

<https://doi.org/10.69639/arandu.v12i2.894>

Salud mental y satisfacción con la vida en el Personal Militar del Ejército ecuatoriano

Mental health and life satisfaction among military personnel of the Ecuadorian Army

Estefany Anai Sánchez Guevara

anahisanchez@live.com

<https://orcid.org/0009-0001-6648-5536>

Universidad Nacional Chimborazo
Riobamba, Ecuador

Sridam David Arévalo Lara

sridamd.arevalo@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-5948-8608>

Universitario en Neuropsicología y Educación

Artículo recibido: 10 enero 2025

- Aceptado para publicación: 20 febrero 2025

Conflictos de intereses: Ninguno que declarar

RESUMEN

La salud mental ha tomado gran relevancia en los últimos tiempos dentro del ámbito laboral y más aún en contextos de alta exigencia. Es por eso que, este estudio analiza la relación entre la salud mental y la satisfacción con la vida del personal militar ecuatoriano desplegado en centros de privación de libertad (CPL). Se empleó un diseño cuantitativo, no experimental, correlacional y transversal con una muestra de 275 militares en servicio activo. Para la evaluación se emplearon el Cuestionario de Salud General Goldberg (GHQ-28) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Los resultados mostraron que un porcentaje significativo de participantes presentó necesidad de un reconstituyente (8,7%), cefalea recurrente (8,7%), insomnio (9,8%), dificultad para mantener el sueño (9,5%) agobio y tensión (7,6%). Además, el 70,2% de los encuestados reportó un nivel moderado de satisfacción con la vida, mientras que el 22,9% mostró una insatisfacción leve. Se encontraron correlaciones negativas significativas entre las subescalas del GHQ-28 y la SWLS, lo que indica que una salud mental más deficiente se asocia con una menor satisfacción con la vida. A partir de estos hallazgos se recomienda que futuras investigaciones profundicen en el impacto de factores como la carga laboral, el apoyo social y las estrategias de afrontamiento en la salud mental del personal militar.

Palabras clave: salud mental, satisfacción con la vida, personal militar, estrés, cpl

ABSTRACT

Mental health has gained significant importance in recent times within the workplace, particularly in high-demand contexts. This study, therefore, examines the relationship between mental health

and life satisfaction among Ecuadorian military personnel deployed in detention centres (CPLs). A quantitative, non-experimental, correlational, and cross-sectional design was employed, involving a sample of 275 active-duty military personnel. For the assessment, the Goldberg General Health Questionnaire (GHQ-28) and the Satisfaction With Life Scale (SWLS) were utilised. The results revealed that a significant proportion of participants reported a need for restorative treatment (8.7%), recurring headaches (8.7%), insomnia (9.8%), difficulty maintaining sleep (9.5%), and feelings of stress and tension (7.6%). Moreover, 70.2% of respondents indicated a moderate level of life satisfaction, while 22.9% reported a slight level of dissatisfaction. Significant negative correlations were found between the GHQ-28 subscales and the SWLS, suggesting that poorer mental health is associated with lower life satisfaction. Based on these findings, it is recommended that future research further explores the impact of factors such as workload, social support, and coping strategies on the mental health of military personnel.

Keywords: mental health, life satisfaction, military personnel, stress, cpl

Todo el contenido de la Revista Científica Internacional Arandu UTIC publicado en este sitio está disponible bajo licencia Creative Commons Attribution 4.0 International. 

INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, el personal militar enfrenta condiciones extremas durante su servicio, lo que conlleva un alto riesgo para su salud mental. Estudios como el de (Fernández et al., 2024) indican que factores como el estrés y la exposición prolongada a situaciones adversas como es el caso del personal militar, impactan negativamente en su salud mental. En América Latina, las Fuerzas Armadas desempeñan roles adicionales en la lucha contra el crimen organizado, el narcotráfico y la seguridad interna, incrementando las afecciones psicológicas. El estudio realizado por (Bastidas et al., 2021) evidencia que los soldados desplegados en operativos contra el narcotráfico han experimentado altos niveles de estrés postraumático, ansiedad y depresión, debido a la exposición continua a situaciones de violencia extrema. En Ecuador, una de las misiones más exigentes es el despliegue en centros de privación de libertad (CPL). Un estudio realizado en la **Escuela de Formación de Soldados del Ejército (ESFORSE)** analizó la incidencia del estrés en los aspirantes a soldados, destacando cómo esta condición afecta la salud, seguridad y eficiencia del personal militar (Gaibor Delgado et al., 2018). Los hallazgos indican que el 72% de los cadetes experimentan síntomas de estrés significativo, lo que impacta su rendimiento y bienestar emocional.

La salud mental es definida por la (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022) como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad. De manera similar, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) destaca la importancia de la salud mental como un componente fundamental del bienestar general y la capacidad de adaptación a circunstancias adversas (OPS, 2024). Un análisis documental de los rasgos de salud mental en personal militar latinoamericano identificó una alta prevalencia de síntomas de ansiedad, depresión y estrés postraumático (Andrade Medina et al., 2024). En Ecuador, investigaciones han mostrado que el personal militar enfrenta desafíos significativos en su salud mental, especialmente aquellos desplegados en entornos de alta tensión, lo que impacta negativamente su bienestar psicológico (Gómez Cordones, 2020).

