



Factores psicosociales de riesgo laboral que afectan la salud mental del personal
uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia

Daniel Felipe Valbuena Cabanzo

Daniel Eduardo Rosas Vizcaya

Leidy Astrid Briceño Rojas

Alexa Ardila Acuña

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría UNIMINUTO Bogotá

Programa Especialización en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el

Trabajo

Bogotá DC, 23 de agosto de 2024

**Factores de riesgo psicosocial en el personal uniformado de las Fuerzas Militares de
Colombia**

Daniel Felipe Valbuena Cabanzo

Daniel Eduardo Rosas Vizcaya

Leidy Astrid Briceño Rojas

Alexa Ardila Acuña

Monografía presentada como requisito para optar al título de Especialista en Gerencia en
Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo

Asesor(a)

MG. Luisa Fernanda Becerra Ostos

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría UNIMINUTO Bogotá

Especialización en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo

Bogotá DC, 23 de agosto de 2024

Dedicatoria

Dedicamos este trabajo a nuestras familias, cuyo apoyo incondicional y constante nos ha dado la fuerza y el ánimo necesarios para alcanzar esta meta. A nuestros padres, por enseñarnos el valor del esfuerzo y la perseverancia. A nuestros amigos, por su comprensión y paciencia durante las largas jornadas de estudio y trabajo. También dedicamos este trabajo a todos los militares que, día a día, enfrentan grandes desafíos y riesgos en su labor por mantener la seguridad y la paz en nuestra sociedad. Su sacrificio y dedicación son una fuente de inspiración constante. Y, finalmente, a todos aquellos que creen en la importancia de la educación y la perseverancia como caminos hacia el crecimiento personal y profesional.

Agradecimientos

En primer lugar, agradecemos a Dios por brindarnos la salud, la fortaleza y la sabiduría necesarias para llevar a cabo este proyecto.

Queremos expresar nuestro más profundo agradecimiento a nuestra tutora, por su guía, paciencia y valiosas sugerencias que fueron esenciales para la realización de este proyecto.

A nuestros profesores y compañeros de la especialización, gracias por compartir sus experiencias, conocimientos y por el apoyo brindado durante estos años de estudio.

A nuestras familias, por su amor y apoyo incondicional, que han sido el pilar fundamental durante todo este proceso.

Finalmente, agradecemos a todas las personas que, de una u otra forma, contribuyeron con sus conocimientos, tiempo y apoyo a la culminación de esta etapa de nuestra formación académica.

CONTENIDO

Resumen ejecutivo

Introducción

1.	Problema	12
1.1	Descripción del problema	12
1.2	Pregunta de investigación	15
2.	Objetivos	15
2.1	Objetivo general	15
2.2	Objetivos específicos	16
3.	Justificación	16
4.	Marco de referencia	18
4.1	Marco teórico	18
4.2	Marco legal	21
5.	Metodología	23
5.1	Enfoque y alcance de la investigación	23
5.2	Descripción de la estrategia de búsqueda	24
5.3	Instrumentos	25
5.4	Procedimientos.	26
5.5	Análisis de información.	27
5.6	Consideraciones éticas	28
6.	Cronograma	29
7.	Resultados y discusión	29
	Conclusiones	37
	Recomendaciones	39
	Referencias bibliográficas	40
	Anexos	45

Lista de Anexos

Anexo 1. Matriz de revisión documental45

Lista de Tablas

Tabla 1. Medidas de Prevención y Promoción34

Lista de Gráficos

Gráfico 1. Análisis de documentos.....30

Gráfico 2. Identificación de Factores Psicosociales32

Gráfico 3. Diagrama de Sankey Co-concurrencia de códigos.....33

Resumen ejecutivo

El objetivo general de esta monografía es analizar los factores de riesgo psicosocial presentes que afectan la salud mental del personal uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia. Como metodología se utilizó una revisión bibliográfica, utilizando una matriz (base de datos) con un rango de 8 años para la organización de la información, los cuales fueron procesados en ATLAS.ti. En los resultados se observó que el año con mayor cantidad de publicaciones fue 2020, así mismo los factores de riesgo psicosocial más predominantes son el estrés operativo, la exposición a situaciones traumáticas, la falta de apoyo social y las largas ausencias del hogar. Las conclusiones destacan que Colombia lidera en publicaciones sobre factores psicosociales y salud mental, mientras que Estados Unidos se destaca por investigaciones centradas en la población objetivo. Las estrategias recomendadas incluyen la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y la creación de entornos laborales saludables. Es importante destacar que en Colombia, no existen normas para identificar y evaluar los riesgos psicosociales en el personal uniformado de las Fuerzas Militares, es por ello que se recomienda el diseño y la implementación de una normatividad específica que garantice medidas preventivas adecuadas que incluyan programas de apoyo psicológico y bienestar mental para esta población.

Palabras clave: Bienestar Psicológico, Impacto Psicosocial, Factores de Riesgo, Fuerzas Armadas, Salud Mental y Riesgos Laborales.

Introducción

Existe una preocupación global por los factores de riesgo psicosocial y su impacto en la salud mental de los colaboradores en el contexto organizacional, lo que ha llevado a un mayor enfoque en la prevención y herramientas de promoción de estos riesgos en diversos entornos laborales. Según Naranjo (2011), estos factores no solo afectan las condiciones de trabajo, sino que también tienen repercusiones significativas en la salud mental de los individuos, vinculándose con la satisfacción laboral, la estructura organizacional y las dinámicas personales de cada trabajador. En este sentido, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) ha enfatizado desde el año 2000 la importancia de identificar y gestionar estos riesgos como parte de sus objetivos para promover la salud en el trabajo, reconociendo que factores como el estrés, el acoso y la violencia laboral pueden tener un efecto negativo tanto en la salud física como mental de los empleados.

En Colombia, el contexto se vuelve aún más complejo en el ámbito militar, donde los factores psicosociales adquieren una relevancia particular. La segunda Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo y Salud destaca que estos factores constituyen la segunda causa principal de enfermedades laborales en el país (Ministerio del Trabajo, 2015)

El estrés, la carga de trabajo excesiva y el acoso laboral son solo algunas de las problemáticas que impactan directamente el bienestar de los uniformados y, por ende, la eficacia operativa de las Fuerzas Militares. A medida que las estructuras organizativas

evolucionan y las exigencias operativas aumentan, se hace esencial prestar atención a estos riesgos y desarrollar estrategias de intervención adecuadas. (García, 2023).

Con este contexto en mente, la presente monografía se propone investigar los factores de riesgo psicosocial que afectan la salud mental del personal uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia. La pregunta central que guía esta investigación es: ¿Cuáles son los factores psicosociales de riesgo laboral que afectan la salud mental del personal uniformado? Para abordar esta interrogante, se plantea como objetivo general analizar los factores de riesgo psicosocial presentes que afectan la salud mental del personal uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia.

La metodología empleada en esta monografía se basa en una revisión bibliográfica de la literatura existente sobre los factores de riesgo psicosocial en el contexto militar. Para llevar a cabo este proceso, se elaboró una matriz (base de datos) que permitió la recopilación estructurada de información relevante de artículos académicos, informes y estudios previos. En el análisis de la información recopilada, se realizaron citas precisas y pertinentes que sustentan las conclusiones y hallazgos de esta investigación. Una vez completada la recolección de datos, se procedió a un análisis cualitativo utilizando el software Atlas.ti. Este software facilitó el procesamiento y análisis de la información recopilada mediante la codificación de datos, la identificación de patrones y la exploración de relaciones entre variables. A través del análisis de la concurrencia de variables, se generaron categorías que reflejan las necesidades y hallazgos más significativos

relacionados con los riesgos psicosociales en el ámbito militar, Software Atlas ti GmbH. (2023).

