



## ARTÍCULO DE REVISIÓN


### Beneficios de la intervención ante el Trastorno de Estrés Postraumático en soldados. Una revisión sistemática

*Benefits of intervention for Post-Traumatic Stress Disorder in soldiers. A systematic review*

Benefícios da intervenção para transtorno de estresse pós-traumático em soldados. Uma revisão sistemática

José-Gabriel Soriano-Sánchez<sup>1</sup>

Universidad de La Rioja, Logroño, La Rioja – España

 <https://orcid.org/0000-0002-3780-0189>

[josoris@unirioja.es](mailto:josoris@unirioja.es) (correspondencia)

DOI: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.01.003>

Enviado: 12/09/2022 – Aceptado: 20/10/2022 – Publicado: 21/10/2022

#### PALABRAS CLAVE

bienestar, militar profesional, revisión sistemática, soldados, TEPT.

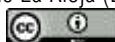
**RESUMEN. Antecedentes:** Actualmente, el Ejército, constituido por el de Tierra, Aire y Mar, demanda de un trabajo constante al servicio de la nación, siendo el primer deber del militar la disposición permanente de la defensa nacional. En consecuencia, sus integrantes han de hacer frente a diversas situaciones estresantes durante su trayectoria profesional. **Objetivo:** Identificar mediante una revisión sistemática la influencia que ejercen los programas de intervención sobre el Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) en personal militar profesional. **Materiales y métodos:** Revisión sistemática en cinco bases de datos multidisciplinarias mediante dos fórmulas de búsqueda en inglés y español, siguiendo las recomendaciones de Cochrane, las fases de la guía PRISMA. La selección de los estudios se realizó mediante dos lecturas, garantizando exhaustividad y reproducibilidad. **Resultados:** Se incluyeron dos estudios con un total de  $N = 263$  participantes. Los resultados muestran una relación existente entre la participación en Zona de Operaciones (ZO) y TEPT en el personal militar profesional. **Conclusión:** El TEPT afecta negativamente la salud física y psicológica del soldado. En consecuencia, es relevante intervenir mediante programas para reducir el TEPT. Finalmente, se resalta la importancia que posee la IE, la resiliencia y el apoyo, tanto familiar como social, para paliar los efectos del TEPT.

#### KEYWORDS

welfare, professional military, systematic review, soldiers, PTSD.

**ABSTRACT. Background:** Nowadays, the Army, consisting of Land, Air, and Sea, demands a constant work in the service of the nation, being the first duty of the military the permanent disposition of the national defense. Consequently, its members have to face several stressful situations during their professional career. **Aim:** To identify, through a systematic review, the influence of intervention programs on Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) in professional military personnel. **Materials and methods:** Systematic review in five multidisciplinary databases using two search formulas in English and Spanish, following Cochrane recommendations and the

<sup>1</sup> Doctorando en Educación y Psicología en la Universidad de La Rioja (España).



phases of the PRISMA guide. The selection of studies was made by two readings, guaranteeing completeness and reproducibility. **Results:** Two studies were included with a total of  $N = 263$  participants. The results show a relationship between participation in Zone of Operations (ZO) and PTSD in professional military personnel. **Conclusion:** PTSD negatively affects the physical and psychological health of the soldier. Consequently, it is relevant to intervene through programs to reduce PTSD. Finally, the importance of EI, resilience and support, both family and social, to alleviate the effects of PTSD is highlighted.

#### PALAVRAS-CHAVE

bem-estar, militares profissionais, revisão sistemática, soldados, PTSD.

**RESUMO. Antecedentes:** Hoje em dia, o Exército, composto por Terra, Ar e Mar, exige um trabalho constante ao serviço da nação, sendo o primeiro dever dos militares a prestação permanente da defesa nacional. Consequentemente, seus membros têm que enfrentar várias situações estressantes durante sua carreira profissional. **Objetivo:** Identificar, por meio de uma revisão sistemática, a influência dos programas de intervenção sobre o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (PTSD) no pessoal militar profissional. **Materiais e métodos:** Revisão sistemática em cinco bancos de dados multidisciplinares usando duas fórmulas de busca em inglês e espanhol, seguindo as recomendações da Cochrane e as fases do guia PRISMA. A seleção dos estudos foi feita por duas leituras, garantindo a completude e reprodutibilidade. **Resultados:** Dois estudos com um total de  $N = 263$  participantes foram incluídos. Os resultados mostram uma relação entre a participação na Área de Operações (AO) e o PTSD no pessoal militar profissional. **Conclusão:** O PTSD afeta negativamente a saúde física e psicológica do soldado. Conseqüentemente, é relevante intervir através de programas para reduzir o PTSD. Finalmente, é destacada a importância da EI, resiliência e apoio, tanto familiar quanto social, para mitigar os efeitos do PTSD.

## 1. INTRODUCCIÓN

Actualmente, el personal militar tiene como deber principal la defensa de su nación, llegando a dar su vida cuando la situación lo requiera (Jha et al., 2020). Entre las virtudes de los soldados se encuentran el valor, la prontitud, la obediencia y la exactitud, así como el cumplimiento de sus deberes impulsados por el sentimiento al honor y la presentación de un constante amor al servicio y el deseo de emplearse en las situaciones de mayor riesgo y fatiga, mostrando en todo momento una permanente disponibilidad al servicio de la nación (Puell de la Villa, 2021). Esto hace que sus miembros se vean sometidos a presiones que pueden provocar problemas psicológicos y sociales, afectando a sus competencias y/o habilidades intrapersonales e interpersonales (Flood et al., 2022). En consecuencia, es relevante que los centros de formación militar promuevan entre los futuros soldados los principios y normas éticas de comportamiento militar (Highhouse et al., 2015), así como el desarrollo de diversos constructos psicológicos, como la resiliencia para otorgar un mejor desempeño profesional de sus integrantes (Taylor et al., 2022).

