 11 o 1 de la mañana dependiendo de lo que uno esté haciendo”*. Por lo anterior se puede entender que no cuentan con mucho tiempo para otras actividades diferentes a las laborales, como las demandas personales y de la familia. A raíz de lo anterior, se evidencia que son extensos los horarios en que los participantes deben cumplir y garantizar la tranquilidad y seguridad de toda la población civil, de esta forma a los altos horarios de trabajo puede presentar estrés, tensiones musculares como también cansancio excesivo (Rodríguez et al., s.f).

Relacionado con las capacitaciones desde el área de psicología, tres de los participantes comentan que las reciben constantemente de manera presencial o virtual, por lo general dentro de la institución, sin embargo, P2 refiere que *“yo llevo en el batallón un año y ocho meses, nosotros salimos trasladados cada dos años de las regiones y he tenido una charla de psicología”*. Por lo anterior se entiende que los participantes cuentan con capacitaciones de forma consecutiva, dentro de lo posible entendiendo la dinámica laboral. Aportan herramientas con el objetivo de que los oficiales aprendan a manejar los factores de riesgo psicosocial en su lugar de trabajo, esperando que estos uniformados implementen un proceso de afrontamiento adecuado (Allison et al., 2020).

Los cuatro participantes que hicieron parte de la investigación, refieren que reciben reconocimientos por medio de diferentes estímulos como: descanso de 10 o 15 días, medallas y felicitaciones escritas, así mismo se establece que hay reconocimientos por la buena labor desempeñada. Delgado (S.F) menciona que este tipo de acciones realizadas por parte de las instituciones permite en las personas el aumento de la motivación y el sentido de pertenencia.

La retroalimentación también es importante para mejorar el ambiente laboral del uniformado, dicho esto tres de los entrevistados afirman recibir retroalimentaciones diariamente después de cada actividad realizada y de temas diferentes, mientras que P2 manifiesta que no *“la*

mayoría del tiempo me encuentro en el área". Por lo tanto, se entiende que el personal situado en el área urbana cuenta con retroalimentaciones constantes de las funciones que desempeñan, mientras que el personal que se encuentra en área (rural, montaña o selva) no les realizan ningún tipo de retroalimentación de las funciones o actividades. Ávila (2009) menciona que "la retroalimentación es un proceso que ayuda a proporcionar información sobre las competencias de las personas, sobre lo que sabe, sobre lo que hace y sobre la manera en cómo actúa" (p. 5). De esta manera se evidencia que estos procesos contribuyen a presentar claridad y mejorar en aspectos frente a las actividades que realizan en el día a día, lo cual puede llegar a repercutir en un adecuado estado de salud mental.

Relacionado con lo anterior, la presencia del superior en un mismo espacio no se da de manera frecuente "*porque ellos se quedan en el batallón y a nosotros nos mueven, nos mueven cien kilómetros de ahí para dentro*" (P2), sin embargo, quienes realizan actividades administrativas o de oficina si tienen la figura de autoridad presente. Dicho esto, la supervisión dependerá de las actividades que tengan a cargo. A raíz de lo anterior, es pertinente mencionar que cuando se habla de las ordenes que se imparten en el ámbito militar, estas indicaciones emitidas por un superior deben ser acatadas y cumplidas en el tiempo, hora, lugar y fecha estipuladas, quien constantemente supervisa cada actividad (Congreso de la república de Colombia, 2017).

Entorno social y familiar

Es sabido que los militares por lo general pasan mucho tiempo en los batallones o lugares establecidos para la realización de sus actividades, generando un distanciamiento significativo con sus familiares, y más cuando son trasladados a otras ciudades o zonas del país diferentes a su lugar de procedencia. Uno de los participantes refiere que el tiempo que le dan es suficiente y adecuado para compartir con su familia, a diferencia de los otros tres participantes, quienes mencionan que el tiempo no es suficiente para descansar y pasar tiempo de calidad con su familia. P2 menciona que "*claro que no, porque son cinco, cuatro meses o hasta seis para descansar treinta días pues es muy poquito*" de esta manera relacionándolo P4 indica que "*el tiempo que estamos en la institución es mayor por los turnos que se manejan*".