Los resultados indican que Colombia es el país con mayor número de publicaciones sobre riesgos psicosociales en personal uniformado, seguido de Estados Unidos, destacándose en ambos idiomas, español e inglés. El año 2020 aportó el número más alto de publicaciones. Se identificó que el personal uniformado está expuesto a factores de riesgo psicosocial, como el estrés operativo, la exposición a situaciones traumáticas, la falta de apoyo social y las largas ausencias del hogar, lo que contribuye al desarrollo de problemas graves como estrés, ansiedad, depresión y trastorno de estrés postraumático, afectando tanto su salud mental como su rendimiento operativo. En conclusión las estrategias identificadas para mitigar estos riesgos se enfocan en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades laborales, a través de análisis de puestos, inducción sistemática, y la creación de entornos laborales saludables.

1. Problema

1.1 Descripción del problema

La preocupación global por los factores de riesgo psicosocial y su impacto en la salud mental de los colaboradores ha ido en aumento debido a las demandas laborales. Según Naranjo (2011), estos factores afectan tanto las condiciones laborales como la salud mental de los trabajadores, y se relacionan con el entorno de trabajo, la satisfacción laboral y la estructura organizacional, así como con las habilidades, necesidades y vida personal de

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

cada individuo. Estas interacciones moldean la percepción y experiencia del entorno laboral, influyendo en la salud, rendimiento y satisfacción de los trabajadores.

Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2016), la prevención de riesgos psicosociales y del estrés relacionado con el trabajo es fundamental para alcanzar los objetivos de promoción de la salud en el lugar de trabajo. La OIT señala que los factores psicosociales, como el estrés, el acoso y la violencia laboral, pueden impactar negativamente la salud física y mental de los trabajadores. Estos factores están vinculados a condiciones laborales adversas, incluyendo una carga de trabajo excesiva, control limitado sobre el trabajo y apoyo social insuficiente. Para abordar estos desafíos, la OIT ha desarrollado herramientas clave para la prevención del estrés en el trabajo, como la lista de puntos de comprobación, que ofrece directrices y métodos para mejorar las condiciones laborales, reducir los riesgos psicosociales y promover un entorno de trabajo más saludable.

Además, estudios recientes han demostrado que los factores de riesgo psicosocial no solo afectan la salud mental, sino también la salud física de los trabajadores. Problemas como trastornos musculoesqueléticos, enfermedades cardiovasculares y problemas digestivos han sido vinculados al estrés laboral y a otros factores psicosociales adversos. (Schaufeli et al, 2009).

Por otro lado, durante el Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo de 2016, la OIT subrayó que el estrés es una de las manifestaciones más comunes de los factores psicosociales en el entorno laboral. Menciona que estos factores pueden tener un impacto negativo en la salud física y mental de los trabajadores, llevando al consumo de

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

alcohol y drogas, a malos hábitos alimenticios y a una calidad de sueño deficiente.

Desencadenando problemas físicos como enfermedades cardiovasculares, trastornos musculoesqueléticos y un aumento en los accidentes laborales (OIT, 2016).

En Colombia, la Primera Encuesta Nacional de Condiciones de Salud y Trabajo en el Sistema General de Riesgos Profesionales resaltó la prevalencia de la exposición a factores de riesgo psicosocial en los centros de trabajo. Las cinco características más comunes a las que están expuestos los trabajadores son: la atención directa al público, el trabajo monótono y repetitivo, la falta de claridad en las responsabilidades, la ausencia de pausas laborales autorizadas que impiden detenerse cuando se desea, y la sobrecarga de trabajo con plazos ajustados. La encuesta reveló que dos de cada tres trabajadores están expuestos a factores psicosociales durante su jornada laboral. Además, se destacó que estos factores se ven agravados por elementos externos al lugar de trabajo y están directamente relacionados con la ocurrencia de accidentes laborales. Asimismo concluye que entre el 20% y el 33% de los encuestados manifestaron experimentar altos niveles de estrés. (Ministerio de la Protección Social, 2007)

Posteriormente, la Segunda Encuesta Nacional de Condiciones de Seguridad y Salud en el Trabajo en el Sistema General de Riesgos Laborales de Colombia señala que los riesgos biomecánicos y psicosociales continúan siendo prioritarios en el ámbito laboral. Entre los riesgos psicosociales más predominantes, relacionados con la carga cognitiva y emocional, se destacan la atención al público, la necesidad de mantener un alto nivel de concentración, el trabajo monótono o repetitivo, y el requerimiento de gestionar múltiples

tareas simultáneamente. Asimismo, la encuesta subraya la preocupación por el acoso laboral, reportado por el 9,4% de los trabajadores en todos los niveles. (Ministerio del Trabajo, 2015)

En el sector militar, los riesgos laborales se vuelven especialmente críticos debido al impacto directo en la vida de los soldados. Los cambios en las estructuras organizativas y las exigencias operativas han aumentado significativamente los riesgos organizacionales y psicosociales (Bernardo, 2010). Los estudios indican que estos riesgos pueden tener efectos inmediatos y a largo plazo como la aparición de trastorno de estrés postraumático, ansiedad generalizada, depresión, trastorno bipolar o de adaptación. Es fundamental que los factores psicosociales reciban la misma atención que otros riesgos en el contexto militar, considerando todas sus dimensiones. Esto incluye la evaluación y gestión de aspectos como el estrés, el apoyo social, la carga de trabajo y el equilibrio entre la vida laboral y personal. (Muñoz, 2018).

1.2 Pregunta de investigación

¿Cuáles son los factores psicosociales de riesgo laboral que afectan la salud mental del personal uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia?

1. Objetivos

2.1 Objetivo general

Analizar los principales factores de riesgo psicosocial que afectan la salud mental del personal uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia.

2.2 Objetivos específicos

Realizar una revisión bibliográfica sobre los factores de riesgos psicosociales que afectan la salud mental del personal uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia.

Identificar los factores de riesgo psicosocial que afectan la salud mental del personal uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia.

Describir las medidas de prevención, intervención y planes de acción que han sido estudiados e implementados por las fuerzas militares para la disminución de factores de riesgos en el personal uniformado

2. Justificación

Betancourt (2021) subraya la importancia de identificar los factores de riesgo psicosocial a los que están expuestos los trabajadores para mitigar las consecuencias que estos riesgos pueden tener en su salud mental y física. En el caso específico del personal militar, se destaca que se exponen a menudo al manejo de armamento, ya sea durante las guardias en los batallones o por estar rodeados de esos artefactos. Esta situación es peligrosa, ya que la falta de sueño o la disminución de la concentración pueden llevar a errores que ocasionen accidentes graves. Además, las relaciones dentro de las instituciones militares, como la interacción entre los altos mandos y sus subordinados, pueden contribuir al desarrollo de fatiga física y psíquica. Por lo tanto, es crucial identificar y gestionar estos riesgos psicosociales para proteger la salud y el bienestar del personal militar.