En particular, en cualquier Ejército del mundo, los soldados han de cumplir con la legislación vigente en sus quehaceres diarios (Naifeh et al., 2022). No obstante, por ejemplo, en España los miembros de los tres Ejércitos tienen como misión principal defender la soberanía e independencia, así como la defensa de su integridad territorial, consiguiendo que se cumpla el ordenamiento constitucional (C.E., 1978). Además, deberán entregar su vida cuando la situación lo requiera, conforme a los preceptos contemplados en la Ley Orgánica 5/2005, de 17 de noviembre, de la Defensa Nacional (L.O. 5/2005), los de la Ley 39/2007, de 19 de noviembre, de la carrera militar, así como los de las Reales Ordenanzas, constituyendo estas últimas aquellas normas de comportamiento, derechos y deberes del soldado español (R.D. 96/2009). En este sentido, cuando el soldado participe en misiones de paz en Zona de Operaciones (ZO), contribuirá al mantenimiento de la paz, a la estabilidad y seguridad, así como al apoyo de la ayuda humanitaria, haciendo frente a las situaciones cambiantes de cada momento y utilizando toda su capacidad de análisis e iniciativa para su logro. Los militares, es decir,

los miembros de las Fuerzas Armadas (FAS) deben poseer unas buenas bases psicológicas que les permitan el desarrollo de unos adecuados niveles de habilidades y/o destrezas, las cuales cobran gran relevancia para poder manejar situaciones adversas en las que puedan verse comprometidos a lo largo de su trayectoria militar (Vives et al., 2021). Por lo tanto, es fundamental que los centros de formación militares, meros transmisores de valores, actitudes y conductas militares (Maglione et al., 2022), lleven asimismo diferentes programas que fomenten entre sus miembros diversos constructos psicológicos para otorgar un mejor desempeño profesional de sus integrantes en cualquier Ejército y permitan fomentar una mejora de la calidad de vida (Hernández y García, 2021).

El Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) consiste en una forma de trastorno que deriva ansiedad, obteniéndose en el individuo por la exposición a diversos factores estresantes que le llegan a generar diversos síntomas negativos, de carácter físico y/o psicológico (Murphy et al., 2018). Dicho trastorno se ha analizado en diversos contextos, como en algunos casos y, de manera más singular, en contextos de ámbito militar (Trachik et al., 2021). Igualmente, cuando el individuo y, en este caso, el militar profesional se ve envuelto en un contexto de trabajo donde la situación diaria le genera situaciones estresantes a lo largo del tiempo, le puede conllevar a que alcance el llamado síndrome de *burnout* o quemado por el trabajo, influyendo este de manera negativa sobre su salud mental (McBride et al., 2022).

El TEPT afecta al 9% de las personas a lo largo de su vida y aumenta casi cuatro veces a 35% en el personal de seguridad pública (Park et al., 2021). Las personas que regresan de los grupos armados o ZO presentan un historial de eventos traumáticos debidos al estrés mental grave subsiguiente y a los niveles elevados de agresión reactiva y apetitiva que pueden persistir y si no se tratan con frecuencia impiden la consolidación de la paz y la estabilidad social (Koebach et al., 2019). En consecuencia, Pintado y Rodríguez (2019) exponen que se debe tener presente que los militares tras pasar por situaciones de estrés en ZO, como son actualmente los países de Irak o Afganistán demandan determinadas ayudas especializadas tras el regreso de dichos contextos (Vogel, 2016), para así poder recuperar su vida diaria (Currier et al., 2016). Así, se deben dejar los roles tradicionales del Ejército (Fortney et al., 2016), en los que la cultura militar se ve enfatizada fuertemente por los pensamientos, sentimientos y comportamientos consistentes con el rol masculino (Hammer et al., 2013), debiendo romper dicha barrera y poder avanzar hacia las costumbres y creencias que demanda la sociedad (O'Neil, 2015).

Por consiguiente, la Inteligencia Emocional (IE) constituye el constructo que permite la regulación de las emociones, al permitir al individuo hacer frente a las distintas situaciones estresantes (Soriano-Sánchez y Jiménez-Vázquez, 2022b), puesto que favorece a la comprensión los sentimientos propios y los del resto (Azilah et al., 2020). De hecho, dicha variable psicológica impulsa a un mayor bienestar personal (Cortellazzo et al., 2021). Las emociones, por su parte, son concluyentes en las conductas propias e interpersonales, afectando a los vínculos y relaciones con los demás, siendo necesarias para nuevos aprendizajes y para el bienestar personal (Shuo et al., 2022). Por ello, es necesario que emerja bienestar por parte de los trabajadores de las diferentes escalas del Ejército para alcanzar mejores resultados de productividad y de reducción de rotación de personal, mitigando los niveles de estrés, pudiendo liderar a través de un adecuado nivel de IE (García, 2019). En otra dirección, la resiliencia es considerada un constructo fundamental en el Ejército contemporáneo, ya que dicho constructo permitirá hacer frente a los diversos escenarios de estrés (Naifeh et al., 2021), saliendo de los mismos de manera favorecida, mostrando el ser un mayor compromiso institucional al ayudarle a alcanzar los objetivos organizacionales previamente establecidos (Arslan, 2021).

Los síntomas disociativos se asocian a un peor funcionamiento cognitivo en los dominios de la memoria, atención y funcionamiento ejecutivo entre los individuos con TEPT (McKinnon et al., 2016), incluidos los veteranos (Howard et al., 2021). En particular, el deterioro cognitivo se ha asociado con una reducción del funcionamiento psicosocial (Jaeger et al., 2006) y la capacidad de realizar actividades instrumentales de la vida diaria (Drew et al., 2019). Además, podría conllevar a una ingesta diaria de alcohol (Irizar et al., 2021), asociado al consumo de tabaco (Bohórquez-Borda et al., 2022), lo que incrementa la ansiedad de la persona (Soriano-Sánchez y Jiménez-Vázquez, 2022a). Finalmente, a día de hoy se ha expuesto los beneficios que poseen los programas de intervención como, por ejemplo, en *mindfulness* para mejorar la salud psicológica de los trabajadores, tanto de modo presencial como *online* (Pérez-Fuentes et al., 2020), así como mediante intervenciones realizadas con el uso de App para reducir el TEPT (Lasee et al., 2020) o, incluso, la utilización de nuevas propuestas, como podría ser la realidad virtual (Jones et al., 2022).

