

Producción científica sobre estrés, ansiedad y depresión en personal militar en tiempos de COVID-19*

Scientific production on stress, anxiety and depression in military personnel in times of COVID-19

Ana María Paredes Carrillo

anamapa36@gmail.com

Universidad Ricardo Palma, Perú

Recibido: 28 de octubre de 2023

Aceptado: 27 de noviembre de 2023

Resumen

El objetivo de la presente investigación es describir la producción científica sobre estrés, ansiedad y depresión del personal militar en actividad durante la pandemia de COVID-19. Para ello, se realiza una revisión de naturaleza narrativa en las bases de datos Web of Science, PubMed y Scopus, entre los años 2020 y 2022, en idioma español o inglés. La búsqueda, con supervisión especializada, se efectuó mediante descriptores para personal militar, depresión, ansiedad, estrés y COVID-19; los resultados se organizaron en Microsoft Excel. Se incluyen artículos que se enfocan en estrés, ansiedad y depresión en militares en actividad laboral durante la pandemia. Entre los resultados se encuentra que los nueve estudios de la muestra utilizan test validados para su medición; existen pocos estudios en militares, y los que hay son de tipo transversal para medir estrés, ansiedad y depresión; el Cuestionario de Autoevaluación del Estrés Psicológico Militar está validado para ser usado en personal militar. Se concluye que la sintomatología de

* Trabajo académico para obtener el título de segunda especialidad. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/6021>

Para citar este artículo:

Paredes, A. M. (2023). Producción científica sobre estrés, ansiedad y depresión en personal militar en tiempos de COVID-19. *Actualidad Psicológica*, 1(1), 69-89.

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-SA 4.0).



estrés, ansiedad y depresión parecen ser menores en militares que en población civil, requiriendo estudios adicionales para determinar su real prevalencia en la población de estudio.

Palabras clave: estrés, ansiedad, depresión, personal militar, COVID-19.

Abstract

The objective of this research is to describe the scientific production on stress, anxiety and depression of active military personnel during the COVID-19 pandemic. To this end, a narrative review is carried out in the Web of Science, PubMed and Scopus databases, between the years 2020 and 2022, in Spanish or English. The search, with specialized supervision, was carried out using descriptors for military personnel, depression, anxiety, stress and COVID-19; The results were organized in Microsoft Excel. Articles are included that focus on stress, anxiety and depression in military personnel during the pandemic. Among the results is that the nine studies in the sample use validated tests for their measurement; There are few studies in the military, and those that exist are cross-sectional to measure stress, anxiety and depression; The Military Psychological Stress Self-Assessment Questionnaire is validated for use in military personnel. It is concluded that the symptoms of stress, anxiety and depression seem to be lower in military personnel than in the civilian population, requiring additional studies to determine their real prevalence in the study population.

Keywords: stress, anxiety, depression, military personnel, COVID-19.

Introducción

Las investigaciones realizadas desde inicios de la pandemia de COVID-19 demuestran los impactos sustanciales que esta ha provocado perjudicando la salud mental (Sudom y Lee, 2022). Es así que, a nivel mundial, la preponderancia de ansiedad y depresión en 2021 se acrecentó en un 25% (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022a). Asimismo, un estudio epidemiológico del Ministerio de Salud (MINSA, 2021), sobre el impacto de la pandemia en la salud mental de la población adulta en Perú, indica que 57.2% de la población de Lima Metropolitana padece estrés en niveles moderados hasta severos, causados básicamente por dificultades en la atención de su propia salud, de sus padres, familiares, etc., y también por problemas económicos en el contexto de la crisis sanitaria.

El MINSA (2021), informa que, debido a la cantidad de casos confirmados y la limitada capacidad de atención, la población y sobre todo el personal sanitario padecen silenciosamente desórdenes psicológicos compatibles con estrés, ansiedad y depresión, entre los más comunes. Pero, no solo el personal de salud es uno de los sectores más afectados, existen otros colectivos que son blanco de los efectos perniciosos del virus que, en la etapa temprana, no tuvo ningún control posible. Es reconocida, por ejemplo, la labor de policías, bomberos, voluntarios, distribuidores de alimentos y muchos más que estuvieron en la primera línea, y que de manera significativa permanecieron en la lucha contra esta pandemia; entre ellos se debe mencionar también, por el rol que cumplen, al personal militar, un sector importante, reconocido en todas las naciones del mundo, al punto que los objetivos de los Estados mayores de defensa nacional se concentran en garantizar el bienestar de este personal para propulsar la preparación de dicha fuerza, el éxito de operaciones militares cotidianas y salvaguardar la defensa nacional de cada país (Kotoulas et al., 2021).

Por su parte Chiabra (2020) reconoce que las Fuerzas Armadas desplegaron una serie de acciones frente a la emergencia sanitaria. En un contexto de inseguridad y de amenaza no militar participaron en las estrategias de solución, replantearon y adaptaron sus roles, entrenamientos y equipamientos en este nuevo escenario que se percibía como una guerra contra una enfermedad infecciosa mortal, causada por el virus SARS-CoV-

2 (Chiabra, 2020). Es una realidad que, en las unidades altamente agrupadas, los militares superiores y subalternos también padecieron de COVID-19 y enfrentaron una serie de dificultades (Hou et al., 2020).