Respecto a lo anterior se puede entender que tienen muy poco tiempo para descansar respecto al tiempo que laboran y sienten que no es lo suficiente, a raíz de esto el tiempo de descanso que se le da a un militar no es correspondiente con lo que de verdad debería tener (Gimeno, 2016).

Es de resaltar que el poco tiempo que comparten con sus familias y sus amigos, puede llegar a afectar las relaciones y vínculos afectivos que tienen. En una investigación realizada por Álvarez-Plazas et al. (2022) encontraron que “los distanciamientos territoriales ocasionados por su jornada de trabajo, sumado a las situaciones de violencia del país, generan dificultades de tiempo para compartir” (p.1). Con esto se evidencia, que el permanecer mucho tiempo alejado de la familia, puede llegar a ocasionar la presencia de síntomas depresivos.

Debido a lo anterior, los participantes comentan que la relación con su núcleo familiar es complicada y distante, pues por su jornada laboral es muy poco el tiempo que comparten “*actualmente es un poco distanciada por lo que cuando yo salgo a descansar, están ellos trabajando o estudiando*” (P1, P3). No obstante, P2 y P4, también manifiestan que tratan de tener una relación con su núcleo familiar de unión y armonía. Respecto a esto se logra evidenciar que las relaciones familiares son complejas, debido a que los uniformados están expuestos a traslados que se realizan aproximadamente cada 2 años, de esta forma se ve afectada la interacción con la familia como lo son hijos, padres, primos, sobrinos e inclusive la estabilidad con la pareja (Cabrera et al., 2021).

Respecto a los participantes P2 y P4 se reconocen que hay buena relación y comunicación con sus familiares, esto debido a que han logrado tener buen manejo o estrategias para adaptarse a las jornadas laborales de los uniformados y así han logrado preservar la unión entre sí. En otra investigación, también se encontró “que en gran parte de los hogares el acompañamiento a los hijos es realizado por la figura femenina y los hombres participan principalmente de manera esporádica en el tiempo de vacaciones y descanso de su vida laboral” (Álvarez-Plazas et al., 2022,p.16), resaltando de esta manera que la figura del hombre militar en las familias generalmente se concibe como la persona que provee económicamente al hogar, forma disciplina y brinda a su familia un entorno de vida seguro.

Por último, cuando se habla de relaciones interpersonales los participantes mencionan, que debido a los años que llevan dentro de las instituciones, han sabido darle manejo, implementando habilidades individuales, “*la empatía con la persona, saberla escuchar y saberle dar una pronta solución de problemas a mis conocidos y amigos*” P4. De esta forma los participantes indican que llevan vínculos afectivos sanos con sus amigos y familiares, como lo menciona Muñoz (2017) es necesario que las relaciones culturales, sociales y personales estén en equilibrio para garantizar una salud mental.

Síntomas de depresión

Los participantes mencionan que han experimentado aumento o disminución de peso por las actividades laborales que realizan en el interior de la institución. Otro síntoma recurrente es el insomnio incluso cuando están en el periodo de vacaciones o en los días de permiso, Mejía (2018) menciona que la disminución o aumento de peso se puede llegar a presentar por diferentes factores en las personas, ya sea por tristeza profunda, pérdida del placer en las actividades habituales, pérdida de energía o cansancio continuo, disminución o aumento del apetito y ansiedad, de igual manera el insomnio puede llegar a presentarse por la falta de apetito, ansiedad y estrés el cual llegara a presentar los integrantes de las fuerzas armadas.

Es de resaltar que todos coinciden en la poca energía que tienen para realizar actividades con su familia debido a las demandas laborales. Relacionado con el entorno familiar y social mencionado anteriormente es poco el tiempo con el que cuentan estas personas para compartir momentos especiales. Álvarez-Plazas et al. (2022) refiere que en muchas ocasiones los roles de la familia llegan a ser modificados por traslados que les toca realizar de un lugar a otro, por la razón de su labor son pocos los momentos paternales o maternos que se llegan a presentar por las pocas jornadas de descanso y disminución de energía que presentan, aun así, se intenta llevar una relación emocional con los miembros de la familia.