## El presente estudio

Los estudios de revisión sistemática consisten en una revisión exhaustiva de la evidencia científica basada en un protocolo, generalmente diseñado para responder a una pregunta de investigación específica (Molero et al., 2020; Soriano-Sánchez y Sastre-Riba, 2022). En consecuencia, hasta nuestro alcance, a día de hoy no se ha realizado ningún trabajo que exponga la relevancia que ocupan las intervenciones enfocadas en el tratamiento del TEPT en población militar. Por ello, el objetivo del presente trabajo consiste en identificar mediante una revisión sistemática la influencia que ejercen los programas de intervención sobre el TEPT en personal militar profesional.

## 2. MÉTODO

### Procedimiento y estrategias de búsqueda

Esta investigación se basa en una revisión sistemática de la literatura. Para su elaboración se siguieron los pasos propuestos por la declaración PRISMA (Moher et al., 2015). De este modo, se realizó una búsqueda de investigaciones en diferentes bases de datos científicas. En concreto, se ha realizado una búsqueda de artículos en las bases de datos científicas de carácter internacional, concretamente en *PsycINFO*, *Psicodoc*, *Psychology Database*, *Scopus* y *Web of Science*. Para ello, se utilizó la siguiente fórmula de búsqueda, tanto en español como en inglés: (TEPT AND *personal militar profesional*) OR (PTSD AND *soldier*) AND (*program intervention*). La búsqueda se realizó durante el mes de septiembre de 2022.

En el sentido anterior, se obtuvieron un total de 350 artículos. Particularmente, en *PsycINFO* ( $k = 235$ ), en *Psychology Database* ( $k = 86$ ), en *PSICODOC* ( $k = 20$ ), en *Scopus* ( $k = 2$ ) y, finalmente, en *PubMed Central* ( $k = 7$ ), como se puede observar en la Tabla 1. De este modo, en primer lugar, se efectuó una primera lectura del título, así como del resumen de la población fijada, con el objetivo de aplicar el primer criterio de exclusión. No obstante, donde hubo alguna controversia, se realizó una lectura comprensiva del texto completo para así poder aplicar el resto de los criterios conceptuales y metodológicos establecidos.

Tabla 1

Bases de datos, descriptores, fórmulas de búsqueda y nº de referencias

Base de datos	Fórmulas de búsqueda	Nº Referencias
PsycINFO	(PTSD AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldier</i> ) AND ( <i>program intervention</i> )	134
	(TEPT AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldado</i> ) AND ( <i>programa de intervención</i> )	101
Psychology Database	(PTSD AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldier</i> ) AND ( <i>program intervention</i> )	76
	(TEPT AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldado</i> ) AND ( <i>programa de intervención</i> )	20
PSICODOC	(PTSD AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldier</i> ) AND ( <i>program intervention</i> )	7
	(TEPT AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldado</i> ) AND ( <i>programa de intervención</i> )	13
Scopus	(PTSD AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldier</i> ) AND ( <i>program intervention</i> )	2
	(TEPT AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldado</i> ) AND ( <i>programa de intervención</i> )	-
PubMed Central	(PTSD AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldier</i> ) AND ( <i>program intervention</i> )	7
	(TEPT AND <i>personal militar profesional</i> ) OR (TEPT AND <i>soldado</i> ) AND ( <i>programa de intervención</i> )	-

### Proceso de selección de las publicaciones

Para la selección de los estudios se establecieron los siguientes criterios de inclusión: 1) trabajos en inglés y español; 2) investigaciones que evalúan el TEPT en personal militar profesional; y 3) estudios científicos de intervención.

Por otro lado, los criterios de exclusión fueron: 1) trabajos repetidos; 2) estudios cualitativos; 3) investigaciones publicadas en otro idioma diferente al inglés o español; 4) trabajos que guardan relación con otras cuestiones asociadas al TEPT o referentes al Ejército (p.e. TEPT en médicos, policías... relacionados con el consumo de sustancias, etc.); 5) tesis doctorales, capítulos de libro o libros; 6) estudios sin acceso al texto completo; 7) trabajos instrumentales; 8) estudios de caso; y 9) investigaciones de diseño transversal.

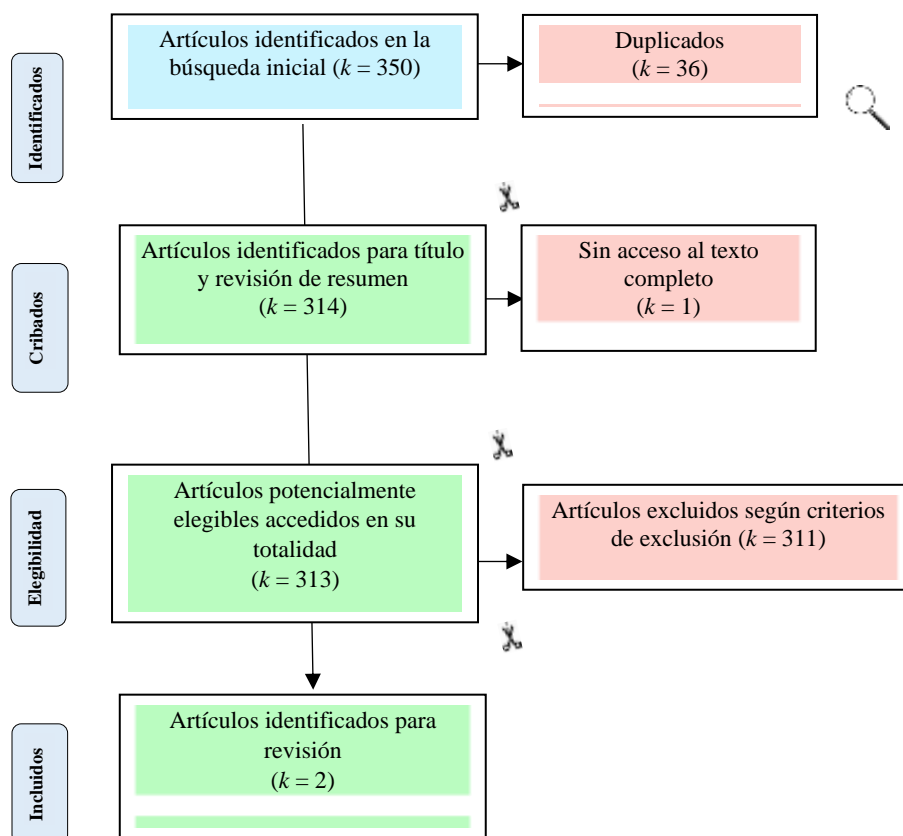
En relación a los diferentes motivos de exclusión de trabajos durante la fase de revisión y selección fueron: 43 estudios por estar repetidos; 1 trabajo por no permitir el acceso al texto completo; 1 estudio por ser de otro idioma distinto al español o inglés, particularmente, en portugués; 67 trabajos por ser de diseño cualitativo; 168 investigaciones por corresponderse con el tercer criterio de exclusión; 34 trabajos por ser tesis doctorales, capítulos de libro o libros; 1 estudio por no permitir el acceso al texto completo; 2 por tratarse de trabajos instrumentales; 1 por ser estudio de caso; y, finalmente, 29 estudios por ser de diseño transversal.