A pesar del manejo que poseen debido al entrenamiento constante, enfrentar determinadas circunstancias los coloca en una situación fértil para la aparición de síntomas de estrés postraumático; es notorio que el personal militar, por su naturaleza y por los sitios donde desarrolla su trabajo es vulnerable a cambios emocionales (Bravo, 2020). Incluso, la tranquilidad de contar con estabilidad laboral, vivienda, atención médica personal y familiar, entre otros, son insuficientes frente a las exigencias particulares del rol que deben cumplir, comparado con el de la población en general. En otras palabras, a la serie de factores estresantes que deben enfrentar, se suman las circunstancias propias de la pandemia que conlleva preocupación por su propia salud y por la de sus familias (Adler et al., 2022). Es importante identificar los factores de riesgo para elaborar acciones de protección con esta población, y analizar las características del estrés postraumático y sus efectos en miembros de las fuerzas militares para brindarles mayor apoyo especializado (Richardson et al., 2020).

En este sentido, Hou et al. (2020) enfatizan en las características del impacto de la COVID-19 con el efecto predictivo sobre el nivel de ansiedad en los militares. Si se toma en cuenta el distanciamiento con la familia, la orden de inamovilidad y lo incierto del desarrollo de la enfermedad es de esperar que síntomas de ansiedad se presenten (Gómez, 2020).

Con relación a lo desarrollado existen investigaciones como la de Alvarán et al. (2020), en la que exploran la incidencia de depresión y sus dimensiones en soldados de un batallón colombiano. Estos investigadores encuentran 8.8% de prevalencia de depresión, con dominio para la autoestima negativa de 11.7%, para la ideación suicida de 24.6%, para pobre imagen social de 56.8%, para afecto negativo de 26.3%, para desesperanza de 23.4% y para evitación de 19.3%. Concluyen que se debe mejorar el proceso selectivo de soldados en el despistaje de la salud mental, recomendando que se excluyan del servicio acuartelado a quienes tienden a presentar sintomatología depresiva (Alvarán et al., 2020).

Vallejo y Terranova (2009), también en Colombia, presentan una revisión del estrés postraumático y sus implicancias en personal militar de Cali, planteando la preeminencia de la psicoterapia en grupo y su empleo en militares. Llegan a la conclusión de que el estrés postraumático en excombatientes está supeditado a la interacción de múltiples causas, tales como la intensificación del trauma, coyuntura en la que ocurre el equilibrio emocional antes del episodio, incidencia previa de violencia, trasfondo cultural, el credo religioso y militar, la edad del individuo, los procesos psicológicos propios, las reacciones emotivas presentes, la autoestima y el apoyo familiar y social (Vallejo y Terranova, 2009).

Más adelante, en 2019, Amarilis y García llevaron a cabo un estudio sistemático del trastorno por estrés postraumático y tratamiento terapéutico con realidad virtual; el objetivo que se plantearon fue analizar la eficacia de dicha psicoterapia con la exposición en vivo asistida por realidad virtual a militares con sintomatología. Encontraron que dicho procedimiento sí se puede usar para trastornos por estrés postraumático después de situación de guerra con igual eficacia que la exposición prolongada o exposición en vivo tradicional (Amarilis y García, 2019).

En la prevención y tratamiento de trastornos emocionales, Coto-Lesmes et al. (2020) consideran la Activación Conductual Grupal en casos de depresión y ansiedad; no obstante, se deben ampliar las investigaciones para determinar los ingredientes terapéuticos exactos.

Bravo (2020) define el *estrés* como una reacción ante un hecho demandante o estresor, que puede ser psicológico o físico; el modo respondiente adaptativo es el *eustres* y el modo patológico es el *distres*. Implica, por una parte, la respuesta patológica y, por otra, el trauma.

Ahora bien, según sostiene Virues (2005), la *ansiedad* es definida como una respuesta emotiva del individuo frente a circunstancias que distingue o descifra como intimidantes o riesgosas, incluyendo aquellas que no se pueden valorar como tal en la realidad (Virues, 2005). La reacción no adaptativa es excesiva y frecuente, por lo que se le considera un trastorno mental que prevalece, pues abarca una sucesión de cuadros sintomáticos con rasgos comunes de carácter patológico, y que pueden evidenciarse en

múltiples alteraciones y desórdenes cognitivos, conductuales y psicofisiológicos (Virues, 2005).

Sobre la *depresión*, a diferencia de los habituales cambios del estado anímico y las reacciones emotivas de corto tiempo por los desafíos habituales de la vida, cuando es recurrente y de intensidad moderada o severa, se considera un estado grave de salud, que ocasiona sufrimiento, mal funcionamiento en el trabajo, desadaptación en la escuela y en la familia, incluso puede conducir al suicidio (OMS, 2021). Se encuentra, por ello, entre los primeros lugares de enfermedades limitantes, razón por la que es un objetivo primordial de atención en el mundo (Berenzon et al., 2013).

Por tanto, resulta relevante ampliar las investigaciones que abordan el estrés, la ansiedad y la depresión en el personal militar, por ser una población que enfrentó en primera línea la etapa crítica de la pandemia de COVID-19.

En función de lo desarrollado, se plantea como objetivo describir la producción científica sobre estrés, ansiedad y depresión del personal militar en actividad durante la pandemia de COVID-19. Los resultados pueden tomarse como base para ampliar la información, que es escasa, y elaborar programas eficaces en la prevención y tratamiento en estas poblaciones.

Metodología

Se realiza una revisión de naturaleza narrativa en las bases de datos Web of Science, PubMed y Scopus, entre los años 2020 y 2022, en idioma español o inglés. En la estrategia de búsqueda se empleó términos y descriptores referentes a estrés, ansiedad, depresión, COVID-19 y personal militar (Cjuno et al., 2021). En Scopus y Web of Science se usaron ajustadores de campo en los títulos, resumen y palabras clave, mientras que en PubMed en el título, resumen y término Mesh.