La calidad de vida del personal militar está estrechamente vinculada a su estado de salud mental. La exposición prolongada a misiones de alto riesgo, el desgaste emocional y la falta de redes de apoyo pueden deteriorar su percepción de bienestar. En el contexto militar, la satisfacción con la vida está influenciada por factores como la resiliencia, la estabilidad emocional y la capacidad de afrontamiento ante situaciones adversas. Estos elementos pueden verse afectados en militares desplegados en entornos de alta tensión, incrementando la fatiga psicológica y el riesgo de desarrollar trastornos psiquiátricos (Loaiza & Posada, 2016). Por ello, comprender la relación entre la salud mental y la calidad de vida del personal militar resulta fundamental para la formulación de estrategias de apoyo efectivas.

Estudios han demostrado que los soldados desplegados en entornos de alto estrés presentan un mayor riesgo de desarrollar síntomas de ansiedad y depresión, así como dificultades en su integración social tras el cumplimiento de misiones exigentes (Andrade Medina et al., 2024). En este sentido, la calidad de vida del personal militar ecuatoriano se ve afectada por la carga laboral extrema, la separación de sus familias y las condiciones operativas desafiantes en las que deben desempeñarse. En Ecuador los pelotones desplegados a la seguridad en entornos penitenciarios se han enfrentado a grandes problemáticas presentes, como el conflictos internos violentos de bandas delictivas, extorciones, corrupción, entre otros hechos que han convertido al sistema carcelario en un “exosistema de reproducción criminal” como menciona (Pontón, 2022) en su estudio, estos escenarios están estrechamente relacionados a la percepción en cuanto a calidad de vida y su satisfacción con la misma en el personal militar ecuatoriano.

Este estudio adopta un enfoque cuantitativo y correlacional con el objetivo de analizar la relación entre la salud mental y la satisfacción con la vida en el personal militar del ejército ecuatoriano. Se espera que los hallazgos de esta investigación contribuyan a la formulación de estrategias orientadas a la mejora del bienestar psicológico del personal militar, proporcionando información clave para el desarrollo de programas de intervención en salud mental. Además, sirvan para fundamentar la implementación de políticas institucionales que promuevan entornos laborales más saludables y aseguren que el personal desplegado en misiones de alta exigencia cuente con los recursos y el apoyo necesario para afrontar los desafíos inherentes a su labor. Un ejemplo de ello es el Programa de Atención Temprana en Salud Mental para Fuerzas Armadas en Latinoamérica, que capacitó a personal militar no profesional de la salud mental para brindar atención temprana a sus compañeros en situaciones de alto riesgo, utilizando la Terapia EMDR aplicada por auxiliares (Jarero et al., 2014).

MÉTODO

Taxonomía de la Investigación

Este estudio se realizó con un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, transversal, correlacional y descriptivo. Este diseño permite analizar la relación entre la salud mental y la satisfacción con la vida en el personal militar ecuatoriano desplegado en centros de privación de libertad durante el año 2024.

Población y Muestra

La población de estudio estuvo conformada por personal militar ecuatoriano perteneciente a las Fuerzas Armadas del Ecuador, desplegado a los Centros de Privación de Libertad en el país. Para esta investigación, se utilizó muestreo probabilístico estratificado, con un cálculo muestral basado en la fórmula para poblaciones finitas (Cochran, 1977). En donde se evaluó a 275 militares en servicio activo a través de un cuestionario digital, utilizando la herramienta Google Forms con un tiempo de administración de ≤ 15 minutos, aplicando criterios

de inclusión como: ser personal militar en servicio activo durante el despliegue a los CPL del Ecuador y aceptar el consentimiento informado para participar en el estudio. Mientras que los criterios de exclusión fueron: presentaran licencias médicas por trastornos psicológicos al momento del estudio o no completar el cuestionario de salud mental en su totalidad.

Variable dependiente: Salud mental (Subescalas: síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión).

Variable independiente: Satisfacción con la vida.

Variable atributiva: Edad, sexo, rango militar, años de servicio, provincia de procedencia, estado civil y número de hijos.

Instrumentos de Medición

Para la recolección de datos, se aplicaron los siguientes instrumentos validados en la población militar:

Cuestionario de Salud General de Goldberg (GHQ-28)

Diseñado por Goldberg et al. (1979) y adaptado por Lobo et al. (1986), este cuestionario evalúa la salud mental en cuatro subescalas: síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión. Utiliza una escala tipo Likert con respuestas de 0 a 1, siguiendo el modelo de puntuación [0,0,1,1].