En el sentido anterior, como se puede observar en la Figura 1, la muestra que compone el cuerpo base de esta revisión sistemática se corresponde con un total de  $k = 2$  publicaciones.



Figura 1

Diagrama de flujo con los pasos para la selección de los artículos



### 3. RESULTADOS

#### Análisis descriptivos de los estudios seleccionados

En función a los resultados de los estudios seleccionados para la revisión sistemática, como se puede observar en la Tabla 3, se exponen los resultados obtenidos para el análisis de la relación entre TEPT y contextos del ejército profesional, en los que han participado un total de  $N = 263$  individuos pertenecientes al contexto militar. En consecuencia, para extraer la información de esta revisión sistemática, los estudios fueron codificados siguiendo el siguiente proceso: (1) autores y año de la publicación; (2) objetivo/s del estudio; (3) lugar; (4) variables evaluadas; (5)  $M_{\text{age}}$  (DT); y (6) instrumento utilizado para medir el nivel de TEPT.

En relación al lugar de publicación, los estudios fueron realizados en Francia (Belrose et al., 2019) y Austria (Howard et al., 2021), donde a pesar de tener unos objetivos diferentes, ambos tenían como finalidad intervenir para combatir el TEPT en personal militar. Respecto a las variables evaluadas, fueron el TEPT y los recursos psicológicos: optimismo, *mindfulness*, bienestar, motivación y autoestima (Belrose et al., 2019), así como el TEPT y la ansiedad, la depresión y la calidad del sueño (Howard et al., 2021). En cambio, sólo presentaba la media de edad, en este caso, el estudio de Belsore et al. (2019), donde los participantes tenían una  $M_{\text{age}} = 34.5 \pm 9.3$ . En último lugar, en relación a los instrumentos evaluados, pueden observarse en la Tabla 2.

Tabla 2

Conjunto de estudios que tratan la relación entre TEPT y personal militar

Autores y año publicación	Objetivo/s	Lugar	Variables evaluadas	$M_{age}$ (DT)	Instrumento evaluación TEPT
Belrose et al. (2019)	(i) Evaluar los recursos psicológicos que siguen siendo sostenibles para estos expuestos al trauma en función de sus síntomas de TEPT; (ii) Analizar la dinámica de reapropiación de recursos después del programa de rehabilitación militar, que se centra en los valores en acción (VIA) como fortalezas del carácter; y (iii) Evaluar cómo estos recursos y su reapropiación facilitan la reintegración profesional civil	Francia	TEPT y los recursos psicológicos: optimismo, <i>mindfulness</i> , bienestar, motivación y autoestima	34.5 ( $\pm 9.3$ )	a
Howard et al. (2021)	(i) Establecer la prevalencia de TEPTC en relación al TEPT en una muestra australiana de miembros militares activos o en retiro en busca de tratamiento; y (ii) Examinar las implicaciones del diagnóstico de TEPTC para el perfil de ingreso y respuesta a tratamiento	Australia	TEPT y los recursos psicológicos: ansiedad, depresión y calidad del sueño	-	b

Nota.  $M_{age}$  = Media edad; DT = Desviación Típica; a = Cuestionario para evaluar la gravedad del TEPT (PCL-5) de Ashbaugh et al. (2016); b = Escala PTSD Checklist (PCL-5) del DSM-5 (Blevins et al., 2015).

Por otro lado, en la Tabla 3 se muestran los principales resultados de cada uno de los trabajos.



Tabla 3

Principales resultados de los estudios incluidos en la revisión sistemática

Autores y año publicación	N (M, DT) TEPT Preintervención	N (M, DT) TEPT Postintervención	Principales resultados
Belrose et al. (2019)	32 (37.8, ±17.56)	32 $\nabla$ )	<p>La VIA pareció ser un factor importante para la reintegración. Los resultados destacaron la importancia de tener en cuenta las necesidades existentes y la optimización de las modalidades de rehabilitación individual, colectiva e institucional para soldados que sufren de TEPT con el fin de comprender mejor la dinámica del proceso de recuperación</p> <p>El TEPT es común dentro de miembros militares activos o en retiro y está asociado a mayores niveles de severidad psiquiátrica, persistiendo a lo largo del tiempo. La tendencia de aquellos con TEPTC de permanecer altamente sintomáticos tras el tratamiento sugiere componentes de tratamiento adicionales que deberían ser considerados para mejorar su calidad de vida</p>
Howard et al. (2021)	358 (60.4, ±9.0)	231 (47.0; ±16.1)	

Nota.  $\nabla$  = disminución tras la intervención; N = número de participantes; M = Media; DT = Desviación Típica.

### Síntesis de la evidencia hallada

En primer lugar, Howard et al. (2021) llevaron a cabo una intervención con militares del Ejército Australiano para establecer la prevalencia de TEPTC y examinar las implicaciones del diagnóstico de TEPTC para el perfil de ingreso y respuesta a tratamiento. Los componentes grupales incluyeron la psicoeducación y el tratamiento de los síntomas (20 y 30 días de tratamiento con cada cohorte de 5-10 participantes que recibieron una combinación de terapia individual y de grupo). Los resultados indicaron que alrededor del 80% de los veteranos militares que buscaban tratamiento cumplían los criterios para un probable diagnóstico de TEPT. De hecho, la composición de los síntomas que caracterizan al TEPT podía impulsar la búsqueda de tratamiento y, por lo tanto, podía ser el diagnóstico predominante para los veteranos que acuden a los servicios clínicos relacionados con el trauma. Finalmente, tras la postintervención los resultados hallaron una reducción de los niveles de TEPT, así como de ansiedad y depresión.