Posteriormente, se organizó la información en una base de datos en Microsoft Excel para Mac 365. Se incorporaron los estudios que contenían los términos depresión, ansiedad, estrés y COVID-19 como variables principales o secundarias, y con relación a personal militar. Se incluyeron

artículos originales, originales breves, revisiones sistemáticas y narrativas; asimismo, se excluyeron documentos repetidos, investigaciones en las que no participa personal militar que estuvo en primera línea, o que el tema de estudio no se relacione con estrés, depresión y ansiedad en el contexto de pandemia. Los títulos y resúmenes se confrontaron con los criterios de inclusión y exclusión precisados previo a la revisión. Luego, mediante un formato de recopilación de datos se clarificaron las divergencias y se verificaron resultados, aprobando el tablero de revisión narrativa. Los datos considerados son los siguientes: autor, año de publicación, tipo de artículo, diseño de estudio, objeto, instrumentos para cuantificar estrés, ansiedad o depresión, muestra y resultados.

Resultados

Hasta julio de 2022 se encuentran 107 estudios en Scopus; 61 estudios en Web of Science; y 52 estudios en PubMed, haciendo un total de 220 estudios. Una vez aplicados los criterios de inclusión, se obtiene una muestra inicial de $n = 42$, que contiene en el título y en el resumen la variable pandemia de coronavirus. Luego de la revisión del contenido, la muestra es de $n = 9$ estudios que presentan las variables estrés, ansiedad y depresión en población militar, y que estuvieron trabajando en el curso de la pandemia de COVID-19; cinco son transversales, uno de cohorte, uno analítico comparativo y dos cuantitativos (Figura 1).

Los objetivos que registran estos trabajos: explorar la salud mental, ansiedad y agotamiento, los índices de ansiedad y depresión, niveles de estrés y las respuestas de ansiedad frente a la muerte durante la pandemia en personal militar (Tabla 1).

Figura 1

Diagrama de flujo de selección de artículos que se incluyen en la investigación

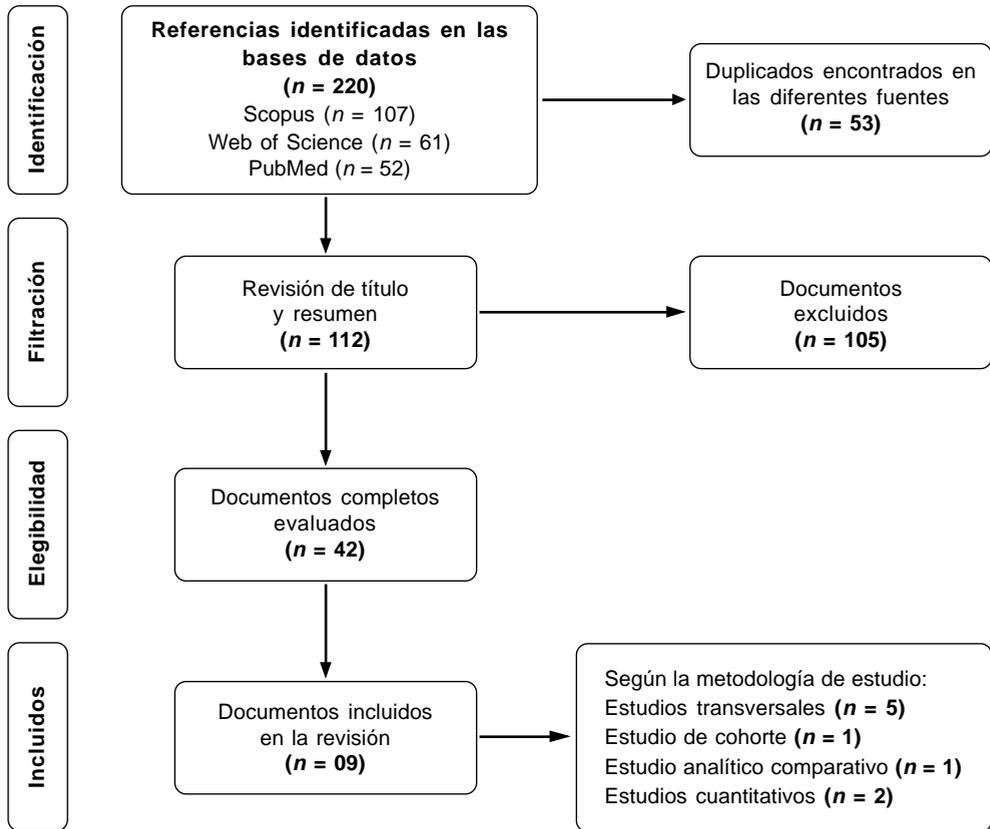


Tabla 1**Especificaciones de los artículos seleccionados de ansiedad, depresión y estrés en personal militar**

| Autor (año) | Tipo de Artículo/ Diseño | Objetivo | Instrumento | Muestra | Resultados |
|---|--------------------------|---|--|---|--|
| Adler, A. B., Gutierrez, I. A., Gomez, S. A. Q., Beymer, M. R., Santo, T. J., Thomas, J. L., Cates, D. S., Bell, A. M., Quartana, P. J. (2022) | Original/ Transversal | Establecer la relación entre los comportamientos de liderazgo específicos que abordan el Coronavirus y la salud mental de los soldados estadounidenses en cumplimiento de las pautas de salud pública de la COVID-19. | Prueba de Salud del Paciente de dos ítems (PHQ-2) para medir depresión. Test de trastorno de ansiedad generalizada de dos ítems (GAD-2). | 7829 soldados del Ejército de EE. UU. de tres comandos principales, en servicio activo o reservistas activados. | En cuanto a la salud mental de los soldados del Ejército de EE. UU., el 16.8% ($n = 1.168$) dio positivo para ansiedad y el 17.4% ($n = 1.206$) dio positivo para depresión. |
| Antonovsky, A., Danon, R., Schiff, M., Shelef, L. (2022) | Original/ Transversal | Examinar la capacidad predictiva de variables de personalidad (autoeficacia y Sentido de Coherencia-SOC), variables situacionales (ansiedad estado, autopercepción de salud-SSR y sensación de amenaza-SOT) y variables organizacionales (satisfacción con la forma en que militares y el gobierno han manejado el COVID-19) hacia el agotamiento entre los soldados de rescate de reserva de las Fuerzas de Defensa Israelí-FDI en pandemia por coronavirus. | Instrumento de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI). Cuestionario de agotamiento de Maslach (MBI) versión corta. | 105 miembros del personal médico de reserva del Comando del Frente Nacional israelí: 82 hombres (71%), 33 mujeres (29%) y un participante que no indicó género. | Las féminas reportaron un estado mayor de ansiedad y agotamiento que los varones. Las mujeres también mostraron menos satisfacción con el manejo de los militares frente a la crisis por coronavirus en comparación con los hombres. |