Los participantes refieren que presentan poca energía en el momento de su labor, ya sea por el poco reconocimiento que les realizan y algunas veces por falta de retroalimentaciones que tienen de sus superiores; aun así, siguen realizando sus actividades, pero no con la misma actitud y energía que se pudo llegar a demostrar en un inicio. Ávila (2009) menciona que uno de los elementos más desaprovechados dentro de la el área laboral son las retroalimentaciones, dado que estas ayudan a realizar un proceso auto reflexivo el cual permite evaluar, revisar, reflexionar sobre las diferentes actividades o situaciones que se llevaron a cabo y como se podría mejorar en estas. **Conclusiones**

En el presente apartado se menciona cuales fueron aquellas conclusiones a las que se llegaron.

Se concluye que, al indagar sobre los factores de riesgo del entorno laboral, uno de los principales aspectos que afectan el rendimiento y desempeño del individuo son el poco reconocimiento que se les presenta de forma oficial el cual muchas veces los puede hacer sentir que tienen poca relevancia, en este aspecto se puede llegar a presentar, depresión y sentimientos de inutilidad los cuales pueden crear bajo estado de ánimo en el individuo. Otro de estos aspectos

importantes es que poco se realizan en el entorno laboral como lo menciona Ávila (2009) son las retroalimentaciones las cuales funcionan como forma de auto evaluación y reflexión sobre el trabajo que se ha desempeñado anteriormente, puede verse como un aspecto de evaluación propia como poder mejorar y modificar aquello que no hicieron de una manera correcta, y los hace sentir necesarios y útiles en su lugar de trabajo. La sobre carga de trabajo y las horas extensas de labor es uno de los aspectos más veraces que se pueden encontrar, tanto así que como lo menciona P1 “*trabajamos las 24 horas del día*” esto los puede hacer sentir cansados y con bajo ánimos o energía en su labor, donde su desempeño comienza a mirarse afectado.

Los factores de riesgo en los militares que se logran identificar son: el poco el tiempo que les asignan para descansar, siendo así 30 días cada seis meses, como también el tiempo en el que están presentes en su labor siendo esta de 24-7, los uniformados se encuentran en exposición y tensión constaté, el hecho de estar bajo la supervisión de los superiores, de tener a cargo a varias personas (compañeros) en la cual deben de velar por la seguridad e integridad de estos mismos hacen que las labores se tornen más densas como también exigentes, el agotamiento físico, las horas constantes de trabajo, la poca comunicación con familiares, el poco reconocimiento que les es otorgado y también la poca interacción en el entorno social son factores fundamentales los cuales nos dan información valiosa y valida en la investigación que se ha realizado, como lo alude Rodríguez et al., (s.f) los factores de riesgo psicosocial se comprenden como contextos determinados de un ambiente laboral, las cuales afectan de forma individual a las personas de acuerdo al nivel de tensión que perciban y traen con ello consecuencias en su desempeño laboral, en su salud física y mental.

Finalmente, se debe tomar en consideración que los integrantes de las fuerzas armadas están expuestos a diferentes situaciones en su contexto laboral, y que a su vez esto puede llegar generar afectaciones en las áreas personales, familiares y sociales; justamente en el proceso de reconocer la presencia de síntomas depresivos, es importante mencionar que los factores psicosociales a los que están expuestos, contribuyen a que se hagan presentes los síntomas depresivos. Como lo refiere Allison (2019), quien menciona que el personal de las fuerzas armadas se encuentra en riesgo de amenazas físicas, psicológicas, lesiones intensionales, incidentes críticos, apoyo inadecuado por parte de los supervisores y papeleo excesivo que a largo o mediano plazo puede desencadenar afectaciones emocionales negativas.