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

La evaluación y análisis de los riesgos psicosociales dentro de las Fuerzas Militares trae beneficios significativos al generar estrategias efectivas que promuevan la salud mental y el bienestar de los integrantes en aspectos cruciales individuales, familiares y sociales tales como el mejoramiento de la calidad de vida, mejora del rendimiento profesional, reintegración exitosa de la vida civil, reducción del abuso de sustancias, limitación de trastornos psico conductuales a largo plazo entre otros. En este contexto González et al, (2012) mencionan que la mejora en la salud mental de los uniformados también beneficia a sus familias, toda vez que reduce el estrés y la tensión que suelen trasladarse al entorno familiar, promoviendo una mayor estabilidad y bienestar en los hogares y contribuyendo así a la cohesión social.

Al identificar y gestionar los factores psicosociales a los que están expuestos los miembros de las Fuerzas Militares, se logra un impacto positivo en la mitigación de riesgos laborales y en la mejora del bienestar general. Esto permite la implementación de estrategias preventivas y de intervención más efectivas, contribuyendo a la reducción de ausentismo y bajas médicas. Además, la gestión adecuada de estos factores fortalece la resiliencia y capacidad de respuesta ante situaciones de alta presión, lo que impacta directamente en la mejora de la toma de decisiones en momentos críticos. En última instancia, la atención a estos aspectos psicosociales mejora la moral del personal, traduciéndose en una fuerza más eficiente y preparada para cumplir con sus responsabilidades.

Como especialistas en gerencia de riesgos laborales, esta investigación refuerza nuestro entendimiento del riesgo psicosocial y destaca la importancia de ayudar a un grupo poblacional a mejorar su calidad de vida. Desde la gerencia de seguridad y salud en el trabajo, implementar programas para prevenir riesgos psicosociales puede tener un impacto significativo en la reducción del absentismo laboral, un claro indicador de insatisfacción y problemas de salud mental. Abordar las causas del malestar psicosocial a través de estas intervenciones no solo puede disminuir el absentismo, sino también reducir las tasas de suicidio y la prevalencia de trastornos como la depresión y el estrés postraumático, que afectan a una parte importante de la población de uniformados.

4. Marco de referencia

4.1 Marco teórico

Los factores de riesgo psicosocial como características de las condiciones y organización del trabajo pueden afectar la salud de los trabajadores, identificando estos riesgos con estresores o fuentes de estrés. Este enfoque resalta la relación entre estrés y riesgos psicosociales, lo que subraya la necesidad de comprender los modelos de estrés, su contexto histórico y sus precursores antes de analizar los modelos de evaluación de riesgos psicosociales. En este marco se definen tres conceptos: La respuesta al estrés, los factores o situaciones estresantes y los efectos del estrés en la salud a corto y largo plazo.

Los riesgos psicosociales laborales son situaciones en el entorno de trabajo con alta probabilidad de afectar gravemente la salud de los empleados, ya sea física, social o

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

mentalmente. Estos riesgos, que pueden manifestarse de inmediato o a mediano y largo plazo, son tan críticos como los riesgos físicos, accidentes y enfermedades laborales. A diferencia de los simples conflictos, los riesgos psicosociales surgen cuando ciertos factores pueden causar efectos negativos significativos en la salud del trabajador, lo que también puede impactar a la organización. (Camacho & Mayorga, 2017)

Los factores laborales, se pueden comprender a partir de las condiciones del empleo como el tipo de contrato, salario y proyección laboral, diseño del puesto, calidad en el trabajo y capacidad de control, seguridad física en el trabajo, apoyo social y horas de trabajo.

La Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo (2016) destaca que los riesgos psicosociales y el estrés laboral impactan gravemente la salud individual, organizacional y económica. Según la agencia, la mitad de los trabajadores europeos perciben el estrés como común en sus lugares de trabajo y a menudo es malinterpretado y estigmatizado. Los riesgos psicosociales surgen de deficiencias en el diseño y gestión organizacional y en el contexto social del trabajo, generando efectos negativos como estrés, agotamiento y depresión. Las condiciones que contribuyen a estos riesgos incluyen cargas de trabajo excesivas, demandas contradictorias, falta de claridad en las funciones, escasa participación en la toma de decisiones, mala gestión de cambios, inseguridad laboral, comunicación deficiente, falta de apoyo, y acoso psicológico o sexual. (Gómez & Calderón, 2017)

El Modelo de Demanda-Control, desarrollado por Karasek y Theorell (1990), se propuso con el fin de describir y analizar las situaciones laborales en las que los estresores son crónicos, enfocándose en las características psicosociales del entorno de trabajo. Este modelo ha sido fundamental en los estudios realizados sobre el entorno psicosocial en el trabajo, el estrés y la enfermedad desde la década de los 1980, de esta manera ha sido el modelo más utilizado ya que provee de evidencia científica para analizar los efectos en la salud. Según este modelo, el estrés ocurre cuando las demandas laborales exceden la capacidad del individuo para controlarlas. (Nunziatina & Luna, 2012)

Por otra parte, Lazarus y Folkman (1984), presentan el modelo transaccional el cual sostiene que la manera que un individuo evalúa e interpreta su entorno define lo que es estresante y como enfrenta dicha situación, Según este modelo, el estrés surge cuando la percepción de amenaza supera los recursos del individuo y se basa en una relación dinámica y bidireccional entre la persona y su entorno. El modelo enfatiza en la evaluación y el afrontamiento, con el primero pasando por estados de amenaza, daño, pérdida y desafío, y el segundo comprendiendo esfuerzos tanto intrapsíquicos como orientados hacia la acción para manejar las demandas. (Nunziatina & Luna, 2012)

De igual manera el Modelo HERO, creado por el equipo WANT, es el resultado de años de estudio dedicados al bienestar y personas en el ámbito laboral. En sus inicios se centró en analizar y mejorar los factores psicosociales, considerando tanto los riesgos presentes en el trabajo como los aspectos positivos que pueden optimizarse. Esta

evaluación integral de factores psicosociales se amplía del modelo RED (Recursos-Experiencias- Demandas). (Nunziatina & Luna, 2012)

4.2 Marco legal

La normativa internacional juega un papel importante. La ISO 45001 define la gestión de seguridad y salud en el trabajo, diseñada para mitigar la aparición de accidentes de trabajo y enfermedades laborales. Se basa en el contexto organizacional, la participación activa y la sensibilización, y la planificación de la gestión de riesgos.

Así mismo, la norma ISO 45003, proporciona directrices para mantener y desarrollar de manera continua la salud y el bienestar mental de los colaboradores. Esta norma aborda la evaluación del entorno laboral, la gestión de factores estresantes y la implementación de estrategias para promover un ambiente de trabajo saludable. La gestión coherente de los riesgos psicosociales junto con otros riesgos de seguridad y salud en el trabajo (SST) es fundamental para asegurar una protección integral del personal.

En la Constitución Política de Colombia se destacan varios artículos relacionados con los derechos fundamentales, la seguridad y salud en el trabajo, y el bienestar de los trabajadores. El Artículo 25 establece que "el trabajo es un derecho y una obligación social" y garantiza condiciones dignas y justas. El Artículo 53 menciona principios fundamentales como la igualdad de oportunidades, la remuneración mínima vital, la estabilidad en el empleo y la protección especial a la mujer y al trabajador menor de edad. El Artículo 54 obliga al Estado y a los empleadores a ofrecer formación y habilitación profesional, además de garantizar el derecho a un trabajo acorde con las condiciones de salud de los

minusválidos. El Artículo 56 asegura el derecho de huelga, salvo en los servicios públicos esenciales, mientras que el Artículo 57 permite establecer estímulos y medios para que los trabajadores participen en la gestión de las empresas. Estos artículos proporcionan un marco jurídico integral que protege los derechos laborales y promueve el bienestar de los trabajadores en Colombia.