| Autor (año) | Tipo de Artículo/ Diseño | Objetivo | Instrumento | Muestra | Resultados |
|---|--------------------------|--|---|--|---|
| Sudom, K. A., Lee, J. E. C. (2022) | Original/ Transversal | Examinar las conductas saludables positivas del personal de la Fuerza Regular de las Fuerzas Armadas Canadienses (CAF) a inicios de la pandemia por Coronavirus, y la asociación de conductas con indicadores de bienestar, incluida la depresión, ansiedad y cambios percibidos en salud mental, salud física y niveles de estrés desde el inicio de la pandemia. | Inventario de Trastorno de Ansiedad Generalizada de 2 ítems (GAD-2). Prueba de Salud del Paciente de 2 ítems (PHQ-2). | 13668 miembros de la Fuerza Regular de las Fuerzas Armadas Canadienses. La mayoría eran hombres (82.0%), entre 25 y 44 años (64.8%), casados o en unión libre (61.6%). Aproximadamente la mitad eran suboficiales menores (NCM). Un pequeño porcentaje se desplegó en apoyo a largo plazo a los centros de atención en Ontario y Quebec, aproximadamente la mitad tenía hijos menores de 18 años en casa. | El 14.3% y el 14.5% de la muestra dieron positivo en depresión y ansiedad, respectivamente. Un poco más de un tercio (36.3%) reportó deterioro en salud mental desde inicios de pandemia, y cerca de la mitad reportó peor salud física (46.9%) y peores niveles de estrés (45.3%). |
| Xie, Y. W., Hou, T. Y., Cai, W. P., Luo, Z. C., Wen, J., Deng, G. H. (2021) | Original/ Transversal | Explorar el estado de salud mental del personal militar con manejo cerrado 1 año después del inicio de enfermedad por COVID-19. | Escala de ansiedad generalizada de 7 ítems (GAD-7). Cuestionario de salud del paciente-9 (PHQ-9). La escala revisada de impacto de eventos (IES-R). | 257 personal militar chino, entre oficiales y soldados que durante el periodo total de gestión se mantuvieron encerrados un año después del inicio de neumonía por el nuevo coronavirus-19. | El 47.5% (122/257) de los oficiales y soldados presentaba síntomas de depresión, el 29.6% (76/257) presentaba síntomas de ansiedad, el 39.7% (102/257) presentaba síntomas de estrés posttraumático y el 30.4% (78/257) presentaba indicadores de trastorno de estrés posttraumático. |

| Autor (año) | Tipo de Artículo/ Diseño | Objetivo | Instrumento | Muestra | Resultados |
|---|----------------------------------|--|--|---|---|
| Mitchell, N. A., McCauley, M., O'Brien, D., Wilson, C. E. (2021) | Original/ Transversal | Examinar las diferencias de salud mental entre el personal de las Fuerzas de Defensa Irlandesa (DF) desplegado en Irlanda en tareas relacionadas con la pandemia (DIPD) y en tareas no relacionadas con la pandemia (NO DIPD). | Cuestionario de amenaza percibida del coronavirus (PCTQ). Inventario del trastorno de ansiedad generalizada (GAD-7). Inventario de Salud del Paciente (PHQ-9). | 231 miembros de las Fuerzas de Defensa Irlandesas (DF), entre 35 y 44 años, casado o conviviendo en un 72%, miembros en activo y la mayoría habían servido más de 15 años en DF. | El género autoestima fueron factores que influyeron en la depresión ($\beta = .145, -.544$, ambos $P < .01$) y la ansiedad ($\beta = .192, -.515$, ambos $P < .01$) y el nivel educativo y la autoestima son agentes influyentes en el trastorno de estrés postraumático ($\beta = .233, .126, -.484$, todos $P < .05$). |
| Kotoulas A. S., Karamanavis, D., Lambrou, G. I., Karanikas, P. (2021) | Original/ Descriptivo de Cohorte | Investigar si el cuestionario DASS-21 es aplicable y confiable como herramienta psicométrica para cualquier administrador de atención médica militar de nivel superior, como el Ministerio de Defensa | Cuestionario DASS-21. | 158 militares con historial médico saludable de las Unidades de la Fuerza Aérea Táctica Helénica, entre 18 y 52 años, la mayoría entre 41 y 52 años, varones, casados y con al menos un hijo. | El cuestionario DASS-21 indicó niveles leves de depresión 1.3% y estrés .6% en militares durante los primeros meses de pandemia. La depresión se correlacionó significativamente con la medicación |