En otra dirección, Belrose et al. (2019) realizaron un programa integrador mediante intervención psicosocial, actividades deportivas, *coaching* y apoyo a los recursos humanos. El programa comenzó con una sesión de formación de 9 días denominada “*Human Resources Training-HRT*”. Todos los soldados de este estudio estuvieron de baja por enfermedad durante al menos 6 meses debido a un TEPT crónico y estaban a la espera de una pensión de la comisión de invalidez militar. De este modo, con el fin de ayudar a los soldados expuestos al trauma con TEPT crónico a lidiar con las preocupaciones y el estrés diario durante su programa de reintegración, se utilizaron dos enfoques principales de la psicología positiva durante el programa de entrenamiento de 9 días. Los resultados destacaron la importancia de tener en cuenta las necesidades existentes del paciente y la optimización de las modalidades de rehabilitación individual, colectiva e institucional para pacientes que sufren de TEPT con el fin de comprender mejor la dinámica del proceso de recuperación de un individuo crónicamente afectado.



#### 4. DISCUSIÓN

El objetivo del presente trabajo consistía en identificar mediante una revisión sistemática la influencia que ejercen los programas de intervención sobre el TEPT en personal militar profesional. En consecuencia, tras la intervención llevada a cabo por Howard et al. (2021) permite señalar que el TEPT emerge entre los miembros que prestan servicio militar y en consecuencia demandan de tratamientos adicionales para mejorar su calidad de vida. Estos resultados se encuentran relacionados con los expuestos por Belrose et al. (2019). De este modo, se podría decir que aquellos soldados profesionales que participan en ZO son quienes presentan un mayor nivel de TEPT frente a quienes no lo hacen, aunque dichos niveles podrían estar mediados por los factores de la personalidad (Ponce et al., 2018), donde esta podría influir en su creatividad y compromiso adquirido en el trabajo (Molero et al., 2020). No obstante, tras la finalización en ZO, parece ser relevante la influencia que ejerce el apoyo social (Hays et al., 2021) y familiar (McGaw y Reupert, 2022), para mediar los síntomas de TEPT.

El servicio militar lleva asociado en determinados casos secuelas emocionales, como sería en el caso de los despliegues en misiones de paz, relacionado con síntomas físicos (Engelhard et al., 2011) o, incluso, psicológicos (Pintado y Rodríguez, 2019). De este modo, sería interesante tener presente que la IE favorece a un mayor bienestar personal (Cortellazzo et al., 2021; Soriano-Sánchez y Jiménez-Vázquez, 2022b), lo que podría permitir al castrense sentirse más comprometido con la institución organizacional y establecer unas adecuadas relaciones interpersonales (Bui et al., 2017). Al igual sucede con el constructo de la resiliencia, ya que sugiere permitir al soldado hacer frente a las diversas situaciones de estrés (Naifeh et al., 2022). De otro modo, el consumo de sustancias es relevante por parte de la población militar (Bohórquez-Borda et al., 2022). En consecuencia, para hacer frente a este problema sería interesante tener presente las indicaciones de Au-Yeung et al. (2021): realizar ejercicio físico diario, tener adecuados hábitos alimenticios e ir reduciendo poco a poco el consumo.

En cualquier caso, es necesario brindar al personal que presta el servicio militar de aquellos recursos necesarios para cubrir cualquier tipo de necesidad, de manera que pueda prestar un trabajo de calidad y, por tanto, no se vea expuesto a elevados escenarios de ansiedad y estrés (Maglione et al., 2022). De hecho, como revelan Soriano et al. (2019), el estrés y la ansiedad son dos conceptos muy afines entre sí, pero bien es cierto que se diferencian. Por un lado, el estrés puede entenderse como la incapacidad por parte del sujeto para hacer frente a las demandas extrínsecas (ambiente), generándose por situaciones agobiantes y pudiendo derivar en trastornos psicológicos a veces graves. Por otro lado, la ansiedad hace referencia al estado de agitación ante la anticipación de una situación peligrosa (una amenaza).

En consecuencia, la ansiedad hace referencia al estado de agitación ante la anticipación de una amenaza, es decir, de una situación peligrosa, lo que conlleva a una respuesta emocional que engloba, tanto el nivel cognitivo, como el emocional, el fisiológico, y/o el motor (Soriano et al., 2020). En esta dirección, la presencia de bajos niveles podría mostrar un mayor optimismo (Naifeh et al., 2021) y un menor riesgo para desarrollar el síndrome de burnout (Ram et al., 2021), lo que favorece su bienestar personal (Martínez-Cuazitl et al., 2022; McBride et al., 2022).

Esta revisión sistemática ofrece la posibilidad de informar a la institución militar y a su personal de la importancia que posee la presencia del TEPT y su relación con distintos constructos psicológicos. De hecho, a nivel organizativo, los datos aportados podrían facilitar la selección, contratación y promoción del futuro personal

militar. Así, se podría fomentar un incremento de bienestar de todos sus miembros y obtener una mayor consecución de los objetivos institucionales previamente establecidos.

Por otro lado, respecto a las implicaciones prácticas, conocer futuras variables a partir de la interrelación de los resultados expuestos sugiere constituir el paso previo para diseñar intervenciones educativas eficaces (Soriano-Sánchez, 2022). En este sentido, sería interesante llevar a cabo intervenciones innovadoras para fortalecer la motivación de los participantes (Soriano-Sánchez y Jiménez-Vázquez, 2023).

Sin embargo, este estudio no se encuentra exento de limitaciones. En primer lugar, se podría hallar en las bases de datos seleccionadas, por lo que es posible que se hayan podido omitir de manera involuntaria estudios publicados en otros recursos electrónicos. En otro sentido, otra limitación se podría encontrar en el escaso número de publicaciones, así como en la síntesis de los resultados hallados. Ello ha impedido que se pudiese realizar un metaanálisis.

Para ampliar el conocimiento acerca de este tema, como futura línea de investigación sería interesante realizar nuevos estudios de diseño longitudinal, los cuales tengan en cuenta los resultados hallados en el presente estudio, de manera que se puedan aportar nuevas conclusiones.