Recomendaciones

El tema queda establecido como propuesta para futuras investigaciones de tipo cualitativo en la población de las fuerzas armadas, teniendo en cuenta el escaso aporte de estudios investigativos sobre el tema en mención.

Generar promoción y prevención desde el ámbito psicológico para evitar síntomas depresivos; teniendo en cuenta las deficiencias encontradas a nivel social, familiar y laboral en los integrantes de las fuerzas armadas de la ciudad de Popayán.

Referencias bibliográficas

- American Psychiatric Association - APA. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5. *Madrid: Editorial Médica Panamericana*, 103-111.
<https://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guiaconsultamanual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>.
- Alvaran, S., Bedoya, S., Grisales, H., Henao, M. y Velasquez, J. (2020). Prevalencia de depresión en soldados regulares de un batallón de una ciudad colombiana, 2017. *Rev. Méd. Risaralda*, 26 (1), 7-16. <https://doi.org/10.22517/25395203.21921>.
- Arraras, J.I. y Manrique, E. (2019). La percepción de la depresión y de su tratamiento. *Unidad de Rehabilitación. Red de Salud Mental. Servicio Navarro de Salud*, 42(1), 5-8.
<https://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v42n1/1137-6627-asisna-42-01-5.pdf>.

- Abello, D., García, E., García, P., Márquez, L., Niebles, J. y Pérez, D. (2016). Perfil cognitivo y prevalencia de depresión, desesperanza y riesgo suicida en jóvenes vinculados al primer nivel de formación en una escuela militar colombiana. *Psicología desde el caribe*, 33(3), 300-311. <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v33n3/2011-7485-psdc-33-03-00299.pdf>.
- Álvarez, Y. Gómez, V. Leyton, M. (2022) Experiencias de paternidad de hombres militares vinculados al Ejército Nacional de Colombia. Prospectiva. Revista de Trabajo Social e intervención social, (35) <https://revistapropectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/12372/15562>
- Andrade, E. (2017). Atención psicosocial a militares víctimas del conflicto armado colombianos. *Revista Científica de la Escuela de Postgrados de la Fuerza Aérea Colombiana*, (13) 92106. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6223223>.
- Allison, P., Mnatsakanova, A., McCanlies, E., Fekedulegn, D., Hartley, T., Andrés, M. y Violanti, J. (2019). Estrés policial y síntomas depresivos: papel del afrontamiento y resistencia. *Acceso público del HHS*, 0-20. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/PIJPSM-04-2019-0055/full/html>
- Amaya, L., Gonzales, H., Gonzáles, J., Murcia, L. y Rojas, J. (2020). Metodología fenomenológico hermeneutico. [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/30228/030-ROJAS%20ok%20\(1\).pdf?sequence=](https://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/30228/030-ROJAS%20ok%20(1).pdf?sequence=).
- Ávila, P. (2009) *LA IMPORTANCIA DE LA RETROALIMENTACIÓN EN LOS PROCESOS DE EVALUACIÓN*. [Maestría en ciencias de la educación, Universidad del valle de México] [chromeextension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://www.universidadcies.com/wpcontent/uploads/2017/06/Avila_retroalimentacion.pdf](https://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://www.universidadcies.com/wpcontent/uploads/2017/06/Avila_retroalimentacion.pdf)
- Begazo, J. A. (2019). Presencia de síntomas depresivos en pacientes militares varones según su rango en actividad de consulta externa del hospital regional del sur de la fuerza área del peru, arequipa 2019. *Universidad Católica de Santa María*, 1-87. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/8719>.
- Cabrera, V. E., Rodríguez, M. C., Velásquez, L. D. y Garzón, Y. T. (2021). Estabilidad marital en matrimonios distanciados por la misionalidad de las Fuerzas Militares de Colombia. *Revista*