| Autor (año) | Tipo de Artículo/ Diseño | Objetivo | Instrumento | Muestra | Resultados |
|--|---|--|--|---|--|
| | | de Grecia, con el objeto de mejorar procesos benéficos para la salud mental militar durante la pandemia en curso. | | | sistémica ($p = .03$), la ansiedad se correlacionó significativamente con la edad ($p = .046$), el sexo ($p = .01$) y con la variable medicación sistémica ($p = .05$) y el estrés se correlacionó con el sexo ($p = .037$). Las intercorrelaciones entre las declaraciones DASS-21 mostraron que las personas con depresión de bajo rango también experimentaron algún grado de estrés. El análisis factorial indicó la confiabilidad y validez del cuestionario. |
| Harahap, Z. C. S., Effendy, E., Nasution, N. M. (2021) | Original/ Analítico comparativo numérico pareado con enfoque retrospectivo. | Determinar la adaptabilidad de los soldados del Batallón de Infantería de Marina de Defensa de Belawan para hacer frente a situaciones que nunca se habían enfrentado. | Test de Ansiedad Estado-Rasgo- Estado (STAI-S). Prueba de Ansiedad Estado-Rasgo- Rasgo (STAI-T). | 105 soldados del Batallón de Infantería de Marina de Defensa de Belawan, mayores de 19 a 50 años dispuestos a actuar como encuestados y que pudieran ser entrevistados. | Hubo una tendencia a la ansiedad en el brote pandémico por COVID-19 en paralelo con las condiciones normales en los soldados del Batallón de Infantería de Marina de Defensa de la Base Belawan I. |
| Lázaro-Pérez, C., Martínez-López, J. Á., Gómez-Galán, J., Fernández-Martínez, M. M. (2020) | Original/ Descriptivo cuantitativo. | Conocer el nivel de ansiedad ante la muerte del personal de las Fuerzas y Cuerpo de Seguridad de Estado y las Fuerzas Armadas | Cuestionario a partir del cuestionario de ansiedad/miedo ante la muerte de Collet-Lester. | 2079 trabajadores de Fuerzas y Cuerpo de Seguridad del Estado y Fuerzas Armadas de | El 49.2% denota miedo a la muerte, el 59.7% denota miedo al proceso de morir, el 82.1% denota miedo a la muerte de los demás y |

| Autor (año) | Tipo de Artículo/ Diseño | Objetivo | Instrumento | Muestra | Resultados |
|--|------------------------------------|---|--|---|---|
| | | españolas y determinar cuáles son las variables predictoras del fenómeno de sufrir ansiedad ante la muerte de estos profesionales. | | España distribuidos entre 374 militares de las Fuerzas Armadas, 800 policías nacionales y 905 guardias civiles. | el 78.2% denota miedo al proceso de Morir de los demás. Un 69.2% denota ansiedad ante la muerte. |
| Hou, T. Y., Dong, W., Cai, W. P., Deng, G. H. (2020) | Original/ Descriptivo cuantitativo | Explorar el estado de pánico de los oficiales y soldados del Dpto. de Hebei en la etapa inicial de la nueva epidemia de neumonía por coronavirus (COVID-19) y sus factores influyentes. | Cuestionario de autoevaluación del estrés psicológico militar preparado por Li Quanchao et al. | 411 oficiales y soldados del Dpto. de Hebei que respondieron el cuestionario. | El 5.84% (24/411) de los oficiales y soldados se encontraban en estado de estrés psicológico. El 4.14% (17/411) se encontraban en estado de pánico psicológico. La puntuación de pánico psicológico de los oficiales y soldados en estado de estrés psicológico fue (47.76 ± 6.51) puntos, que fue significativamente mayor que la de los oficiales y soldados en estado de estrés no psicológico (32.95 ± 10.94) puntos, y la diferencia fue estadísticamente significativa (t = 106.01, P < .01). |

Como se aprecia en la Tabla 1, se registran instrumentos psicométricos para evaluar estrés, ansiedad y depresión en personal militar. El Cuestionario de Autoevaluación de Li Quanchao et al. se utiliza para la evaluación de estrés psicológico militar, específicamente el estado de estrés y pánico psicológico en la etapa inicial de la pandemia de COVID-19 (Hou et al., 2020).

El PHQ es el instrumento más usado para evaluar depresión: PHQ-2 y PHQ-9 (Adler et al., 2022; Mitchell et al., 2021; Sudom et al., 2022; Xie et al., 2021). La Escala de Ansiedad Generalizada (GAD) es el instrumento más utilizado para evaluar ansiedad: GAD-2 y GAD-7 (Adler et al., 2022; Mitchell et al., 2021; Sudom et al., 2022; Xie et al., 2021). La versión militar griega DASS-21 es la escala psicométrica válida y confiable como herramienta sistemática para evaluar salud mental en población militar (Contreras, 2021; Kotoulas et al., 2021).

En los estudios sobre estrés se encuentra que el 45.3% de la Fuerza Regular de las Fuerzas Armadas Canadienses reporta niveles altos de estrés desde el comienzo de la pandemia (Sudom et al., 2022). El 5.84% de oficiales y soldados de Hebei, en China, se encontraban en estado de estrés psicológico durante la pandemia (Hou et al., 2020). De acuerdo a Xie et al. (2021), 39.7% presentaron síntomas de estrés postraumático en el ejército chino después de un año de iniciada la pandemia; el nivel educativo y la autoestima son factores que influyen en los trastornos de estrés postraumático ($\beta = .233, .126, -.484$, todos $P < .05$) en el ejército chino. Kotoulas et al. (2021) indican que, en el ejército griego, el estrés se correlaciona con el sexo ($p = .037$).