Las intervenciones para reducir los niveles de TEPT pueden mediar positivamente en el optimismo, mindfulness, bienestar, motivación y autoestima, reduciendo los niveles de ansiedad y depresión. En consecuencia, con el propósito de mejorar la calidad de vida de los militares profesionales durante su carrera militar y en su vida personal. En este sentido, sería interesante tener en cuenta la aplicación de intervenciones a través de la utilización de los entornos virtuales, dado su gran potencial en la salud psicológica de los profesionales (Jones et al., 2022).

## 5. CONCLUSIÓN

En definitiva, la presente revisión sistemática aporta tras el análisis de los distintos trabajos que el TEPT afecta negativamente la salud física y psicológica del militar profesional. En este sentido, cuando se presentan menores niveles se muestra un incremento de bienestar personal, así como un mayor *engagement* con la organización de la que forma parte. En suma, sería interesante tener presente el desarrollo de la resiliencia y de la IE para otorgarles a los militares profesionales de recursos psicológicos que les permitan poder afrontar con mejor éxito el TEPT y alcanzar los objetivos organizacionales, independientemente del lugar donde se encuentren destinados.

### Agradecimientos

Expreso mi agradecimiento a los docentes del programa de Doctorado en Educación y Psicología de la Universidad de La Rioja (España).

### Conflicto de intereses / Competing interests:

El autor declara que el presente proyecto no representa ningún conflicto de intereses.

### Rol de los autores / Authors Roles:

No aplica.

### Fuentes de financiamiento / Funding:

Las fuentes de financiación que dieron lugar a la investigación son de carácter personal y motivación profesional.

**Aspectos éticos / legales; Ethics / legals:**

El autor declara no haber incurrido en aspectos antiéticos, ni haber omitido aspectos legales en la realización de la investigación.

**REFERENCIAS**

- Arslan, G. (2021). Psychological maltreatment predicts decreases insocial wellbeing through resilience in college students: A conditional process approach of positive emotions. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01583-0>
- Ashbaugh, A. R., Houle-Johnson, S., Herbert, C., El-Hage, W., y Brunet, A. (2016). Psychometric validation of the english and French versions of the posttraumatic stress disorder checklist for DSM-5 (PCL-5). *PLoS ONE*, 11, e0161645. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0161645>
- Au-Yeung, C. S., Chao, R. F., Hsu, y L.Y. Why It Is Difficult for Military Personnel to Quit Smoking: From the Perspective of Compensatory Health Beliefs. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22), 12261. <https://doi.org/10.3390/ijerph182212261>
- Azilah, N. L., Devi, I., y Zainal, N. (2020). The Relationship between Emotional Intelligence (EI) and the Malaysian University English Test (MUET) Performance among Technical Students. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 19(7), 280-297. <https://doi.org/10.26803/ijlter.19.7.16>
- Belrose, C., Duffaud, A. M., Dutheil, F., Trichereau, J., y Trousselard, M. (2019). Desafíos asociados con la reintegración civil de soldados con TEPT crónico: un nuevo enfoque que integra recursos psicológicos y valores en la reapropiación de acción. *Psiquiatría Frontal*, 9, 737. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00737>
- Blevins, C. A., Weathers, F. W., Davis, M. T., Witte, T. K., y Domino, J. L. (2015). The posttraumatic stress disorder checklist for DSM-5 (PCL-5): Development and initial psychometric evaluation. *Journal of Traumatic Stress*, 28(6), 489-98. <https://doi.org/10.1002/jts.22059>
- Bohórquez-Borda, D., Gómez-Villaraga, D., Pérez-Cruz, D., y García-Rinción, L. (2022). Desregulación emocional y nivel de riesgo por consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes universitarios colombianos. *CES Psico*, 15(3), 115-132. <https://doi.org/10.21615/cesp.6159>
- Bui, E., Zakarian, R. J., Laifer, L. M., Sager, J. C., Chen, Y., Cohen, S., y Ohye, B. (2017). Psychometric properties of the Parenting Sense of Competence Scale in treatment-seeking post-9/11 veterans. *Journal of Child and Family Studies*, 26, 464-470. <https://doi.org/10.1037/a0019405>
- Constitución Española (1978). Boletín Oficial del Estado, de 29 de diciembre, número 311.
- Cortellazzo, L., Bonesso, S., Gerli, F., y Pizzi C. (2021). Experiences that matter: Unraveling the link between extracurricular activities and emotional and social competencies. *Frontiers in Psychology*, 12, 659526. <http://dx.doi.org/10.1007/10.3389/fpsyg.2021.659526>
- Currier, J. M., McDermott, R. C., y Sims, B. M. (2016). Patterns of help-seeking in a national sample of student veterans: A matched control group investigation. *General Hospital Psychiatry*, 43, 58-62. <http://dx.doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2016.08.004>