Estudios en población ecuatoriana han reportado una alta confiabilidad del GHQ-28. Por ejemplo, (Moreta-Herrera et al., 2021) encontraron que la versión adaptada del GHQ-28 en población universitaria ecuatoriana mostró una alta consistencia interna, con un coeficiente omega jerárquico (ω_H) de 0.93, lo que indica una excelente validez estructural y fiabilidad del instrumento en este contexto. Además, investigaciones en América Latina han validado su estructura factorial y sensibilidad para detectar problemas de salud mental. (Gibbons et al., 2004) evaluaron la estructura factorial y la confiabilidad del GHQ-28 en una muestra universitaria salvadoreña, encontrando que la estructura bifactorial del cuestionario mostró una adecuada estabilidad y consistencia interna. Estos resultados respaldan la fiabilidad y validez del GHQ-28 como una herramienta confiable para evaluar la salud mental en contextos similares a la población ecuatoriana estudiada y en otras poblaciones latinoamericanas.

Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)

Desarrollada por Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985), la SWLS mide la percepción global de satisfacción con la vida a través de cinco ítems. Utiliza una escala Likert de 1 (totalmente en desacuerdo) a 7 (totalmente de acuerdo). Ha demostrado una alta confiabilidad, con un alfa de Cronbach superior a 0.80 en estudios internacionales (Diener et al., 2017).

En América Latina, la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) ha sido validada en diversas poblaciones, confirmando su estructura factorial y su alta consistencia interna. Un estudio realizado en Ecuador por (Moreta Herrera et al., 2018) encontró que la escala presenta una adecuada validez convergente y confiabilidad en población adulta ecuatoriana. Los resultados

indicaron que la satisfacción con la vida es un predictor significativo del bienestar psicológico y social, lo que respalda su uso en investigaciones sobre bienestar subjetivo en el país.

Procedimiento

- Se obtuvo la autorización institucional para realizar el estudio.
- Se aplicó un cuestionario digital autoadministrado a través de Google Forms.
- Los participantes accedieron voluntariamente y aceptaron el consentimiento informado antes de responder.
- La tabulación de respuestas se realizó en Microsoft Excel 2019.
- Se analizaron los datos mediante IBM SPSS Statistics (v.26, Edición de 64 bits).

Análisis de Datos

Se utilizó estadística descriptiva para la caracterización de la muestra (frecuencias, medias y desviaciones estándar). Para analizar la relación entre salud mental y satisfacción con la vida, se aplicaron:

- Coeficiente de correlación de Pearson, para evaluar la asociación entre variables.
- Prueba t de Student, para comparar diferencias entre grupos.
- Análisis de varianza (ANOVA), para evaluar diferencias entre subgrupos dentro de la población militar.
- Para la fiabilidad del GHQ-28 y SWLS, se calculó el alfa de Cronbach, siguiendo los criterios de consistencia interna propuestos por Cronbach (1951).

Consideraciones Éticas

Se respetaron los principios éticos de la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2013). Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes garantizando la confidencialidad y el anonimato en la recolección de datos para uso exclusivo con fines académicos.

Hipótesis del estudio

El presente estudio explora las complejas relaciones entre las variables, partiendo de la hipótesis central planteada por el investigador en donde se asegura que, (**H₁**) existen relaciones significativas entre los indicadores de salud mental (ansiedad, depresión y síntomas somáticos) y la satisfacción con la vida. Para puntualizar esto se formularon 5 subhipótesis (**H_{1.1}**, **H_{2.1}**, **H_{1.3}**, **H_{2.4}**, **H_{1.5}**) que indican que, los síntomas depresivos y la ansiedad percibida se asocian e influyen negativamente en la satisfacción con la vida, sugiriendo que niveles más elevados de estos síntomas conducirán a una percepción más deteriorada de la calidad de vida. Así como también, los síntomas somáticos y un mayor número de enfermedades crónicas se consideran otro factor potencial de disminución en la satisfacción con la vida. Mientras que, el apoyo social actuará como un factor protector, esperándose una correlación positiva entre apoyo percibido y satisfacción con la vida. En contraposición, la hipótesis nula (**H₀**) sostiene que no existen

relaciones significativas entre los indicadores de salud mental y la satisfacción con la vida., planteando un escenario de independencia entre las variables.

RESULTADOS

Respecto a los resultados de los indicadores sociodemográficos del Personal Militar del Ejército Ecuatoriano como: Edad, sexo, rango militar, tiempo de trabajo en la institución, provincia de procedencia, estado civil, número de hijos. Se presentan detalladamente en la tabla

Tabla 1

Variables sociodemográficas del Personal Militar del Ejército ecuatoriano

VARIABLE	N	%
EDAD		
24-30 años	111	40.4%
31-45 años	146	53.1%
46-55 años	17	6.2%
SEXO		
Femenino	1	0.4%
Masculino	271	98.5%
Prefiero no decirlo	3	1.1%
RANGO MILITAR		
Oficial	50	18.2%
Tropa Profesional	225	81.8%
TIEMPO DE TRABAJO EN LA INSTITUCIÓN		
Menos de 5 años	60	21.8%
5-10 años	85	30.9%
Más de 10 años	130	47.3%
PROVINCIA DE PROCEDENCIA		
Sierra	110	40.0%
Costa	90	32.7%
Oriente	50	18.2%

ESTADO CIVIL

Soltero/a	130	47.3%
Casado/a	100	36.4%
Divorciado/a	30	10.9%
Viudo/a	10	3.6%
Otro	5	1.8%

NÚMERO DE HIJOS

Sin hijos	90	32.7%
1 hijo	80	29.1%
2 hijos	70	25.5%
3 o más hijos	30	10.9%

Nota. Elaboración propia.