Los estudios que se enfocan en la ansiedad son ocho, de los nueve de la muestra, que tienen como variable al personal militar. Se encuentra ansiedad en 16.8% del personal militar de EE. UU. (Adler et al., 2022). En el ejército chino 29.6% presenta síntomas de ansiedad un año después del brote de la enfermedad de COVID-19 (Xie et al., 2021). El 11.4% de militares irlandeses reporta síntomas de ansiedad de moderada a grave (Mitchell et al., 2021). En situaciones, en que se enfrentan a noticias de muerte Lázaro-Pérez et al. (2020) indican que se observan los porcentajes más altos de ansiedad (69.2%) en personal militar de las Fuerzas Armadas de España durante la pandemia de COVID-19. Las mujeres presentan estados de ansiedad en mayor número que los hombres en el ejército israelí (Antonovsky et al., 2022). En la investigación de Harahap et al. (2021) se aprecia una tendencia a la ansiedad en pandemia de coronavirus en militares del Batallón de Infantería de Marina de Defensa de la Base Belawan ($\beta = .192, -.515$, ambos $P < .01$). El género y la autoestima son factores determinantes de ansiedad en el

ejército chino, según Xie et al. (2021). Asimismo, en el ejército griego, según Kotoulas et al. (2021), se correlaciona significativamente con la edad ($p = .046$), el sexo ($p = .01$) y con la medicación sistémica ($p = .05$).

En los estudios que analizan la depresión se encuentra que 17.4% el personal militar de EE. UU. dió positivo en depresión (Adler et al., 2022); también, 14.3% del personal militar de Canadá dió positivo en depresión (Sudom et al., 2022). Lo mismo sucede en el ejército irlandés, donde 19.75% presentaron síntomas de depresión (Mitchell et al., 2021). En la investigación de Xie et al. (2021), el 47.5% de los oficiales y soldados del ejército chino presentaron signos de depresión a un año de haberse iniciado la pandemia de COVID-19; aquí, se le relaciona con el género y la autoestima como factores que influyen en la depresión ($\beta = .145, -.544$, ambos $P < .01$). En el ejército griego se correlaciona significativamente con la medicación sistémica ($p = .03$), como sostienen Kotoulas et al. (2021).

Discusión

Medición de estrés, depresión y ansiedad en personal militar

Se utilizaron diversos instrumentos psicométricos para evaluar estrés, ansiedad y depresión, como el DASS-21, versión griega, que es una escala psicométrica válida y fiable para medir la salud mental en personal militar (Kotoulas et al., 2021).

En la medición del estrés, Hou et al. (2020) utilizan el Cuestionario de Autoevaluación del Estrés Psicológico Militar, de Li Quanchao. Solo evalúan con este test a su población de estudio para determinar los niveles, por lo que sería pertinente ampliar la investigación utilizando otros instrumentos con los que se pueda comparar, y así obtener resultados más precisos que conlleven a elaborar programas de prevención e intervención más efectivos, considerando las exigencias de la vida castrense.

La Escala de Ansiedad Generalizada (GAD) es la más usada en la medición de niveles de ansiedad en este tipo de poblaciones, específicamente las GAD-2 y GAD-7. Para evaluar depresión, PHQ-2 y PHQ-9 son los instrumentos más utilizados (Adler et al., 2022; Mitchell et al., 2021;

Sudom et al., 2022; Xie et al., 2021); también se usan para medir ansiedad y depresión en poblaciones no castrenses, por lo tanto, se puede comparar la prevalencia entre población militar y civil.

Prevalencia de estrés, ansiedad y depresión en militares

La revisión de datos, en los estudios, permite conocer porcentajes similares de ansiedad y depresión entre militares estadounidenses y militares canadienses; 16.8% en ansiedad y 17.4% en depresión, en el primer grupo, y 14% en ansiedad y 15% en depresión, en el segundo grupo (Adler et al., 2022; Sudom et al., 2022). También se observan menores niveles porcentuales de ansiedad en el ejército irlandés, de 11.4% y de síntomas depresión, de 19.8% en esta misma población (Mitchell et al., 2021). Comparado con los resultados de investigaciones preliminares sobre salud mental en la población peruana, durante la pandemia de COVID-19, se observa que es más alto en esta población, con 28.5% que manifestó presentar síntomas depresivos (Ministerio de Salud, 2021). Se ve mayores porcentajes de depresión y ansiedad con relación a militares de países como EE. UU., Canadá e Irlanda, lo que se debería a problemas relacionados con la salud, economía y otros ocasionados por la pandemia (Ministerio de Salud, 2021). Asimismo, en el informe de Carga Mundial de Morbilidad, año 2020, de la OMS (2022b) se registran 27 por cada 100 casos con trastorno depresivo mayor, y el incremento del 25.6% de casos de trastorno ansioso a nivel mundial. El análisis de los resultados lleva a postular que hay menos prevalencia de cuadros depresivos y ansiosos en militares comparado con la población en general, tanto en Perú como en el mundo, por lo que amerita determinar grados prevalentes de estrés, depresión y ansiedad en las Fuerzas Armadas del Perú.

Además, se evidencia porcentajes más altos de ansiedad frente a la muerte (69.2%) en personal militar de las Fuerzas Armadas de España durante la pandemia de COVID-19 (Lázaro-Pérez et al., 2020). Solo se cuenta con esta investigación para el análisis, por lo que es recomendable explorar en poblaciones similares, considerando que el personal militar, eventualmente, está destacado en lugares de conflicto con enfrentamientos bélicos.