- Científica General José María Córdova*, vol. 19, núm. 33, 159-177.
<https://www.redalyc.org/journal/4762/476268269008/476268269008.pdf>.
- De la Cuesta, C. (2015). La calidad de la investigación cualitativa: de evaluarla a lograrla. *Texto y Contexto Enfermagem*. 24(3), 883-890.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71442216033>.
- Frueh, C. B., Madan, A., Fowler, C., Stomberg, S., Bradshaw, M., Kelly, K., Weinstein, B., Luttrell, M., Danner, S. y Beidel, D. C. (2020). Síndrome del operador: una constelación única de necesidades médicas y de atención de la salud conductual de las fuerzas militares de operaciones especiales. *The international journal of psychiatry in medicine*, 55(4), 1-15. doi: 10.1177/0091217420906659.
- Fundación Universitaria de Popayán (2019). *Líneas de Investigación Programa de Psicología*. – Documento Institucional FUP. Elaborado por: Grupo Cognoser.
- Fuster, D. E. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. Doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>.
- Giraldo, J. (2016). Revista del instituto español de estudios estratégicos. *Revista electrónica en la web del ieee*, 8, 191-195.
https://www.ieee.es/en/galerias/fichero/revista_digital/revistaieee_num_8_espanolingles.pdf#page=191.
- Jenkins, e. n., Allison, P., innes, k., Violanti, J. M. y Andrés, M. E. (2020). Síntomas depresivos entre policías: asociaciones con personalidad y factores psicosociales. *Acceso público del HHS*, 1-20.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s11896-018-9281-1>
- Kennedy, J. E., Lu, L. H., Reid, M. W., Leal, F. O. y cooper, D. B. (2019). Correlatos de depresión en miembros del servicio militar de EE. UU. con antecedentes de lesión cerebral traumática leve. *medicina militar*, 1-7.
https://academic.oup.com/milmed/article/184/Supplement_1/148/5418653?login=false
- Kwon, e., Jeongok, P., Kimy, S. y Kyung, H. L. (2021). La asociación entre factores ocupacionales, depresión y calidad de vida relacionada con la salud en mujeres militares en la república de Corea. Kwon et al. Resultados de calidad de vida en salud, 1-11.
<https://hql.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12955-021-01846-1>.

ley 1090 de 2006. (6 de octubre del 2006). *Ética: Código Deontológico en Psicología*. Fundación Universitaria del Área Andina, 2018, 1-62.

<https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/1471/107%20%20c3%89tica-%20%20c3%93digo%20deontol%20%20c3%93gico%20en%20psicolog%20%20c3%8da.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=la%20ley%201090%20establece%20como,t%20c3%a9cnicas%20%20investigaci%20%20c3%b3n%20con%20humanos%20%20y>

Maldonado, P. (2022). *Nivel de depresión y el deterioro cognitivo en pacientes adultos mayores de la unidad de larga estancia del hospital militar geriátrico, lima 2022*. (Trabajo académico para optar el título de especialista en cuidado enfermero en geriatría y gerontología). Universidad privada norbert wiener. https://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.13053/6273/T061_40688207_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Mejia, Y. (2018). *Frecuencia de trastornos depresivos en la unidad de atención primaria del hospital central de las fuerzas armadas JUNIO-AGOSTO 2018*. [Tesis de posgrado para optar por el título de especialista en: medicina familiar y comunitaria, Universidad Nacional Pedro Hernandez ureña] [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repositorio.unphu.edu.do/bitstream/handle/123456789/4672/Frecuencia%20de%20trastornos%20depresivos%20en%20la%20unidad%20de%20atenci%20%20c3%b3n%20primaria%20del%20hospital%20central%20de%20las%20fuerzas%20armadas%20junio-agosto%202018.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unphu.edu.do/bitstream/handle/123456789/4672/Frecuencia%20de%20trastornos%20depresivos%20en%20la%20unidad%20de%20atenci%20%20c3%b3n%20primaria%20del%20hospital%20central%20de%20las%20fuerzas%20armadas%20junio-agosto%202018.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Murray, W. E. w., Mota, N., Afifi, T. O., Shay-Lee, B., Richardson, D., Patten, S. B. y Jitender, S. (2021). Curso y predictores del trastorno depresivo mayor en la encuesta de seguimiento de salud mental de veteranos y miembros de las fuerzas armadas canadienses. *Revista Canadiense de Psiquiatría*, 1-11.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33406886/>

Minsalud. (2017). *Boletín de salud mental depresión subdirección de enfermedades no Transmisibles*, 1, 1-16. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/ride/vs/pp/ent/boletindepresion-marzo-2017.pdf>.