La Tabla 2 presenta los resultados de salud mental en cuatro subescalas. En la subescala de síntomas somáticos, se observa que el 8,7% del personal reporta cefaleas persistentes, el 8,7% requiere reconstituyentes o energizantes para desempeñarse adecuadamente, y el 6,2% experimenta fatiga constante. En la subescala de ansiedad-insomnio, el 9,8% de la población presenta insomnio, el 9,5% reporta dificultades para mantener el sueño, y el 7,6% experimenta tensión y agobio. En cuanto a la subescala de disfunción social, el 5,1% de la población refiere dificultades para mantenerse ocupado y activo, el 4,4% presenta retraso en la activación, y el 3,6% reporta incapacidad para experimentar satisfacción en su vida. En la subescala de depresión, el 2,5% de la población presenta ideación autolítica, el 2,2% reporta nerviosismo incontrolable, y el 3,6% manifiesta problemas de salud mental crónicos. En cuanto a la fiabilidad de las subescalas, se encontró que presentan una consistencia interna adecuada. La subescala de síntomas somáticos obtuvo un $\alpha = 0,85$, la subescala de ansiedad-insomnio un $\alpha = 0,91$, la subescala de disfunción social un $\alpha = 0,80$, y la subescala de depresión un $\alpha = 0,88$. De manera global, el GHQ-28 mostró una consistencia interna óptima con un $\alpha = 0,94$.

Tabla 2*Resultados del Cuestionario de Salud General de Goldberg GHQ-28*

SUBESCALAS	ÍTEMS	RESULTADO (%)	
		CASO	NO CASO
SOMÁTICA ($\alpha= 0,85$)	Salud y plenitud de forma	6,2	93,8
	Necesidad de un reconstituyente	8,7	91,3
	Agotamiento	6,2	93,8
	Sensación de enfermedad	5,5	94,5
	Cefalea	8,7	91,3
	Sensación de opresión	6,2	93,8
	Calor/Escalofríos	3,6	96,4
ANSIEDAD ($\alpha= 0,91$)	Insomnio	9,8	90,2
	Dificultades para mantener el sueño	9,5	90,5
	Agobio y tensión	7,6	90,5
	Mal humor	6,2	93,8
	Pánico	2,9	97,1
	Sensación de angustia	5,8	94,2
	Nervios	3,6	96,4
SOCIAL ($\alpha= 0,80$)	Sensación de mantenerse ocupado y activo	5,1	94,6
	Tiempo de activación	4,4	95,6
	Sensación de hacer bien las cosas	1,5	98,5
	Satisfacción	3,6	96,4
	Sensación de utilidad	2,2	97,8
	Toma de decisiones	2,5	97,5
	Capacidad de disfrutar	3,6	96,4
DEPRESIÓN ($\alpha= 0,88$)	Sensación de valor propio	1,1	98,9
	Desesperanza	1,8	98,2
	Desvalorización de la vida	1,8	98,2
	Ideas autolíticas	2,5	97,5
	Nervios incontrolables	2,2	97,8
	Deseos de muerte propia	1,8	98,2
	Ideas autolíticas persistentes	1,5	98,5
CASOS CRÓNICOS DE SALUD MENTAL		3,6	96,4

La tabla 3 presenta los resultados de una escala de satisfacción con la vida (SWSL) en una muestra de 275 participantes. Los ítems evaluados muestran medias elevadas, cercanas o

superiores a 4.20 en una escala de 1 a 5, indicando un alto nivel de satisfacción general. La mediana de 5 en todos los ítems refleja que la mayoría de los participantes se ubican en el extremo positivo de la escala. La desviación estándar (entre 0.937 y 1.075) sugiere una dispersión moderada en las respuestas, con valores mínimos de 1 y máximos de 5, lo que indica que, aunque predomina la satisfacción, existe variabilidad individual. En conjunto, los datos revelan una percepción generalizada de bienestar y satisfacción con la vida entre los participantes, aunque con matices que reflejan diferencias individuales.

Tabla 3

Descriptivos de la escala de satisfacción con la Vida SWSL

Ítems	N	Media	Mediana	Desv. estándar	Mínimo	Máximo
En la mayoría de los aspectos mi vida es como yo quiero que sea	275	4,24	5,00	1,075	1	5
Las circunstancias de mi vida son muy buenas	275	4,35	5,00	,968	1	5
Estoy satisfecho con mi vida	275	4,50	5,00	,937	1	5
Hasta ahora he conseguido de la vida las cosas que considero importantes	275	4,37	5,00	,943	1	5
Si pudiera vivir mi vida otra vez no cambiaría casi nada	275	4,22	5,00	1,017	1	5

La Tabla 4 muestra los resultados de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWSL) en una muestra de 275 participantes. La mayoría de los encuestados (70.2%) se ubica en el nivel de "Satisfecho promedio", mientras que un 22.9% reporta estar "Levemente insatisfecho". Solo un 2.9% se encuentra "Muy insatisfecho", y un 4.0% se considera "Satisfecho". No se registraron casos en los niveles de "Alta satisfacción" o "Muy alta satisfacción". La alta consistencia interna del instrumento ($\alpha = 0.94$) respalda la confiabilidad de los datos.