La Resolución 2646 de 2008 establece disposiciones y define responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para determinar el origen de patologías causadas por el estrés ocupacional. En su Artículo 2, Ámbito de aplicación, indica que esta resolución se aplica a empleadores públicos y privados, trabajadores dependientes e independientes, contratantes de personal bajo modalidad de contrato civil, comercial o administrativo, organizaciones de economía solidaria y del sector cooperativo.

Ley 1562 de 2012, la cual modifica el sistema de riesgos laborales y dicta disposiciones en materia de salud ocupacional, establece: “un sistema general de riesgos laborales como el conjunto de entidades públicas y privadas, normas y procedimientos destinados a prevenir, proteger y atender a los trabajadores de los efectos de las enfermedades y los accidentes que puedan ocurrirles con ocasión o como consecuencia del trabajo que desarrollan” (p. 1). Sin embargo, excluye a la Policía y al Ejército Nacional, por ser un régimen especial.

La Ley 1616 de 2013, enfocada en la promoción de la calidad de vida y la atención primaria en salud, busca garantizar la salud mental a través de entidades promotoras de

salud conocidas como EPS. No obstante, se excluye al personal que forma parte del régimen exceptuado o especial, al cual pertenecen los integrantes de las Fuerzas Militares, quienes no pueden afiliarse al Sistema General de Seguridad Social en Salud (SGSSS).

La Resolución 2746 de 2022 adopta la Batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial, la Guía Técnica General para la promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora y sus protocolos específicos.

5. Metodología

5.1 Enfoque y alcance de la investigación

Según Sampieri (2014), una revisión bibliográfica debe cumplir con ciertas características esenciales para ser considerada rigurosa y útil. Primero, debe ser metódica, lo que implica un proceso organizado y bien definido de búsqueda, selección y análisis de la literatura relevante. Segundo, debe ser exhaustiva, abarcando todas las fuentes pertinentes y actuales sobre el tema. Tercero, debe ser crítica, evaluando no solo los hallazgos de cada estudio, sino también su metodología y la calidad de la evidencia presentada. Finalmente, debe ser objetiva, evitando sesgos y proporcionando una representación balanceada de la información disponible.

La presente monografía se plantea como un ejercicio de revisión bibliográfica exhaustivo, por lo que se clasificará como un estudio de tipo documental. (Ortiz et al, 2018). En este caso, se pretende analizar los factores de riesgo psicosocial que afectan la salud mental del personal uniformado en las Fuerzas Militares de Colombia. Esto incluye el

estudio de aspectos como la carga de trabajo, el ambiente laboral, las relaciones interpersonales en el trabajo, la inseguridad laboral y el equilibrio entre la vida laboral y personal. La revisión bibliográfica permitirá integrar conocimientos de estudios previos, teorías relevantes y hallazgos empíricos para proporcionar una visión integral de estos factores. Lizarazo & Gómez, (2024).

5.2 Descripción de la estrategia de búsqueda

La búsqueda de información se realizó utilizando un sistema de selección de términos MESH, que consiste en descriptores previamente establecidos dentro de un vocabulario estandarizado a nivel global. Los términos clave definidos para esta búsqueda incluyeron descriptores en inglés: "Psychological Well-Being", "Psychosocial Impact", "Risk Factors", "Military Personnel" así como sus equivalentes en español como "Bienestar Psicológico", "Impacto Psicosocial", "Factores de Riesgo", "Fuerzas Armadas". Además, se consideraron otros términos relevantes como "Salud Mental" y "Riesgos Laborales"

Con estos términos, se construyeron combinaciones utilizando operadores booleanos para formar las ecuaciones de búsqueda. Por ejemplo, se desarrollaron ecuaciones como " Military Personne AND Risk Factors", " Risk Factors AND army", y "salud mental AND riesgo laboral". Estas ecuaciones fueron aplicadas para realizar búsquedas en varias bases de datos académicas y repositorios institucionales.

Las bases de datos consultadas en esta investigación fueron Scielo, Proquest, EBSCOhost, ResearchGate, PubMed Central, NCBI, American Psychological Association,

MDPI, Oxford Academic, REDALYC y PubMed. Por otro lado, también se consultó repositorios institucionales tanto nacionales como internacionales. Entre los repositorios nacionales de Colombia se incluyeron los de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN), la Universidad Tecnológica de Bolívar (UTB), la Universidad Libre (Unilibre), la Fundación Universitaria del Área Andina y la Universidad Cooperativa de Colombia. A nivel internacional, se consideraron los repositorios de la Universidad César Vallejo en Perú y de la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR) en España.

Las búsquedas se llevaron a cabo en dos idiomas diferentes, como lo son el español y el inglés, para asegurar una cobertura amplia y relevante de la literatura existente. Después de realizar las búsquedas, se aplicaron criterios de inclusión y exclusión para seleccionar los documentos pertinentes para el estudio. Los criterios de inclusión establecieron que sólo se considerarán publicaciones originales, con un período de publicación no superior a ocho años y un nivel de evidencia considerable. Se excluyeron aquellos documentos que no cumplieran con estos criterios o que no eran publicaciones originales. Este enfoque garantizó que los documentos seleccionados fueran actualizados y de alta calidad para el análisis.

5.3 Instrumentos

Según Peiró (2021) la base de datos hace referencia al conjunto de datos o informaciones determinadas que se pueden consultar de manera ágil, segmentando las características que se quieran destacar para concretar más la información que se pretende revisar, una base de datos bien estructurada permite una consulta rápida y eficiente de la

información, facilitando el análisis y la toma de decisiones basada en datos relevantes y específicos.

Para realizar la recolección de información sobre los factores psicosociales que afectan la salud y el bienestar del personal uniformado en las Fuerzas Militares de Colombia, se creó una matriz (base de datos) que permite estructurar de manera organizada toda la información relevante para el desarrollo de la investigación. Esta matriz está compuesta por 14 variables: título, autor(es), año de publicación, país, tipo de documento, base de datos, URL, palabras clave, objetivo del estudio, metodología, muestra/población, factores psicosociales evaluados, resultados, principales limitaciones, recomendaciones y aportes. En esta matriz se digitalizarán todos los documentos investigados para la construcción de la revisión documental. (Ver Anexo 1)

5.4 Procedimientos.

Se realizó una búsqueda primaria en bases de datos avaladas sobre los diferentes factores de riesgo que pueden estar relacionados con la población objeto y su quehacer y la influencia de las mismas para la definición de su nivel de riesgo descrito.

Dichas investigaciones fueron colocadas en la matriz de recolección y de análisis documental colocando así de forma completa y ordenada la información solicitada por las 14 variables enfocadas en los aspectos básicos de las publicaciones, objeto de estudio, relevancia, fecha de publicación, entre otras.