- Drew, D. A., Weiner, D. E., y Sarnak, M. J. (2019). Cognitive deficits are associated with functional impairment in severely depressed patients. *American Journal of Kidney Diseases*, 74(6), 782-790. <https://doi.org/10.1053/j.ajkd.2019.05.017>
- Engelhard, I. M., Van Den Hout, M., Weerts, J., Hox, J. J., y Van Doornen, J. P. (2011). Un estudio prospectivo de la relación entre el estrés postraumático y síntomas de salud física. *Revista Universalud*, 1, 30-35. <http://ojs.unisangil.edu.co/index.php/revistauniversalud/article/view/192>
- Flood, A., y Keegan, R. J. (2022). Cognitive resilience to psychological stress in military personnel. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-12. <https://doi.org/3389/fpsyg.2022.809003>
- Fortney, J. C., Curran, G. M., Hunt, J. B., Cheney, A. M., Lu, L., Valenstein, M., y Eisenberg, D. (2016). Prevalence of probable mental disorders and help-seeking behaviors among veteran and non-veteran community college students. *General Hospital Psychiatry*, 38(1), 99-104. <http://dx.doi.org/10.1016/j.genhosppsy.2015.09.007>
- García, P. A. (2019). La inteligencia emocional y su impacto en el desempeño laboral. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. En línea. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/03/inteligencia-emocional-laboral.html>
- Hammer, J. H., Vogel, D. L., y Heimerdinger-Edwards, S.R. (2013). Men's help seeking: Examination of differences across community size, education, and income. *Psychology of Men & Masculinity*, 14(1), 65-75. <http://dx.doi.org/10.1037/a0026813>
- Hays, R. D., Edelen, M. A., Rodriguez, A., y Herman, P. (2021). Support for the Reliability and Validity of the National Institutes of Health Impact Stratification Score in a Sample of Active-Duty U.S. Military Personnel with Low Back Pain. *Pain Medicine*, 22(10), 2185-2190. <http://dx.doi.org/10.1093/pm/pnab175>
- Hernández, E., y García, M. (2021). Benefits of PsyCap Training on the Wellbeing in Military Personnel. *Psicothema*, 33(4), 536-43. <http://dx.doi.org/10.7334/psicothema2021.151>
- Highhouse, S., Doverspike, D., y Guion, R. M. (2015). *Essentials of personnel assessment and selection*. Routledge.
- Howard, A., Agathos, J. A., Phelps, A., Cowlshaw, S., Terhaag, S., Arjmand, H. A., Armstrong, R., Berle, D., Steel, Z., Brewer, D., Human, B., Herwig, A., Wigg, C., Kemp, P., Wellauer, R., y O'Donnell, M. L. (2021). Prevalence and treatment implications of ICD-11 complex PTSD in Australian treatment-seeking current and ex-serving military members. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1), 1-13. <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1844441>
- Irizar, P., Stevelink, S. A., Pernet, D., Gage, S. H., Greenberg, N., Wessely, S., Goodwin, L., y Fear, N. T. (2021). Probable post-traumatic stress disorder and harmful alcohol use among male members of the British police forces and the British Armed Forces: A comparative study. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1), 1-15. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1891734>
- Jaeger, J., Berns, S., Uzelac, S., y Davis-Conway, S. (2006). Neurocognitive deficits and disability in major depressive disorder. *Psychiatry Research*, 145(1), 39-48. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2005.11.011>



- Jha, A. P., Zanesco, A. P., Denkova, E., Morrison, A. B., Ramos, N., Chichester, K., Gaddy, J. W., y Rogers, S. L. (2020). Bolstering cognitive resilience via train-the-trainer delivery of mindfulness training in applied high-demand settings. *Mindfulness*, 11(3), 683-97. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01284-7>
- Jones, C., Smith-MacDonald, L., Nancy, V. V., VanderLaan, A., Kaneva, Z., Dunleavy, R. S., Hamilton, T., Vermetten, E., y Bremault-Phillips, S. (2022). Therapist and operator experiences utilizing multi-modal motion-assisted memory desensitization and reconsolidation (3MDR) for treatment of combat related posttraumatic stress disorder amongst military and veteran populations. *European Journal of Psychotraumatology*, 13(1), 1-11. <https://doi.org/10.1080/20008198.2022.2062996>
- Koebach, A., Carleial, S., Elbert, T., Schmitt, S., y Robjant, K. (2021). Treating trauma and aggression with narrative exposure therapy in former child and adult soldiers: A randomized controlled trial in Eastern DR Congo. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 89(3), 143-155. <https://doi.org/10.1037/ccp0000632>
- Ley 39/2007, de 19 de noviembre, de la carrera militar.
- Ley Orgánica 5/2005, de 17 de noviembre, de la Defensa Nacional.
- Maglione, M. A., Chen, C., Bialas, A., Motala, A., Chang, J., Akinniranye, G., y Hempel, S. (2022). Stress Control for Military, Law Enforcement, and First Responders: A Systematic Review. *RAND Health Quarterly*, 9(3), 20. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9242555/>
- Martínez-Cuazitl, A., Martínez-Salazar, I. N., Maza-De La Torre, G., García-Dávila, J. A., Montelongo-Mercado, E. A., García-Ruiz, A., Noyola-Villalobos, H. F., García-Araiza, M. G., Hernández-Díaz, S., Villegas-Tapia, D. L., Cerda-Reyes, E., Chávez-Velasco, A. S., y García-Hernández, J. S. (2022). Burnout Syndrome in a Military Tertiary Hospital Staff during the COVID-19 Contingency. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2229. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042229>
- McBride, D., Samaranayaka, A., Richardson, A., Gardner, D., Shepherd, D., y Wyeth, E. (2022). Factors associated with self-reported health among New Zealand military veterans: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 12(5), e056916. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-05691>
- McGaw, V. E., y Reupert, A. E. (2022). Do Not Talk About That Stuff": Experiences of Australian Youth Living With a Veteran Parent With PTSD. *Traumatology*, 28(1), 24-30. <https://doi.org/10.1037/trm0000317>
- McKinnon, M. C., Boyd, J. E., Frewen, P. A., Lanius, U. F., Jetly, R., Richardson, J. D., y Lanius, R. A. (2016). A review of the relation between dissociation, memory, executive functioning and social cognition in military members and civilians with neuropsychiatric conditions. *Neuropsychologia*, 90, 210-234. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2016.07.017>
- Moher, D., Shamseer, L., Clarke, M., Gherzi, D., Liberati, A., Petticrew, M., Shekelle, P., Stewart, L. A., y PRISMA-P Group (2015). Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015 statement. *Systematic Reviews*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.1186/2046-4053-4-1>
- Molero, M. M., Pérez-Fuentes, M. C., Barragán, A. B., Soriano, J. G., Oropesa, N. F., Sisto, M., y Gázquez, J. J. (2020). Mindfulness in Family Caregivers of Persons with Dementia: Systematic Review and Meta-Analysis. *Healthcare*, 8, 193. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030193>