Tabla 4

Resultados de escala de satisfacción con la Vida SWSL

NIVEL DE SATISFACCIÓN	N	%
Muy insatisfecho	8	2,9
Insatisfecho	0	0,0
Levemente insatisfecho	63	22,9
Satisfecho promedio	193	70,2
Satisfecho	11	4,0
Alta satisfacción	0	0,0

Muy alta satisfacción	0	0,0
Total	275	100,0

Nota: * $\alpha=0,94$

La Tabla 5 presenta las correlaciones entre las subescalas del GHQ-28 (Cuestionario de Salud General) y los ítems de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWSL). Se observan correlaciones negativas significativas entre todas las subescalas del GHQ-28 y los ítems del SWSL, indicando que a mayor presencia de síntomas de salud mental (somáticos, ansiedad, disfunción social, depresión y casos crónicos), menor es la satisfacción con la vida. Las correlaciones más fuertes se encuentran en los ítems SWSL 2 ($Rho = -0.259$; $Rho -0.313$, $p < 0.001$) y SWSL 3 ($Rho = -0.233$ $Rho -0.313$, $p < 0.001$), sugiriendo que los síntomas de salud mental, especialmente los casos crónicos y la ansiedad, tienen un impacto significativo en la percepción de satisfacción vital.

Tabla 5*Correlaciones del GHQ-28 y el SWSL*

Subescalas	SWSL 1		SWSL 2		SWSL 3		SWSL 4		SWSL 5	
	<i>Rho</i>	Sig. (bilateral)								
Somática	-,119*	,048	-,204**	<,001	-,233**	<,001	-,141	,020	-,099	,100
Ansiedad	-,182**	,002	-,259**	<,001	-,293**	<,001	-,197**	,001	-,159**	,008
Social	-,132*	,028	-,143*	,018	-,151*	,012	-,104	,084	-,118	,051
Depresión	-,132*	,028	-,143*	,018	-,151*	,012	-,104	,084	-,118	,051
Casos crónicos de salud mental	-,201**	<,001	-,276**	<,001	-,313**	<,001	-,233**	<,001	-,178**	,003

Nota: **. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la salud mental y la satisfacción con la vida en el personal militar ecuatoriano, considerando factores sociodemográficos y afectaciones psicológicas derivadas del contexto operativo. Los hallazgos obtenidos permiten identificar patrones relevantes y contrastarlos con estudios previos.

Los resultados de la Tabla 1 muestran que la mayoría de los participantes pertenece al grupo de edad de 31 a 45 años (53.1%), seguido por el grupo de 24 a 30 años (40.4%), lo que sugiere que la mayor parte de la muestra se encuentra en una etapa media de su carrera militar. Esta fase profesional suele estar asociada con un aumento en la carga laboral y una mayor presión en la toma de decisiones, factores que pueden influir en la percepción de bienestar y salud mental del personal militar. Estudios han demostrado que el personal militar está constantemente expuesto a diversos factores estresantes debido a la naturaleza de su profesión, lo que puede afectar su salud mental y bienestar (López Araujo et al., 2008). En cuanto al sexo, el 98.5% de los encuestados son hombres, reflejando la composición predominantemente masculina del personal militar en Ecuador. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), las mujeres representan solo el 1.4% del personal en las Fuerzas Armadas ecuatorianas (INEC, 2023). Esta baja representación femenina es reconocida en la Política de Género de las Fuerzas Armadas, la cual busca promover la igualdad de oportunidades y aumentar la participación de las mujeres en todos los ámbitos militares (Ministerio de Defensa Nacional del Ecuador, 2023). Respecto al rango militar, se observa una mayor participación de la tropa profesional (81.8%) en comparación con los oficiales (18.2%). Esta distribución es relevante, ya que investigaciones han indicado que el personal de tropa suele estar más expuesto a niveles elevados de estrés y fatiga debido a su rol operativo en misiones de alto riesgo. Un estudio sobre las alteraciones emocionales del personal militar en primera línea señala que la doctrina militar expone frecuentemente a los soldados a situaciones estresantes, lo que puede afectar su salud mental (Gómez Cordones, 2020). Estos resultados resaltan la importancia de implementar estrategias de apoyo psicológico y programas de bienestar dirigidos específicamente al personal de tropa, con el objetivo de mitigar los efectos negativos del estrés y mejorar su calidad de vida y desempeño profesional.