Luego de la recuperación de los artículos de investigación que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión, se sistematizó la información en la matriz mencionada en

el apartado anterior, resaltando aquellas relaciones con asociaciones estadísticas y en función de los resultados del presente estudio. Bajo esta estructura se desarrolló el capítulo de resultados, de modo que se presentan ordenados en función de los objetivos específicos propuestos, buscando cumplir cada uno de los mismos a partir de todos los apartados previos descritos en esta investigación, encontrando así entonces el análisis de datos para encontrar de esta forma un análisis cualitativo con la descripción inherente para la regulación de la incógnita establecida en una primera parte.

5.5 Análisis de información.

Este análisis se realizó utilizando herramientas informáticas y software especializado en análisis cualitativo, como ATLAS.ti. Según Friese (2019) permite a los investigadores gestionar y analizar grandes volúmenes de datos textuales, visuales y auditivos de manera eficiente. Su funcionalidad incluye la importación y organización de documentos, la codificación sistemática de información y la visualización de relaciones entre códigos y temas. Esto facilita la identificación de patrones y temas recurrentes, permitiendo agrupar datos en categorías que reflejan factores de riesgo psicosocial y estrategias de intervención. Además, ATLAS.ti ofrece herramientas de visualización que ayudan a crear mapas conceptuales, lo que mejora la comprensión de cómo interactúan diferentes factores en la salud mental del personal militar.

Flick (2018) menciona que el software también permite realizar un análisis comparativo entre diversas fuentes, identificando similitudes y diferencias en los enfoques sobre los factores de riesgo psicosocial. En resumen, ATLAS.ti es una herramienta integral

que mejora la calidad y profundidad del análisis cualitativo, contribuyendo significativamente al entendimiento de la salud mental en contextos militares.

5.6 Consideraciones éticas

Dentro del proyecto de la monografía, y en concordancia con las consideraciones éticas definidas por la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO, 2020), es fundamental respetar y reconocer los derechos de autor. Este proyecto se sustenta en lineamientos éticos y de integridad científica, subrayando la importancia de utilizar adecuadamente las fuentes de información, citando correctamente las ideas, datos y trabajos de otros autores para evitar el plagio y respetar la propiedad intelectual. Además, estos lineamientos están orientados a garantizar la transparencia, honestidad, justicia y responsabilidad en la actividad investigativa, cumpliendo con los principios y acuerdos éticos y bioéticos establecidos por la comunidad científica internacional y nacional, las leyes colombianas y las normas de la institución.

Además, en caso de utilizar obras que requieran permisos específicos, se obtendrán los permisos necesarios antes de incluirlas en el proyecto. De este modo, se asegura el cumplimiento con la Ley sobre derechos de autor en Colombia la cuál regula y protege los derechos de los creadores, garantizando que su trabajo sea reconocido y respetado. Es importante mencionar que, según esta ley, se debe citar adecuadamente cualquier referencia a obras ajenas, siguiendo las normas de citación correspondientes, para asegurar la integridad académica y el respeto por la propiedad intelectual. (Congreso Nacional de Colombia, 1982).

6. Cronograma

No.	Actividad	Tiempo (meses)		Producto
		Desde	Hasta	
1	Descripción del problema, justificación y objetivos	Mayo	Junio	Anteproyecto
2	Marco teórico y legal	Mayo	Junio	Anteproyecto
3	Diseño metodológico	Mayo	Junio	Anteproyecto
4	Instrumentos	Mayo	Junio	Base de datos
5	Resultados y discusión	Julio	Julio	Proyecto de investigación
6	Conclusiones y recomendaciones	Julio	Julio	Proyecto de investigación
7	Entrega Final	Julio	Agosto	Proyecto de investigación

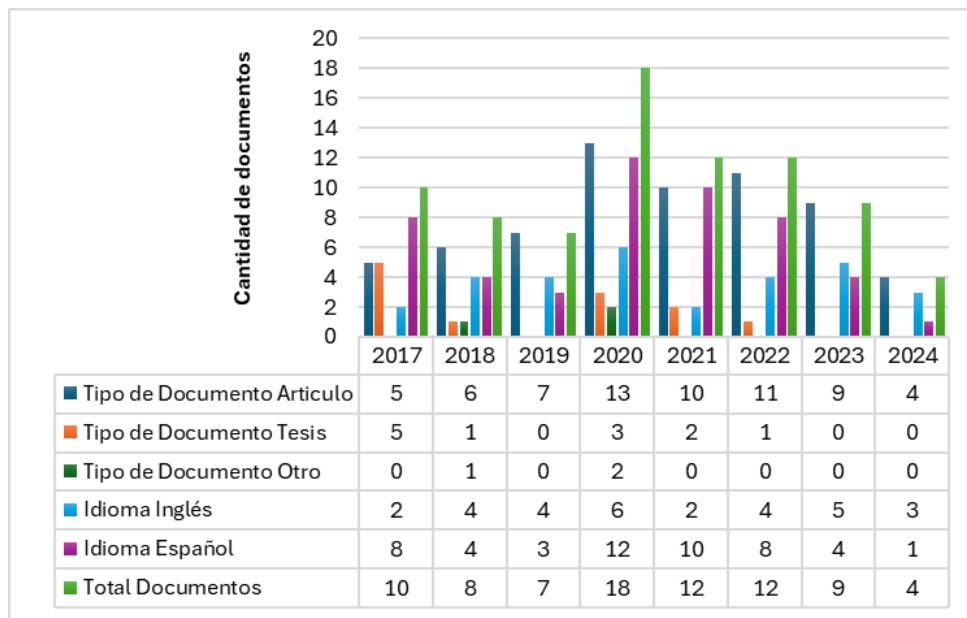
7. Resultados y discusión

Para la presente monografía, se contó con un total de ciento veinte (120) trabajos, de los cuales se excluyeron cuarenta (40), debido a que no cumplían con los criterios de inclusión establecidos. Finalmente, se incluyeron ochenta (80) investigaciones que abordaban el tema de los factores de riesgo psicosocial y salud mental en el contexto organizacional, con un rango de tiempo de ocho años y un nivel de evidencia considerable.

De la misma manera se observa que el periodo con mayor implementación de medidas fue de 2020 a 2023. Sin embargo, no se han recopilado datos sobre medidas preventivas previas a este periodo, lo que sugiere la necesidad de investigar más a fondo esta incógnita en futuras investigaciones. Así mismo según la revisión metodológica de la evidencia los países con mayor actividad en cuanto a planes de acción son Colombia, México, España, Canadá y Brasil, en ese orden.

Gráfico 1.

Análisis de documentos.



Fuente: elaboración propia

Realizado el análisis de la información, se observa la distribución por año de publicación, determinando que el año de mayor publicación es el 2020 con 18 estudios, seguido del 2021 con 12 estudios. En cuanto al tipo de documento, predominan los artículos de investigación con 65, seguido por tesis con 12 estudios. En cuanto al idioma,

predominan los documentos en español (50) en comparación con los documentos en inglés (30). El país que más aportes realizó en cuanto a publicaciones analizadas fue Colombia con 30 estudios, seguido de Estados Unidos con 19.