En las estimaciones de prevalencia, la comparación es como sigue: la prevalencia de estrés, de 45.3%, es mayor en los ejércitos canadiense a inicios de la pandemia (Sudom et al., 2022); y mayor en el ejército chino, 39.7%, a un año de la pandemia (Xie et al., 2021); menor en el ejército de Hebei, de 5.84% durante la pandemia (Hou et al., 2020); Con relación a la prevalencia de ansiedad, es menor en los ejércitos de EE. UU. (16.8%) (Adler et al., 2022), en el personal militar chino (29.6%), un año después del brote de coronavirus (Xie et al., 2021) y en el ejército irlandés (11.4%) (Mitchell et al., 2021); la prevalencia de depresión es menor en personal militar de EE. UU. (17.4%) (Adler et al., 2022), en militares canadienses, (14.3%) (Sudom et al., 2022), en el ejército irlandés (19.75%) (Mitchell et al., 2021) y en militares del ejército chino (47.5%) (Xie et al., 2021). Lo que se relaciona con comportamientos de afrontamiento después de un trauma que generalmente desarrolla el personal castrense, sustentado por las pruebas convincentes que suscitan la existencia de aspectos vinculados profesionalmente al afrontamiento psicológico, resiliencia y bienestar, que merecen una mayor exploración (Arble et al., 2018).

Factores influyentes en depresión, ansiedad y estrés

De acuerdo a Xie et al. (2021), en el personal militar de China se encuentra que el género y la autoestima son los factores que influyen en la depresión y la ansiedad; y el nivel educativo y la autoestima son los agentes que coadyuvan para el trastorno de estrés postraumático. Esto, sugiere que mejorar la autoestima implica mejorar el estado anímico de la persona, puesto que, sentir reconocimiento y automotivación la ayuda a realizar actividades con energía y actitud positiva. Por otro lado, la autovaloración es un proceso introspectivo, más allá del reconocimiento de los demás; la retroalimentación entre la autoconsciencia del valor personal y la calificación de los demás, conducen también al fortalecimiento de la autoestima y, por ende, a la baja prevalencia de ansiedad, depresión y estrés (Rodríguez-Ceberio, 2021).

Por otra parte, en el ejército griego existe una correlación significativa de la ansiedad con la edad y sexo, y del estrés con el sexo (Kotoulas, et al, 2021). Resultados que, al ser corroborados con hallazgos en población en

general y personal de salud de diferentes países, se encuentra similitud en las mujeres menores de 40 años, que viven en lugares con altos índices de contagiados demuestran mayor vulnerabilidad que los varones; en ellas se observan cuadros de estrés, depresión y ansiedad como secuelas más resaltantes. Ante esta realidad, Rodríguez-Ceberio (2021) considera necesario proponer alternativas terapéuticas complementarias, tales como yoga, telemedicina y actividades físicas.

Conclusiones

Los trabajos de investigación sobre el estrés, depresión y ansiedad en poblaciones militares durante la pandemia de COVID-19 son insuficientes, más aún si se considera como criterio de inclusión la permanencia o participación en primera línea durante la crisis sanitaria. El asesoramiento de un experto en bibliometría permitió una búsqueda cabal y el manejo de las limitaciones en este aspecto. Los nueve estudios, que son la muestra de esta investigación, son principalmente transversales. La sintomatología del estrés, la depresión y la ansiedad resultan con menor incidencia en personal militar comparado con la población civil, según la revisión de resultados. No obstante, es necesario profundizar en el tema con poblaciones que tienen formación castrense, y trabajar en la construcción de instrumentos de medición psicométrica de salud mental que consideren, específicamente, sus características y el contexto donde desarrollan sus actividades. De esta manera es factible elaborar programas de prevención y de intervención psicológica.

Conflicto de intereses

La autora declara no tener conflicto de intereses.

Responsabilidad ética

Los datos presentados en este trabajo son originales; no se ha plagiado, inventado, manipulado o distorsionado la información.

Referencias

- Adler, A. B., Gutierrez, I. A., Gomez, S. A. Q., Beymer, M. R., Jackson, T., Thomas, J. L., Cates, D. S., Millikan, A. y Quartana, P. J. (2022). Los soldados estadounidenses y el papel del liderazgo: COVID-19, salud mental y cumplimiento de las pautas de salud pública. *BMC Public Health*, 22, 943. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13345-z>
- Alvarán, S. M., Bedoya, S., Henao, M. C., Velasquez, J. C. y Grisales, H. (2020). Prevalencia de depresión en soldados regulares de un batallón de una ciudad colombiana, 2017. *Revista Médica De Risaralda*, 26(1). <https://doi.org/10.22517/25395203.21921>
- Amarilis, C. y García, O. (2019). Terapia con realidad virtual para el trastorno por el estrés postraumático: Una revisión sistemática. *Institución Universitaria de Envigado*. <http://bibliotecadigital.ieu.edu.co/xmlui/handle/20.500.12717/906>
- Antonovsky, A., Danon, R., Schiff, M. y Shelef, L. (2022) Predicting mental burnout among Israeli Home Front Command soldiers during the COVID-19 pandemic. *Health Promotion International*, 37(2). <https://doi.org/10.1093/heapro/daab036>
- Arble, E., Daugherty, A. M. y Arnetz, B. B. (2018). Models of first responder coping: Police officers as a unique population. *Stress and Health*, 34(5), 612-621. <https://doi.org/10.1002/smi.2821>
- Berenzon, S., Lara, M. A., Robles, R. y Medina-Mora, M. (2013) Depresión: estado del conocimiento y la necesidad de políticas públicas y planes de acción en México. *Salud Publica Mex*, 55(1), 74-80. <https://www.scielosp.org/pdf/spm/2013.v55n1/74-80/es>
- Bravo, V. (2020). Abordaje de la salud mental en militares movilizados y sus familiares. Una revisión sistemática. *Universidad de Valladolid, Repositorio Documental*. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/41915>
- Chiabra, R. (2020). Las Fuerzas Armadas y el Coronavirus en el Perú. *La labor del Ejército del Perú en el contexto del Covid-19*, 16-19. <https://ceeeep.mil.pe/wp-content/uploads/2020/06/La-labor-del-Ejercito->
- Cjuno, J., Figueroa-Quinones, J., Marca-Dueñas, G. G. y Carranza-Esteban, R. F. (2021). Producción científica sobre depresión en poblaciones quechua hablantes: Una revisión narrativa. *Terapia psicológica*, 39(2), 163-174. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-48082021000200163>
- Contreras, C. I., Olivas, L. O. y De la Cruz, C. (2021). Escalas abreviadas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): validez, fiabilidad y equidad en adolescentes peruanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 8(1). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7802645>
- Coto-Lesmes, R., Fernández-Rodríguez, C. y González-Fernández, C. (2020). Activación Conductual en formato grupal para ansiedad y depresión. Una revisión sistemática. *Terapia Psicológica*, 38(1), 63-84. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-48082020000100063&script=sci_arttext
- Gómez, Y. (2020). *Alteraciones emocionales del personal militar de primera línea en labores humanitarias por la Pandemia COVID 19: Una aproximación cuantitativa* [Tesis de licenciatura, Universidad Tecnológica Indoamericana]. <http://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/2616>
- Harahap, Z. C. S., Effendy, E. y Nasution, N. M. (2021). The Differences of Anxiety Scores in the Pangkalan-L Defense Battalion Warriors, Belawan between the Pandemic Time COVID-19 and the Normal Period Before Pandemic. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(3), 139-142.
- Hou, T., Dong, W., Cai, W. y Deng, G. (2020). The state of panic among officers and soldiers during the novel coronavirus pneumonia epidemic and its influencing factors. *Journal of the Second Military Medical University*, 47(8), 832-837. <https://doi.org/10.16781/j.0258-879x.2020.08.0832>