La Tabla 2 muestra los resultados obtenidos mediante el Cuestionario de Salud General de Goldberg (GHQ-28), evidenciando distintos niveles de afectación en la salud mental del personal militar. En la subescala Somática, el 8.7% de los encuestados reporta cefaleas persistentes y el 6.2% fatiga constante. Estos síntomas son comunes en personal militar expuesto a condiciones de alto estrés operativo. Un estudio realizado en el Hospital Militar Escuela "Dr. Alejandro Dávila Bolaños" de Nicaragua encontró que el 44% del personal de enfermería presentó altos niveles de cansancio emocional, lo que puede manifestarse en síntomas físicos como cefaleas y fatiga (Maltez, 2017). En la subescala Ansiedad, el 9.8% de los participantes reporta insomnio y el 9.5% dificultades para mantener el sueño. Investigaciones indican que más del 80% de los tripulantes aéreos militares refieren disfunción

del sueño, y más del 90% admite que la fatiga es un problema en su tipo de vuelo, lo que impacta negativamente en su rendimiento y bienestar (Salto et al., 2024).

Por otro lado, en la subescala Disfunción Social, el 5.1% de los encuestados presenta dificultades para mantenerse ocupado y activo, mientras que el 3.6% reporta incapacidad para experimentar satisfacción en su vida. Esto sugiere una posible alteración en la funcionalidad diaria, relacionada con la carga laboral extrema y la reducción de redes de apoyo social. Se ha documentado que la prevalencia del estrés laboral en militares está relacionada con largas jornadas de trabajo, escaso tiempo de descanso y la separación del núcleo familiar (González Penagos et al., 2013; Redrobán Viteri, 2022). Finalmente, en la subescala Depresión, el 2.5% de los participantes presenta ideación autolítica. Aunque este porcentaje es bajo, sigue siendo preocupante, ya que el aislamiento social y la presión psicológica en entornos militares pueden aumentar el riesgo de depresión y conductas autolesivas. Un estudio en soldados colombianos heridos en combate encontró una prevalencia del 16.66% de trastorno por estrés postraumático, evidenciando el impacto psicológico de las experiencias traumáticas en el ámbito militar (Corzo & Bohórquez, 2009). También la investigación de (Bøg & Jørgensen, 2018) muestra resultados sorprendentes en la evaluación de salud mental con militares expuestos a operaciones de combate en donde mencionan la prevalencia a largo plazo de la depresión estuviera en un rango de 7,6% a 18%.

Las Tablas 3 y 4 muestran los resultados de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), indicando que, el 70,2% del personal militar ecuatoriano reporta un nivel de “satisfacción promedio”, mientras que el 22,9% muestra “insatisfacción leve” y el 2,9% está “muy insatisfecho”. No se registraron casos de satisfacción alta o muy alta, lo que sugiere que, si bien la mayoría percibe bienestar, existen factores que limitan una mayor satisfacción. La alta consistencia interna del instrumento ($\alpha = 0.94$) respalda la confiabilidad de los datos. Estos hallazgos son congruentes con los de (Carpio, 2022), quien encontró que aproximadamente el 59.6% de los cadetes en una institución militar presentaban niveles bajos o tendientes a bajos de satisfacción con la vida, mientras que el 41.9% mostró niveles tendientes a altos o altos. Esto destaca el impacto del estrés en su bienestar y la importancia de las estrategias de afrontamiento para mejorar la satisfacción con la vida en este grupo poblacional. Asimismo, (Gamio Sánchez, 2021) identificó que, en los soldados, la satisfacción con la vida dependía significativamente de la inteligencia emocional, con un 25,4% de la muestra mostrando bajos niveles de satisfacción. En conjunto, estos estudios resaltan la influencia del contexto operacional y la necesidad de estrategias de afrontamiento para mejorar la percepción de bienestar en el personal militar. Además, la ausencia de casos con altos niveles de satisfacción sugiere que el entorno altamente exigente limita el desarrollo del bienestar pleno. Factores como el aislamiento familiar, las largas jornadas laborales y la exposición a situaciones de riesgo pueden afectar estos niveles moderados de satisfacción. Esto sugiere la necesidad de profundizar en los factores que influyen en estas diferencias.

Los resultados de la Tabla 5 muestran correlaciones negativas entre todas las subescalas del Cuestionario de Salud General de Goldberg (GHQ-28) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS),

indicando que, a mayor presencia de síntomas de salud mental, menor satisfacción con la vida. Las correlaciones más fuertes se observaron en la subescala de Casos crónicos de salud mental ($Rho = -0.313, p < 0.001$) y en la subescala de Ansiedad ($Rho = -0.293, p < 0.001$), sugiriendo que los militares con problemas psicológicos presentan niveles significativamente más bajos de satisfacción con la vida. Estos hallazgos son consistentes con el estudio de (Zhamungui Barahona, 2022), quien encontró que aproximadamente un tercio de una muestra de personal militar ecuatoriano presentó cuadros de ansiedad, depresión y distrés psicológico, afectando negativamente su percepción de bienestar general. Además, se halló una correlación significativa entre la depresión y la cantidad de actividades realizadas durante la pandemia, resaltando la influencia de factores operacionales en la salud mental del personal militar. Asimismo, investigaciones previas han demostrado que el apoyo social y el acceso a servicios psicológicos pueden mejorar significativamente la calidad de vida en esta población. Por ejemplo, estudios han indicado que la resiliencia, fortalecida por el apoyo social, presenta una relación positiva con el bienestar psicológico, sugiriendo que el fortalecimiento de la resiliencia permite reducir los efectos de riesgo y mejorar la satisfacción con la vida en el personal militar. Estos resultados subrayan la importancia de implementar estrategias de intervención enfocadas en la salud mental y el bienestar del personal militar, considerando la relevancia del apoyo social y el acceso a servicios psicológicos para mejorar su calidad de vida.