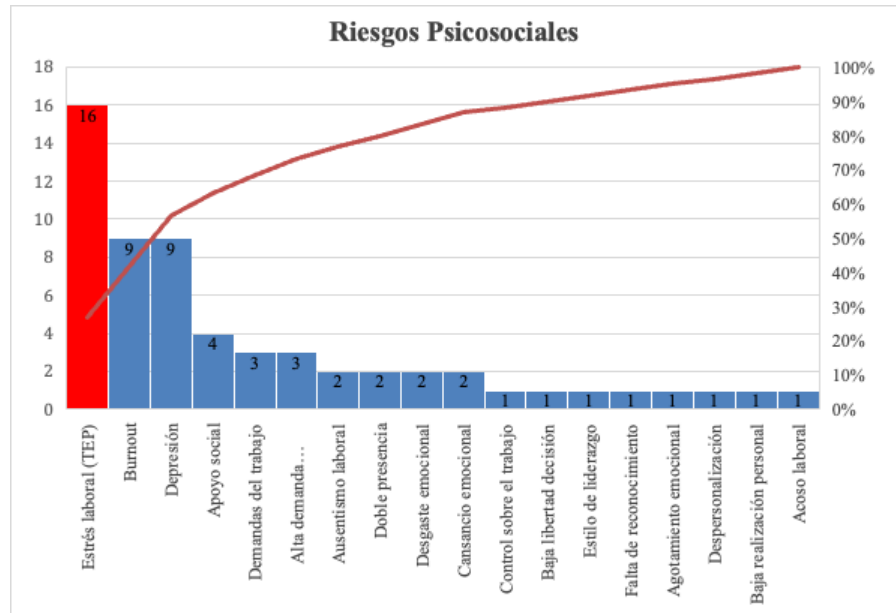
Llama la atención que en Colombia no se realiza suficiente investigación sobre los factores psicosociales asociados al personal uniformado de las fuerzas militares, a diferencia de países como Estados Unidos y México, donde hay un mayor número de investigaciones relacionadas con esta población específica. Según Betancourt (2021), en Colombia existe muy poca investigación sobre la población militar en cuanto a riesgos psicosociales y estrés laboral, a pesar de que el personal militar enfrenta una alta carga mental y física de trabajo, con consecuencias significativas para su salud. Así mismo, Ocampo & Portillo (2020) mencionan que se necesita un mayor énfasis en la detección de problemas de salud mental, incluida la tendencia suicida, entre la población militar y estudios más representativos a nivel nacional en México.

Este análisis subraya la necesidad de incrementar la investigación en Colombia sobre los factores psicosociales que afectan al personal militar, así como la implementación de estrategias efectivas para la detección y manejo de problemas de salud mental en este grupo poblacional.

Gráfico 2.

Identificación de Factores Psicosociales

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL



Fuente: elaboración propia

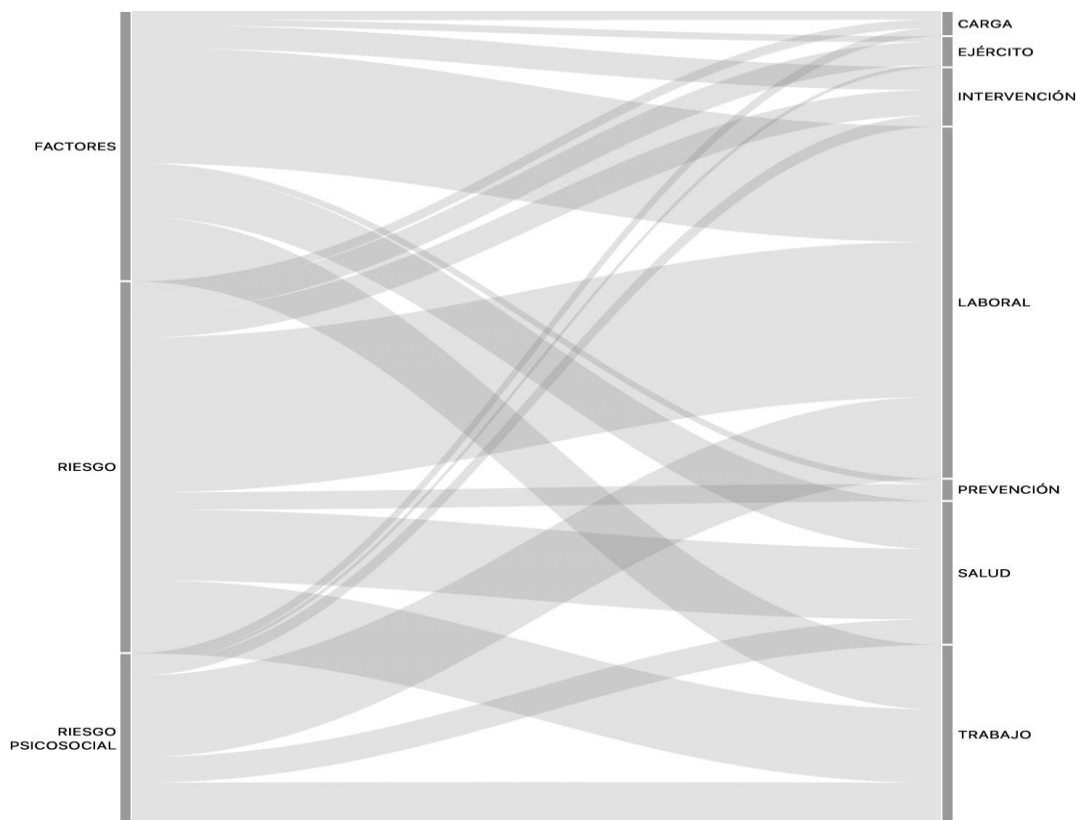
En primera instancia se puede observar que el principal factor de riesgo psicosocial es el Trastorno de Estrés Postraumático (TEP) con 16 publicaciones esto es debido a que el personal uniformado está expuesto a situaciones de alto riesgo, como enfrentamientos, violencia extrema, y condiciones de trabajo estresantes, que pueden desencadenar reacciones psicológicas intensas. La constante exposición a estos eventos traumáticos sin el apoyo psicológico adecuado aumenta la vulnerabilidad al TEP, impactando negativamente tanto en la salud mental del personal como en su desempeño profesional,

En segundo lugar, sin restar importancia, con 9 publicaciones cada uno respectivamente, se encuentran el síndrome de Burnout y la depresión. Esto puede estar relacionado a la presión constante, las largas jornadas laborales, y la falta de recursos suficientes para desempeñar sus funciones de manera efectiva. La carga emocional que implica trabajar en situaciones críticas, junto con el agotamiento físico y mental, puede

llevar al personal uniformado a experimentar un desgaste profesional severo (Burnout) y, en muchos casos, a desarrollar cuadros depresivos que afectan su calidad de vida y desempeño laboral, es así como al confrontarlo con la literatura Castro et al (2022) destacan el estrés como uno de los principales riesgos psicosociales que afectan a los miembros de las Fuerzas Militares, debido a que el estrés puede provenir de diversas fuentes, incluyendo el combate, las largas separaciones familiares, y la presión de las expectativas de desempeño.

Gráfico 3.

Diagrama de Sankey Co-concurrencia de códigos.



Fuente: elaboración propia

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

Se analiza la-co-concurrencia de factores de riesgo psicosocial dentro del entorno del Ejército Nacional. Este análisis se centró en identificar patrones y relaciones entre los distintos factores de riesgo, utilizando herramientas de visualización como la nube de palabras para examinar la presencia simultánea de términos clave relacionados con los riesgos psicosociales.