Ministerio de Justicia y del Derecho. (2019) *Policía poder, función y actividad*.

- <https://www.minjusticia.gov.co/programasco/conexionjusticia/documents/infografias/info-grafiainspectores/policia%20poder%2c%20funcio%cc%81n%20y%20actividad.pdf>.
- Ministerio de Defensa. (2022). *Misión Ejército Nacional*.
<https://www.ejercito.mil.co/misionyvision/#:~:text=El%20Ej%C3%A9rcito%20Nacional%20conduce%20operaciones,orden%20constitucional%20de%20la%20naci%C3%B3n>.
- Ministerio de Defensa. (2021). *Vigésima novena abrigada de Popayán*. <https://www.ejercito.mil.co/vigesima-novena-brigada-popayan/>.
- Muñoz, S. Escarria, L. Rojas, L. Rodríguez, A. y Garavito, C. (2017) *Riesgo psicosocial y salud mental en combatientes colombianos*. [Universidad piloto de Colombia]. <http://repository.unipiloto.edu.co/bitstream/handle/20.500.12277/6626/Riesgo%20psicosocial%20y%20salud%20mental.pdf?sequence=3&isAllowed=y>.
- Ñacle, M. (2018). *Calidad de vida relacionada con la salud y resiliencia en militares españoles*. [Tesis Doctoral, Universidad de Lleida]. <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/587191/Tmf%c3%b11de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Otero, A. (2018). Enfoques de investigación. *Researchgate*, 1-31. https://www.researchgate.net/publication/326905435_enfoques_de_investigacion.
- Ortiz, N. (2014). *Enfoque gerencial de las fuerzas militares de Colombia: Caso ejército Nacional de Colombia*. [Universidad militar nueva granada]. <https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/12882/1.%20enfoque%20gerencial%20de%20las%20fuerzas%20militares%20de%20colombia.pdf?sequence=1&isallowed=y>
- Organización Mundial de la salud. (2021). *Depresión*. <https://www.who.int/es/newsroom/factsheets/detail/depression>.
- Policía Nacional de Colombia. (2022). *policía metropolitana de Popayán*. <https://www.policia.gov.co/popayan/organigrama>.
- Policía Nacional de Colombia. (2022). <https://www.policia.gov.co/mision-visionmegaprincipios-valores-funciones>.
- Rivera, F. (2020). *Relación existente entre ideación suicida, estrés, afrontamiento de problemas y evitación experiencial en uniformados al servicio activo de la policía nacional de Colombia*. [maestría en Psicología clínica, Fundación Universitaria Konrad Lorenz].

<https://repositorio.konradlorenz.edu.co/bitstream/handle/001/4954/911201024TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Rodríguez, E. Roa, L. Valencia, D. y Garavito, C. (S.F). Factores de Riesgo Psicosocial Vinculados a la Labor en las Fuerzas Armadas. Universidad Piloto de Colombia, 1 -11. <file:///C:/Users/PC/Downloads/Factores%20de%20riesgo%20psicosocial.pdf>.

Tejero, J. (2021). Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario. Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha, 1-28. http://doi.org/10.18239/estudios_2021.171.00.

Vicente, J.M. y Guillén, A. L. (2019). Los factores psicosociales como predictores pronósticos de difícil retorno laboral tras incapacidad. Medicina y Seguridad del Trabajo, 64 (250), 50-74. <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v64n250/0465-546X-mesetra-64-250-00050.pdf>.

