

**UNIVERSIDAD DE LAS AMERICAS**

**ECUADOR**

**MAESTRIA EN PSICOLOGÍA CLINICA**

**PROYECTO MPC**

**ACOSO LABORAL Y BURNOUT EN EL EJÉRCITO**

**ECUATORIANO Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR**

**FAMILIAR**

**MAESTRANTE**

**IVANNOVA CÁRDENAS MANZANILLAS**

**DOCENTE**

**JOSÉ A. RODAS, MsC, PhD**

## RESUMEN

Este estudio se realizó con el fin de determinar la relación entre el Acoso Laboral, Burnout y el Bienestar Familiar en el ejército ecuatoriano. A través del método cuantitativo que incluyó una muestra de 180 efectivos del personal militar pertenecientes al “BS 57 Montecristi” Tiputini, para la recolección de datos se trabajó con un cuestionario por área a investigar, en el caso del Síndrome de Burnout se aplicó el Questionary Maslach Burnout Inventory (MBI), para el Acoso Laboral o Mobbing se aplicó el Test de Cisneros y finalmente para evaluar el bienestar familiar se hizo uso del Test de funcionamiento familiar (FF- SIL). Los resultados que se esperan encontrar tienen a ser negativos los cuales permitan que se establezca la presencia de Acoso Laboral, Burnout y el Bienestar Familiar con una relación significativa entre ellos, incluso el ultimo punto no es abordado generalmente dentro de la población mencionada, por lo cual esta investigación resulta innovadora e importante, podría servir como referencia para futuras investigaciones y elaboración de estrategias de prevención e intervención. En base a los resultados esperados se planteará una propuesta de prevención en salud mental desde un enfoque integrativo utilizando diferentes modelos teóricos para el manejo del estrés, depresión, ansiedad, irritabilidad, agotamiento emocional, se elaborarán 6 sesiones en las que se abordarán diversas técnicas psicológicas que ayudarán con el manejo de los síntomas relacionados a la problemática.

Palabras Clave: Acoso Laboral, Mobbing, Burnout, Militares, Bienestar Familiar.

## ABSTRACT

This study was carried out in order to determine the relationship between Workplace Harassment, Burnout and Family Wellbeing in the Ecuadorian army. Through the quantitative method that included a sample of 180 military personnel belonging to the “BS 57 Montecristi” Tiputini, for data collection we worked with a questionnaire per area to be investigated, in the case of Burnout Syndrome the Questionnaire was applied. Maslach Burnout Inventory (MBI), for Workplace Harassment or Mobbing the Cisneros Test was applied and finally to evaluate family well-being the Family Functioning Test (FF-SIL) was used. The results that are expected to be found tend to be negative which allow the presence of Workplace Harassment, Burnout and Family Wellbeing to be established with a significant relationship between them, even the last point is not generally addressed within the aforementioned population, therefore Since this research is innovative and important, it could serve as a reference for future research and the development of prevention and intervention strategies.

Based on the expected results, a mental health prevention proposal will be proposed from an integrative approach using different theoretical models for the management of stress, depression, anxiety, irritability, emotional exhaustion, 6 sessions will be developed in which various psychological techniques will be addressed. that will help with the management of symptoms related to the problem.

Keywords: Workplace Harassment, Mobbing, Burnout, Military, Family Welfare.

## 1. INTRODUCCIÓN

El acoso laboral o también conocido como mobbing, es un estado en el cual el trabajador sufre de hostigamiento y su vida dentro del entorno laboral se percibe como imposible de sobrellevar, lo que conlleva a que esto se perciba como un riesgo (Ochoa et al., 2021). Mientras que el síndrome de burnout es una respuesta desadaptativa a nivel corporal y emocional respecto a las demandas percibidas en el entorno laboral y el déficit de mecanismos de afrontamiento para las mismas (Angulo et al., 2021).

Diversas investigaciones evidencian la presencia de acoso y estrés laboral dentro de la vida militar. Astaíza (2022) menciona que en Ecuador acorde a las sentencias jurídicas en diversos casos se ha demostrado un abuso de poder por parte de altos mandos, en el cual existe una vulneración del principio de igualdad y no discriminación, lo que lleva a incurrir en lo entendido como acoso laboral. Las diversas actividades y situaciones cotidianas a las que se enfrentan los militares suponen un riesgo para el bienestar emocional, llegando a generar la aparición de estrés laboral (Valenzuela y Gayoso, 2017).

Navas (2023) refiere que en Ecuador el 92.3% de los militares participantes refieren estar a menudo estresados, relacionándose a las diferentes actividades en las cuales tienen que desarrollarse, en relación con el ambiente familiar el 59.8% menciona que su ambiente es muy bueno y solamente el 2.6% que no es bueno.

El acoso laboral crea un ambiente de trabajo tóxico, donde la hostilidad y la intimidación pueden prevalecer. Esto puede dañar las relaciones entre colegas y minar la moral de la organización. Lo que conlleva a preguntarse: ¿Cuál es la relación entre acoso laboral y el burnout en el ejército ecuatoriano y el bienestar del entorno familiar?

El índice del síndrome de burnout en militares es extremadamente alto en diferentes países del mundo, lo cual debe ser considerado un indicador de riesgo dentro de esta actividad. Al reconocer la magnitud del acoso y el estrés laboral en el ejército ecuatoriano, y mediante de un plan de psico-prevención enfocado evitar la aparición de estos síntomas o la reducción de estos, se beneficiará al personal militar y a sus familias al crear un ambiente más saludable. Al brindar datos científicos y de alto impacto en relación con las

variables de estudio se puede generar nuevo conocimiento científico e impulsar nuevos proyectos que pretendan relacionar estas variables con otras nuevas generando un aporte relevante a la psicología.