Limitaciones del estudio

Una de las principales limitaciones del estudio incluye el diseño transversal, ya que impide establecer relaciones de causalidad entre la salud mental y la satisfacción con la vida. Además, la investigación se centró únicamente en militares en servicio activo desplegados en centros de privación de libertad (CPL), lo que limita la generalización y comparación de los resultados con otras unidades operativas. El uso de test de autoregistro también puede haber influido en la precisión de las respuestas debido a sesgos de deseabilidad social. Asimismo, factores individuales no considerados, como antecedentes psiquiátricos o eventos estresantes previos, podrían haber afectado los resultados. Finalmente, el estudio no abordó intervenciones previas o estrategias de afrontamiento utilizadas por los participantes, lo que podría haber influido en su percepción de bienestar.

CONCLUSIÓN

Se cumplió el objetivo de analizar la relación entre la salud mental y la satisfacción con la vida en el personal militar ecuatoriano, empleando el GHQ-28 y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Los resultados indican que, aunque la mayoría de los participantes reporta un nivel de satisfacción moderado, un porcentaje significativo presenta insatisfacción, lo que evidencia la necesidad de explorar los factores que inciden en este fenómeno. El análisis de las subescalas del GHQ-28 reveló que los principales síntomas en la subescala Somática fueron cefalea (8.7%) y fatiga constante (6.2%). En la subescala Ansiedad destacaron insomnio (9.8%) y dificultades para mantener el sueño (9.5%). En la subescala Disfunción Social, el 5.1% reportó dificultades para mantenerse ocupado y el 3.6%

incapacidad de disfrutar la vida. Finalmente, en la subescala Depresión, el 2.5% manifestó ideación autolítica.

Se recomienda que futuras investigaciones profundicen en el impacto de factores como la carga laboral, el apoyo social y las estrategias de afrontamiento en la salud mental del personal militar, con el objetivo de diseñar programas de intervención que fortalezcan su bienestar psicológico.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses respecto al presente artículo.

REFERENCIAS

- Andrade Medina, M. Á., Fula Martin, K. A., Mazo García, M. E., García Carrillo, J. A., & Urazan Chinchilla, J. C. (2024). Análisis documental de los rasgos de salud mental en personal militar latinoamericano. *Revista Brújula de Investigación*, 12(23), 74-85.
- Asociación Médica Mundial. (2013). Declaración de Helsinki – Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Bastidas-Goyes, Alirio, Tuta-Quintero, Eduardo, Hincapíe-Díaz, Gustavo, Rueda-Rodriguez, Alejandro, Piotrostanalsky, Audrey, & Contreras-Candelo, Silvia. (2021). Trastorno de estrés postraumático en una cohorte de militares con trauma de guerra. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(4), Epub 01 de diciembre de 2021.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572021000400019&lng=es&tlng=es
- Bøg, M., Filges, T., & Jørgensen, A. M. K. (2018). Deployment of personnel to military operations: impact on mental health and social functioning. *Campbell Systematic Reviews*, 14(1), 1–127.
<https://doi.org/10.4073/csr.2018.6>
- Carpio, M. L. H. (2022). Satisfacción con la vida y afrontamiento al estrés en cadetes de una institución militar del distrito de Chorrillos. Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú. Recuperado de <https://repositorio.autonoma.edu.pehandle/20.500.13067/2165>
- Cochran, W. G. (1977). *Sampling Techniques* (3.^a ed.). Wiley.
- Corzo, P. A., & Bohórquez, A. P. (2009). Prevalencia del trastorno por estrés agudo y trastorno por estrés postraumático en soldados colombianos heridos en combate. *Revista Med*, 17(1), 14-19.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2017). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 1(5), 1-7. <https://doi.org/10.1038/s41562-017-0082>
- Fernández-Duarte, C. A., Flores-Pedroso, M. D., Gonzales-Calle, S., García-Carrillo, J. A., & Urazan-Chinchilla, J. C. (2024). Operaciones militares, despliegues de tropa y alteraciones en salud mental: una revisión de la literatura. *Brújula Semilleros de Investigación*, 12(23), 48–73.
<https://doi.org/10.21830/23460628.159>
- Gaibor Delgado, J. E., Liger-Manzano, T. de los Á., Safla-Sandoval, J. P., Fernández-Hidalgo, M. I., & Cholota-Palate, L. P. (2018). El estrés en las Fuerzas Armadas: La situación de estrés en los aspirantes a soldados en la ESFORSE, promoción 2015-2017. *Revista de Ciencias de Seguridad y Defensa*, 3(3), 27-39. Disponible en: <https://doi.org/10.24133/rcsd.V3N3.2018.05>
- Gamio Sánchez, R. F. (2021). Inteligencia emocional y satisfacción con la vida en soldados en Lima [Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. <https://doi.org/10.19083/tesis/652962>