- Kotoulas, A. S., Karamanavis, D., Lambrou, G. É. y Karanikas, P. (2021). A pilot study of the depression, anxiety and stress in Greek military personnel during the first year of the COVID-19 pandemic. *BMJ military health, bmjmilitary*. <https://doi.org/10.1136/bmjilitary-2021-001874>
- Lázaro-Pérez C., Martínez-López J. Á., Gómez-Galán, J. y Fernández-Martínez, M. M. (2020). COVID-19 Pandemic and Death Anxiety in Security Forces in Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(21), 7760. <https://doi.org/10.3390/ijerph17217760>
- Ministerio de Salud. (2021, 10 de junio). *El 57.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia de la COVID-19* [Nota de prensa]. [https://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2021/021.html#:~:text=El%2057.2%25%20de%20la%20poblaci%C3%B3n,de%20Salud%20Mental%20\(INSM\)%20del](https://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2021/021.html#:~:text=El%2057.2%25%20de%20la%20poblaci%C3%B3n,de%20Salud%20Mental%20(INSM)%20del)
- Mitchell, N. A., McCauley, M., O'Brien, D. y Wilson, C. E. (2021). Mental health and resilience in the Irish defense forces during the COVID-19 global pandemic. *Military Psychology, 1*(1), 11. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjilitary-2021-001874>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021, 13 de setiembre). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022a, 2 de marzo). *Salud Mental y COVID-19: datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/354393>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022b, 17 de junio). *La OMS subraya la urgencia de transformar la salud mental y los cuidados conexos*. <https://www.who.int/es/news/item/17-06-2022-who-highlights-urgent-need-to-transform-mental-health-and-mental-health-care>
- Richardson, A., Gurung, G., Samaranyaka, A., Gardner, D., Degraaf, B., Wyeth, E., Derret, S., Pastor, D. y McBride, D. (2020). Factores de riesgo y protección para el estrés postraumático entre el personal militar de Nueva Zelanda: un estudio transversal. *PLOS UNO, 15*(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231460>
- Rodríguez, N. S., Padilla, L. Á., Jarro, I. G., Suárez, B. I. y Robles, M. (2021). Factores de riesgo asociados a depresión y ansiedad por covid-19 (SARS-Cov-2). *Journal of American Health, 4*(1), 63-71. <https://doi.org/10.37958/jah.v4i1.64>
- Rodríguez-Ceberio, M. (2021). Psicólogos en el frente: la atención durante la crisis del Covid-19. De las emociones tóxicas a la salud psicológica. *Archivos de Medicina, 2*(1), 225-241. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273865670019>
- Sudom, K. A. y Lee, J. (2022). Well-being of Canadian Armed Forces members during the COVID-19 pandemic: the influence of positive health behaviors. *Health Promot Chronic Dis Prev Can, 42*(3), 113-121. <https://doi.org/10.24095/hpcdp.42.3.05>
- Vallejo, A. y Terranova, L. (2009). Estrés postraumático y psicoterapia de grupo en militares. *Terapia Psicológica, 27*(1), 103-112. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v27n1/art10.pdf>
- Virues, R. A. (2005). Estudio sobre ansiedad. *Psicología Científica.com, 7*(8). <https://psicolcient.me/jec9>
- Xie, Y., Hou, T., Cai, W., Luo, Z., Wen, J. y Deng, G. (2021). The impact of closed isolation management on the mental health of officers and soldiers one year after the outbreak of novel coronavirus pneumonia. *Journal of the Second Military Medical University, 1*(1), 1267-1272. <https://doi:10.16781/j.0258-879x.2021.11.1267>

Ana María Paredes Carrillo

Universidad Ricardo Palma, Perú.

Psicóloga de la Universidad Ricardo Palma, con 30 años laborando en el Ejército del Perú. Maestra en Terapia Familiar Sistémica, con segunda especialidad en Psicología Clínica y de la Salud, diplomada en Seguridad y Defensa Nacional, Curso Básico y Superior de Derecho Internacional Humanitario y Derecho Internacional de los DDHH. Directiva del Colegio de Psicólogos del Perú CDR I - Lima y Callao.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5078-9765>

anamapa36@gmail.com