- Molero-Jurado, M. M., Pérez-Fuentes, M. C., Soriano, J. G., Tortosa, B. M., Oropesa, N. F., Simón-Márquez, M. D., y Gázquez-Linares, J. G. (2020). Personality and job creativity in relation to engagement in nursing. *Annals of Psychology, 36*(3), 533-542. <https://doi.org/10.6018/analesps.405391>
- Murphy, S., Elkit, A., Dokkedahl, S., y Shevlin, M. (2018). Testing competing factor models of the latent structure of post-traumatic stress disorder and complex post-traumatic stress disorder according to ICD-11. *European Journal of Psychotraumatology, 9*, 1-8. <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1457393>
- Naifeh, J. A., Capaldi, V. F., Chu, C., King, A. J., Koh, K. A., Marx, B. P., Montgomery, A. E., O'Brien, R. W., Sampson, N. A., Stanley, I. H., Tsai, J., Vogt, D., Ursano, R. J., Stein, M. B., y Kessler, R. C. (2022). Asociaciones prospectivas de caracterización de descargas militares con intentos de suicidio post-servicio activo y personas sin hogar: Resultados del estudio para evaluar el riesgo y la resiliencia en miembros del servicio-Estudio longitudinal (STARRS-LS). *Military Medicine, 00*, 1-11. <https://doi.org/10.1093/milmed/usac232>
- Naifeh, J. A., Mash, H. B. H., Stein, M. B., Vance, M. C., Aliaga, P. A., y Fullerton, C. S. (2021). Sex differences in US Army suicide attempts during the wars in Iraq and Afghanistan. *Medical Care, 59*, 42-50. <https://doi.org/10.1097/MLR.0000000000001425>
- Park, A. H., Protopopescu, A., Poque, M. E., Boyd, J. E., O'Connor, C., Lanius, R. A., y Mckinnon, M. C. (2021). Dissociative symptoms predict severe illness presentation in Canadian public safety personnel with presumptive post-traumatic stress disorder (PTSD). *European Journal of Psychotraumatology, 12*, 1-12. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1953789>
- Pérez-Fuentes, M. C., Molero, M. M., Mercader, I., Soriano, J. G., y Gázquez, J. J. (2020). Mindfulness for Preventing Psychosocial Risks in the Workplace: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Applied Sciences, 10*(5), 1851. <https://doi.org/10.3390/app10051851>
- Pintado, M., y Rodríguez, V. (2019). Crónica de política exterior española (diciembre 2018 – mayo 2019). *Revista Electrónica de Estudios Internacionales, 37*, 1-29. <https://doi.org/10.17103/reei.37.17>
- Ponce, B., Andersen, S., Karstoft, K. I., y Elklit, A. (2018). Pre-deployment dissociation and personality as risk factors for post-deployment post-traumatic stress disorder in Danish soldiers deployed to Afghanistan. *European Journal of Psychotraumatology, 9*, 1443672. <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1443672>
- Puell de la Villa, F. (2021). Modernización de las Fuerzas Armadas durante el reinado de Juan Carlos I. *Araucaria, 47*, 413-423. <https://doi.org/10.12795/araucaria.2021.i47.18>
- Ram, V., Bhakta, J. P., Roesch, S., y Millegan, J. (2021). Reducing Stress and Burnout in Military Healthcare Professionals Through Mind-Body Medicine: A Pilot Program. *Military Medicine, 00*, 1-10. <http://dx.doi.org/10.1093/milmed/usab389>
- Real Decreto 96/2009, de 6 de febrero, por el que se aprueban las Reales Ordenanzas para las Fuerzas Armadas.
- Shuo, Z., Xuyang, D., Xin, Z., Xuebin, C., y Jie, H. (2022). The Relationship Between Postgraduates' Emotional Intelligence and Well-Being: The Chain Mediating Effect of Social Support and Psychological Resilience. *Frontiers in psychology, 13*, 865025. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.865025>



- Soriano, J. G., Pérez-Fuentes, M. C., Molero, M. M., Gázquez, J. J., Tortosa, B. M., y González, A. (2020). Beneficios de las intervenciones basadas en la atención plena para el tratamiento de síntomas ansiosos en niños y adolescentes: Metaanálisis. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 11(1), 42-53. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2020.01.034>
- Soriano, J. G., Pérez-Fuentes, M. C., Molero, M. M., Tortosa, B. M., y González, A. (2019). Beneficios de las intervenciones psicológicas en relación al estrés y ansiedad: Revisión sistemática y meta-análisis. *European Journal of Education and Psychology*, 12(2), 253. <https://doi.org/10.30552/ejep.v12i2.283>
- Soriano-Sánchez, J. G. (2022). Factores psicológicos y consecuencias del Síndrome Fear of Missing Out: Una Revisión Sistemática. *Revista de Psicología y Educación*, 17, 69-78. <https://doi.org/10.23923/rpye2022.01.217>
- Soriano-Sánchez, J. G., y Jiménez-Vázquez, D. (2022a). Predictores del consumo de alcohol en adolescentes: una revisión sistemática de estudios transversales. *Revista Estudios Psicológicos*, 2(4), 73-86. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2022.04.006>
- Soriano-Sánchez, J. G., y Jiménez-Vázquez, D. (2022b). A systematic review of the use of ICT and emotional intelligence on motivation and academic performance. *Technological Innovations Journal*, 1(3), 7-27. <https://doi.org/10.35622/j.ti.2022.03.001>
- Soriano-Sánchez, J. G., y Jiménez-Vázquez, D. (2023). Innovative educational practices in higher education: a systematic review. *Revista Innova Educación*, 5(1), 23-37. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2023.05.002>
- Soriano-Sánchez, J. G., y Sastre-Riba, S. (2022). Predictores asociados al consumo de tabaco en adolescentes: una revisión sistemática. *Retos*, 46, 1065-1072. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.93114>
- Taylor, C. L., Ivcevic, Z., Moeller, J., Menges, J. I., Reiter-Palmon, R., Brackett, y M. A. (2022). Gender and emotions at work: Organizational rank has greater emotional benefits for men than women. *Sex Roles*, 86(1-2), 127-42. <https://doi.org/3389/10.1007/s11199021-01256-z>
- Trachik, B., Oakey-Frost, N., Ganulin, M. L., Adler, A.B., Dretsch, M. N., y Cabrera, O. A. (2021). Military suicide prevention: The importance of leadership behaviors as an upstream suicide prevention target. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 51(2), 316-324. <https://doi.org/3389/10.1111/sltb.12707>
- Vives, M. P., Arango, I., y Contreras, D. C. (2021). La inteligencia emocional en educación militar. En D.C. Contreras (Ed.), *Paradigmas y experiencias de aprendizaje en la educación militar. Una respuesta a los desafíos de la educación contemporánea* (pp. 169-191). Miles Doctus.
- Vogel, D. L., y Heath, P. J. (2016). Men, masculinities, and help-seeking patterns. En Y. J. Wong, S.R. Wester, Y.J. Wong, y S.R. Wester (Eds.), *APA handbook of men and masculinities* (pp. 685-707). <http://dx.doi.org/10.1037/14594-031>