Anexos

Anexo 1

Encuesta del estado de ánimo

Nombre: _____ Edad: _____
 Estado civil: _____ Nivel de escolaridad: _____
 Ocupación: _____ Lugar de residencia: _____
 Tipo de vivienda: _____ Número de personas a cargo: _____
 Lugar actual de trabajo: _____ Antigüedad en la inst: _____
 Cargo que desempeña: _____ Tipo de cargo: _____
 Antigüedad en el cargo actual: _____ Departamento o área donde labora _____
 Horas de trabajo: _____
 Funciones: _____

1. ¿Tiene usted un bajo estado de ánimo la mayor parte del tiempo?
 Si No
2. ¿Ha perdido el interés por lo que normalmente hace, con su familia o en el trabajo?
 Si No
3. ¿En algún momento piensa que por su estado emocional ha bajado de peso?
 Si No
4. ¿En algún momento ha llegado a presentar insomnio, dificultad para dormir?
 Si No
5. ¿Su energía sigue siendo la misma para hacer actividades cotidianas,

tanto con su familia y en el ámbito laboral?

- Si No
6. ¿Se siente normalmente fatigado o que no puede hacer bien las actividades motoras, como correr, caminar y hacer ejercicio?
 Si No
 7. ¿Ha disminuido su capacidad de concentración?
 Si No
 8. ¿Cuándo esta con bajo estado de ánimo, piensa que hace las cosas mal y se culpa a usted mismo?
 Si No
 9. ¿Cómo se siente respecto a su autoestima?
 Si No
 10. ¿En algún momento ha tenido pensamientos de muerte, especialmente cuando se encuentra con un estado de ánimo bajo?
 Si No

Anexo 2

Entorno laboral

- 1) ¿Qué tan extensas son las jornadas laborales en el cargo que actualmente desempeña?
- 2) ¿Dentro de la institución que tan constante son las capacitaciones que les brindan?
- 3) ¿De qué forma les hacen los reconocimientos por la labor que desempeñan?
- 4) ¿Les realizan retroalimentación de las actividades que desarrollan?
- 5) ¿Durante su jornada laboral se encuentra su superior supervisando su trabajo?

Entorno social y laboral

- 1) ¿Cree que el tiempo fuera de la institución es suficiente para descansar?
- 2) ¿Actualmente cómo es la relación con las personas de su núcleo familiar?
- 3) ¿Cómo se desenvuelve en las relaciones interpersonales?

Anexo 3



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



Popayán, ___ de ___ del ___

Consentimiento Informado

En el marco de las actividades propuestas para el desarrollo del trabajo de grado del programa de la psicología de la Fundación Universitaria de Popayán, los estudiantes pertenecientes a decimo semestre realizarán la aplicación de una entrevista; el ejercicio práctico en mención tiene como propósito que el estudiante realice la valoración y/o procedimiento psicológico adecuado, teniendo en cuenta que he sido informado(a) claramente sobre el mismo, tanto en duración como en procedimiento. Yo _____ identificado con C.C. _____ estoy de acuerdo con la aplicación del ejercicio, además de estar de acuerdo con la filmación de dicha sesión, es importante que recuerde que los registros serán confidenciales y la información suministrada durante el desarrollo del ejercicio y sus datos personales no serán revelados de acuerdo al artículo 2° numeral 5° de la Ley 1090 de 2006: "... Los psicólogos tienen una obligación básica respecto a la confidencialidad de la información obtenida de las personas en el desarrollo de su trabajo como psicólogos. Revelarán tal información a los demás solo con el consentimiento de la persona o del representante legal de la persona, excepto en aquellas circunstancias particulares en que no hacerlo llevaría a un evidente daño a la persona o a otros".

Su participación en este proceso es voluntaria y no será remunerada, por otro lado, usted es libre de retirarse de la sesión cuando lo desee, Además, no se generará ningún tipo de informe psicológico, teniendo en cuenta que solo se trata de un ejercicio académico.

He comprendido las instrucciones manifiestas en este consentimiento y doy mi autorización para la realización de esta actividad.

Nombre: _____

C.c

Firma _____

Nombre: Karen Andrea Muñoz

C.c

Firma _____

Nombre: Fernando Muñoz

C.c

Firma _____

Nombre: José Adolfo Botero

C.c

Firma _____