El diagrama de Sankey generado por el software muestra de manera clara que el estrés y la carga laboral son factores predominantes en la población estudiada. Se percibe cómo estos elementos se distribuyen a lo largo de diferentes niveles, evidenciando su impacto en diversas áreas de la vida profesional. Estos factores pueden desencadenar consecuencias negativas significativas, como enfermedades físicas, incluidas afecciones cardiovasculares, y trastornos psicológicos, como la ansiedad y la depresión. Esto coincide con lo indicado por Rivera (2022), el cual menciona que el estrés y la carga laboral pueden estar directamente relacionados con diversos problemas de salud o alteraciones en el bienestar del personal uniformado.

Tabla 1.

Medidas de Prevención y Promoción

Medida de prevención	Año	País	Efectividad (eficiente; si/no/por aplicar)
Promoción de salud, prevención de accidentes y enfermedades laborales	2020	Colombia	Si
Estrategias inclusivas con la población militar general	2023	Colombia	Si

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

Planes enfocados en la evaluación y la identificación de los factores de riesgo psicosocial	2020	España	Si
Intervenciones y soporte continuo			
Desarrollar programas que promuevan la salud mental y el bienestar			
Gestión del estrés y afrontamiento	2021	México	Por aplicar
Evaluaciones periódicas de la salud mental			
Políticas organizacionales que busquen el equilibrio de la vida laboral, social y personal			
Análisis de puestos y la inducción sistemática para facilitar la adaptación de los empleados			
Herramientas de protección y promoción de la salud individual, complementadas con actuaciones colectivas destinadas a la creación de entornos seguros y saludables	2019	México	Si
Estilos de vida saludable			
Pausas activas			
Estrategias de ergonomía cognitiva			
Habilidades orientación	2020	Colombia	Si
Actividad psicoeducativa			
Campaña de prevención y atención en el consumo de sustancias			
Normativas en el campo de prevención de riesgos laborales consideren la amenaza que para la salud pública de la población suponen los riesgos psicosociales en el trabajo y sus consecuencias	2022	Colombia	Por aplicar

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

Programa de terapia conductual-cognitivo	2021	Ecuador	Por aplicar
Inducir equipos de trabajo integrales pertenecientes al sistema de SST	2023	Canadá	Si
Aumentar el nivel de actividad física de los uniformados activos	2020	Brasil	Si

Fuente: elaboración propia

Se puede evidenciar que las estrategias preventivas prioritarias para mitigar estos factores se enfocan principalmente en la prevención. Estas estrategias incluyen la estructuración de planes integrales centrados en la promoción de la salud, la identificación y mitigación de factores de riesgo, evaluaciones periódicas para la detección temprana, el fomento de estilos de vida saludables a nivel individual, la ergonomía y mejora de los puestos de trabajo, y, finalmente, la terapia conductual cognitiva.

Es así que autores como Brown et al. (2024) destacan la necesidad de desarrollar estrategias enfocadas en medidas de prevención, intervención y planes de acción. Subrayan la importancia del apoyo psicoemocional para el personal uniformado, evidenciando que intervenciones centradas en la cognición social y grupos de apoyo, así como el uso de herramientas innovadoras y terapia multidisciplinaria, tienen un impacto positivo, pues estas intervenciones han mostrado una reducción significativa en el riesgo de suicidio y en los intentos de este entre los militares.

Se evidencia una multifactorialidad en las intervenciones, que se agrupan en categorías principales, como la implementación de normativas y legislación que protejan el bienestar psicosocial de los uniformados. Jain et al (2021) señalan que la mayoría de los

países tienen leyes que rigen la provisión de salud y seguridad en el trabajo (SST), aunque la estructura de la legislación, su contenido y los trabajadores cubiertos varían ampliamente. De manera similar, en la mayoría de los países incluidos en el estudio, la salud mental y los riesgos psicosociales en el lugar de trabajo han sido reconocidos como prioridades en el ámbito de la salud y seguridad ocupacional.

Entre las medidas recopiladas, se destacan también intervenciones cognitivas y terapéuticas que han mostrado eficacia en la reducción de índices de depresión y ansiedad, así como en la disminución de pensamientos negativos sobre uno mismo y el entorno militar. Finalmente, los resultados indican que las medidas de prevención de enfermedades y promoción de la salud, como la adopción de hábitos de vida saludables, el aumento gradual de la actividad física y la reducción del consumo de alcohol, están relacionadas con la aparición de factores psicosociales negativos.

8. Conclusiones

Se realizó una exhaustiva revisión bibliográfica que incluyó ochenta (80) investigaciones relevantes, seleccionadas tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión a un total de ciento veinte (120) trabajos iniciales. Esta revisión abarcó un periodo de ocho años y se centró en estudios que abordaban la salud mental y los factores de riesgo psicosocial en contextos organizacionales. Los hallazgos más relevantes indican que, aunque el 2020 fue el año con mayor número de publicaciones sobre el tema, con un total de 18 estudios, en Colombia existe una escasez de investigaciones específicas sobre los factores psicosociales que afectan al personal uniformado. La literatura revisada también

destacó una notable actividad investigativa en países como Estados Unidos, México y España, subrayando la necesidad de aumentar los esfuerzos de investigación en Colombia para abordar esta problemática de manera más integral.

A través del análisis de las publicaciones seleccionadas, se identificaron los principales factores de riesgo psicosocial que afectan la salud mental del personal uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia. El Trastorno de Estrés Postraumático (TEP) fue el factor más mencionado, con 16 publicaciones que atribuyen su alta prevalencia a la constante exposición del personal militar a situaciones traumáticas. También se destacaron el síndrome de Burnout y la depresión, con 9 estudios cada uno, vinculados a la presión constante, largas jornadas laborales y la falta de recursos. Estos factores, en conjunto con el estrés y la carga laboral, se reconocen como los principales desencadenantes de problemas de salud mental en esta población, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias efectivas de manejo del estrés y soporte emocional.

Finalizando se realizó una revisión detallada de las estrategias documentadas entre 2015 y 2023. Esta revisión reveló que las iniciativas recientes, especialmente entre 2020 y 2023, se han centrado en la prevención de riesgos psicosociales a través de la promoción de la salud mental, evaluaciones periódicas, y la adopción de estilos de vida saludables. Las intervenciones psicoeducativas y la terapia conductual-cognitiva emergieron como enfoques efectivos para reducir síntomas depresivos y de ansiedad, destacando la importancia de su expansión. Además, las estrategias de prevención identificadas incluyen la promoción de la salud, la prevención de accidentes y enfermedades laborales, el análisis de puestos, y la inducción sistemática para mejorar la adaptación del personal,

complementadas por enfoques colectivos que buscan crear entornos laborales más saludables.

9. Recomendaciones

En Colombia, se ha evidenciado la ausencia de una normativa específica para identificar y evaluar los riesgos psicosociales en el personal uniformado de las Fuerzas Militares. Este grupo enfrenta peligros laborales únicos y significativos debido a la naturaleza de su trabajo, como operaciones en condiciones adversas, exposición a conflictos armados y situaciones de alto estrés, lo que subraya la necesidad de implementar directrices claras y adaptadas en materia de seguridad y salud en el trabajo. Además, es esencial desarrollar herramientas específicas que permitan evaluar integralmente los diferentes riesgos psicosociales, considerando aspectos como el estrés laboral, la cohesión del grupo, la carga emocional y las consecuencias de la exposición prolongada a situaciones de alta tensión. La implementación de estas normativas y herramientas no solo garantizará medidas preventivas adecuadas, sino que también proporcionará una base sólida para desarrollar programas de apoyo psicológico y bienestar mental específicos para esta población.