- Gibbons, P., Flores, H., Mónico, M. (2004). Assessment of the factor structure and reliability of the 28-item version of the General Health Questionnaire (GHQ-28) in El Salvador. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(2), 389-398.
- Goldberg, D. P., & Hillier, V. F. (1979). A scaled version of the General Health Questionnaire. *Psychological Medicine*, 9(1), 139-145. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/424481/>
- Gómez Cordones, Y. (2020). Alteraciones emocionales del personal militar de primera línea en labores humanitarias por la pandemia covid 19: una aproximación cuantitativa. Ambato: [titulación para la obtención de psicólogo general] Universidad Tecnológica Indoamérica. Repositorio institucional UTI. <https://acortar.link/rJtiMa>
- González Penagos, C., Moreno Bedoya, J. P., Berbesi Fernández, D. Y., & Segura Cardona, Á. M. (2013). Factores laborales asociados al riesgo de estrés postraumático en uniformados de un sector de Medellín. *Rev. salud pública*, 15 (3), 335–341.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2023). Mujeres y hombres del Ecuador en cifras III. INEC Informes. Recuperado de <https://www.ecuadorencifras.gob.ec>
- Jarero, I. N., Uribe, S., Miranda, A., & Givaudan, M. (2014). Programa de Atención Temprana en Salud Mental para Fuerzas Armadas en Latinoamérica. *Revista Iberoamericana de Psicotraumatología y Disociación*. Vol. 6. Num. 3.
- Loaiza, O., & Posada, J. L. (2016). Psicología militar: Conceptualización e investigaciones contemporáneas. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8(2), pp. 1-20. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333147069006>
- Lobo, A., Pérez-Echeverría, M. J., & Artal, J. (1986). Validity of the scaled version of the General Health Questionnaire (GHQ-28) in a Spanish population. *Psychological Medicine*, 16(1), 135-140. <https://www.cambridge.org/core/journals/european-psychiatry/article/factor-structure-of-the-general-health-questionnaire-ghq-a-scaled-version-for-general-practice-in-spain/5F83784FBC49460BFB9164F9C8419A13>
- López Araujo, B., Ossa, A., & Rodríguez, M. (2008). Estrés de rol, implicación con el trabajo y burnout en soldados profesionales. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 23(2), 169-194.
- Maltez, D. A. (2017). Prevalencia del Síndrome de Burnout en el personal de enfermería del Hospital Militar Escuela 'Dr. Alejandro Dávila Bolaños', Managua, Nicaragua, febrero-marzo de 2017. <https://repositorio.unan.edu.ni/7915/1/t958.pdf>
- Ministerio de Defensa Nacional del Ecuador. (2023). Política de género de las Fuerzas Armadas del Ecuador. Gobierno del Ecuador. Recuperado de <https://www.defensa.gob.ec>
- Moreta-Herrera, R., Dominguez-Lara, S., Vaca-Quintana, D., Zambrano-Estrella, J., Gavilanes-Gómez, D., Ruperti-Lucero, E., & Bonilla, D. (2021). Psychometric Properties of the General Health Questionnaire (GHQ-28) in Ecuadorian College Students. *Psihologijske Teme*, 30(3), 573-590. <https://doi.org/10.31820/pt.30.3.9>

- Moreta-Herrera, Rodrigo, López-Calle, Claudio, Gordón-Villalba, Paulina, Ortíz-Ochoa, William, & Gaibor-González, Ismael. (2018). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos. *Actualidades en Psicología*, 32(124), 112-126. <https://dx.doi.org/10.15517/ap.v32i124.31989>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2024). Día Mundial de la Salud Mental 2024. Recuperado de <https://www.paho.org/es/campanas/dia-mundial-salud-mental-2024>
- Pontón, D. (2022). Las nuevas cárceles en Ecuador: un ecosistema para la reproducción del crimen complejo. *Universitas-XXI*, 37, pp. 173-199. <https://doi.org/10.17163/uni.n37.2022.07>
- Redrobán Viteri, J. P. (2022). *El estrés laboral y su influencia en el desempeño laboral del personal administrativo de la Unidad Policía Militar Ministerial de las Fuerzas Armadas del Ecuador, en la ciudad de Quito durante el periodo noviembre-julio 2022*. Universidad Central del Ecuador.
- Salto, C. G., Garcia-Mas, A., & Prats, A. N. (2024). Sueño, descanso, estacionalidad y estrés percibido en militares desplegados en misiones: lecciones aprendidas. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y El Ejercicio Físico*, 9(2). <https://doi.org/10.5093/rpadef2024a12>
- Zhamungui Barahona, O. M. (2022). Diseño de estrategias sobre los efectos psicosociales causados por el confinamiento por SARS-CoV-2 en la salud mental operacional en una unidad militar. Tesis de maestría, Escuela Superior Politécnica del Litoral (ESPOL). Disponible en: <https://www.dspace.espol.edu.ec/handle/123456789/56612>