Es importante continuar con una investigación exhaustiva para identificar y analizar los factores de riesgo psicosocial presentes en el personal uniformado de las Fuerzas Militares. Existen oportunidades para nuevas investigaciones en aspectos aún no considerados. Será valioso realizar estudios similares en otros contextos y países para comparar y contrastar los resultados, así como ampliar las muestras para obtener

conclusiones más generalizables. Además, se debe explorar la inclusión de nuevas variables que puedan influir en la salud mental del personal militar y considerar enfoques teóricos alternativos que ofrezcan perspectivas adicionales.

Referencias

- Betancourt Bernal, Y. (2021). Factores de riesgo psicosocial y el nivel de estrés del personal militar de oficiales, suboficiales y soldados que laboran en la zona 6 de reclutamiento, distrito militar 38, Ejército Nacional en la ciudad de Ibagué, Tolima. Fundación Universitaria del Área Andina.1.63 Repositorio Institucional del Area Andina <https://digitk.areandina.edu.co/handle/areandina/4209>
- Brown-Johnson, et al. (2024). Qualitative interview study of strategies to support healthcare personnel mental health through an occupational health lens. *BMJ open*, 14(1). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-075920>
- Cabrera, et al (2021). Estabilidad marital en matrimonios distanciados por la misionalidad de las Fuerzas Militares de Colombia. *Revista Científica General José María Córdova*, 19(33), 159-177. Epub August 12, 2021. doi<https://doi.org/10.21830/19006586.710>
- Camacho Ramirez, A., & Mayorga, D. R. (2017). Riesgos laborales psicosociales. Perspectiva organizacional, jurídica y social. *Revista Prolegómenos - Derechos y Valores*, 159-172.

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. American Psychological Association 98(2), 310–357

Díaz Pino, S. A., & Villar Encarnación, A. V. (2020). Factores de riesgo psicosociales y nivel de estrés laboral del personal de operaciones especiales de una institución militar de Lima, 2019 [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional UPN.
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24969/Diaz%20Pino%2c%20Stefanie%20Angela%20-%20Villar%20Encarnacion%2c%20Aylin%20Veronica.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Flick, U. (2018). CAP 3 Qualitative and quantitative research ED. An Introduction to Qualitative Research. SAGE Publications. (6th ed.).

García, M. (2023). *Impacto del estrés en las fuerzas militares: Estrategias de intervención*. Editorial Militar.

Gómez, M. (2017). Factores de riesgo psicosociales intralaborales y factores de riesgo psicosociales extralaborales en el personal de la dependencia de mantenimiento de una institución militar, Callao, 2017 (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional de Callao. <https://repositorio.universidadcallao.edu.pe/handle/20.500.12345/6789>

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

Gómez Velez, M. A., & Calderon Carrascal, P. A. (2017). Salud mental en el trabajo: entre el sufrimiento en el trabajo y la organización saludable. *Mental health and work*, 189-217.

Jain, A., Hassard, J., Leka, S., Di Tecco, C., & Iavicoli, S. (2021). The Role of Occupational Health Services in Psychosocial Risk Management and the Promotion of Mental Health and Well-Being at Work. *International journal of environmental research and public health*, 18(7), 3632. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073632>

Karasek, R., & Theorell, T. (1990). *Healthy work: Stress, productivity, and the reconstruction of working life*. Basic Books.

Lizarazo Pava, Y. P., & Gómez Vargas, M. (2024). Revisión bibliográfica sobre factores de riesgo en la ideación suicida asociada al trabajo. *Teuken Bidikay - Revista Latinoamericana De Investigación En Organizaciones, Ambiente y Sociedad*, 14(22). <https://doi.org/10.33571/teuken.v14n22a4>

Ministerio de la Protección Social. (2008). Resolución 2646 de 2008, por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.

Ministerio de Salud y Protección Social. (2022). Resolución 2746 de 2022, por la cual se adopta la Política Nacional de Salud Mental 2022-2030. *Diario Oficial*.

Naranjo Diaz, D. L. (2011). Estrés laboral y sus factores de riesgo psicosocial. Rev CES Salud Pública 2011; 2(1): 80-84.

https://revistas.ces.edu.co/index.php/ces_salud_publica/article/view/1451

Nunziatina, B., & Luna, M. (2012). Contrastación de los modelos de estudio del estrés como soporte para la evaluación de los riesgos psicosociales en el trabajo. Redip. Unexpo. VRP, 22-38.

Ocampo-Ortega, R., & Portillo-Wong, A. N. (2020). Suicidal ideation and suicide attempt in a clinical sample of Mexican naval military. Salud mental, 43(2), 57-63.

<https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2020.009>

Organización Internacional del trabajo. (2016). El estrés en el trabajo es un reto colectivo. Ginebra: Diseño e impresión por el Centro Internacional de Formación de la OIT, Turín – Italia. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5771032>

Organización Internacional del Trabajo. (2016). Prevención del estrés en el trabajo: Lista de puntos de comprobación. OIT. <https://www.ilo.org/es/publications/la-prevencion-del-estres-en-el-trabajo-lista-de-puntos-de-comprobacion>

Ortiz Quevedo, J., Bravo, D., & Proenza Pupo, J. (2018). Factores psicosociales en el medio militar y su influencia en el seno familiar. Derecho y Realidad, 16(32), 111-121. <https://doi.org/10.19053/16923936.v15.n30.2017.13722>

Peiró, J. M. (2021). La importancia de las bases de datos en la investigación científica.

Universitas Psychologicas, 20(1).1-10.

<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/34636/28124>

Rivera, A. C., LeardMann, C. A., Rull, R. P., Cooper, A., Warner, S., Faix, D., Deagle, E.,

Neff, R., Caserta, R., Adler, A. B., & Millennium Cohort Study Team (2022).

Combat exposure and behavioral health in U.S. Army Special Forces. PloS one,

17(6), e0270515. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0270515>

Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, P. B. (2014). CAP 7 Concepción o elección de

del diseño de la investigación. Metodología de la investigación (6ª ed.). Editorial

McGraw-Hill.

Anexos

Título	Autor	Año de publicación	País	Tipo de Documento	Base de datos	Enlace	Palabras Clave	Objetivo del Estudio
Título	Autor(es),	Año de publicación	País de origen del estudio	Tipo de documento (artículo, informe, tesis, etc.)	Nombre de la base de datos	Enlace con hipervínculo que lleve al documento	Palabras Clave	Descripción breve del objetivo principal del estudio

Anexo 1. Matriz de revisión documental

Metodología	Población y muestra	Conclusiones	Resultados Principales	Limitaciones
Metodología utilizada (cuantitativa, cualitativa, mixta)	Descripción de la muestra o población estudiada (número de participantes, características)	Identificar los factores de riesgo psicosocial que afectan la salud mental del personal uniformado de las Fuerzas Militares de Colombia.	Encontrar las medidas de prevención, intervención y planes de acción que han sido estudiados e implementados por las fuerzas militares para la disminución de factores de riesgos en el personal uniformado.	Limitaciones reconocidas por los autores del estudio

FACTORES PSICOSOCIALES DE RIESGO LABORAL QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL

[Ver Matriz Documental diligenciada](#)