El acoso laboral en el ámbito militar, también conocido como acoso militar, puede presentarse de diversas formas tales como: El acoso sexual donde el hostigamiento constante sitúa a la persona en una situación de vulneración, atrapado en la idea de cultura militar, se tiende a normalizar este tipo de acoso por lo que no lo valoran como acoso en ninguna de sus dimensiones (Angarita, 2019). Mediante el abuso de poder se evidencia el mobbing siendo normalizado por la idea de la jerarquía y el respeto a superiores, sin embargo, se tiene la consideración de quienes abusen de su posición para generar malestar o tratos poco éticos a subordinados de manera arbitraria irrumpen en acoso laboral (Carrascosa, 2019).

El síndrome de burnout en la vida militar es una gran problemática, debido a su alta incidencia, dificulta el desarrollo personal y profesional de quien lo padece, se presenta generalmente debido a las condiciones en las que los militares desarrollan sus actividades, el intenso esfuerzo físico, la dificultad de las tareas o el maltrato por parte de superiores (de Carvalho et al., 2020).

El pertenecer a los regimientos militares supone para la psique de la persona un gran desgaste, teniendo en cuenta que se considera una actividad peligrosa y altamente estresante, la mayor parte de quienes pertenecen a estas actividades presentan síntomas psicósomáticos, se debe tener en cuenta que en mujeres es más probable la aparición de este síndrome por la discriminación sufrida en base al género (Sousa et al., 2021). Los sentimientos de miedo, angustia, desesperación, el cansancio físico extremo, la privación del sueño suponen grandes retos para mantener una estabilidad psíquica adecuada en la vida militar, en la mayor parte de los sujetos sus capacidades de afrontamiento no son suficientes para todo el estrés al que se enfrentan, las amenazas y desafíos terminan por generar agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (Moreira, 2019).

Otro punto importante de consideración en el ambiente militar es que se consideran una institución vulnerable en cuanto se trata de personas que trabajan para mantener la seguridad de la ciudadanía, lo que implica un constante contacto con la muerte, sumado

a la sobrecarga de horas laborales que representan factores de riesgo para el bienestar emocional y mental por lo que es normal evidenciar en esta población la presencia de estrés laboral (Días y de Andrade, 2021).

Para los militares la familia constituye una fuente de apoyo primaria la cual en muchas ocasiones sostiene la esfera emocional de los mismos, pese a los altos niveles de estrés y las demandas de su trabajo estas no influyen generalmente en la flexibilidad en cuanto a las relaciones y dinámica familiar, sin embargo si pueden considerarse un factor de riesgo si las dificultades exceden los niveles de afrontamiento y los mecanismos con los que se desarrollan en el día a día (Payares y Peñate, 2020).

Una vez comprendida de forma teórica las tres variables a investigar como son Acoso Laboral, Síndrome de Burnout y Bienestar Familiar en torno a la vida militar puedo destacar que el objetivo general de esta investigación se centra en determinar la relación entre el acoso laboral y el burnout en el ejército ecuatoriano y el bienestar familiar, lo cual guiará la investigación hacia una comprensión más profunda de esta problemática con el fin de elaborar e informar estrategias de prevención e intervención al personal militar.

Los objetivos específicos giran en torno a tres dimensiones las cuales son el identificar los niveles de acoso laboral y el burnout que presentan el personal de tropa y oficiales del ejército ecuatoriano; describir los niveles de depresión y estrés que manifiestan el personal del ejército ecuatoriano y explorar las diferentes alteraciones a la realidad socio familiar del personal sometido al acoso laboral y burnout.

Esta investigación puede validar o ampliar teorías existentes, estableciendo así una gran base para futuras investigaciones en el campo de la salud mental de las fuerzas armadas. De la misma forma la metodología y las herramientas utilizadas en este estudio podrían servir como guía para investigaciones similares.

La importancia de este proyecto radica en la necesidad de comprender el impacto que tiene sobre la salud mental del personal militar el sufrir acoso laboral o padecer Burnout y por ende las estrategias y tratamiento que se regirán en ayuda a quienes presentan los síntomas.

## **METODOLOGÍA**

### **Población**

Personal militar del ejército ecuatoriano.

### **Muestra**

Para establecer la muestra se utilizará un nivel de confianza del 95%, la desviación media del 1.96 y se determinará un margen de error del 5% con lo cual se establece que la muestra la conformarán 180 militares del Batallón de Selva BS 57 Montecristi.

Para determinar a los participantes se realizará un muestreo probabilístico, mediante el cual todas las personas tienen la oportunidad de ser elegidos (Hernández, 2021). Para el estudio se utilizará la fórmula matemática  $A+K$ ;  $A+2K$ ;  $A+3K$  y así sucesivamente, donde el primer elemento será elegido de manera aleatoria y así no encontrarnos con sesgos metodológicos; cabe mencionar que  $A$  es el valor inicial aleatorio,  $K$  es el resultado de  $N/n$ , determinando que  $N$  es la población y  $n$  la muestra.

En el presente estudio se tendrá en cuenta la disponibilidad de la población elegida, el acceso a los mismos y las consideraciones éticas para no vulnerar los derechos de los participantes.

Los criterios de inclusión para la selección de participantes son: el personal de oficiales efectivos de la fuerza terrestre, el personal de tropa efectivos de la fuerza terrestre, el personal de IWIAS (guerreros de la selva) y las esposas del personal militar que se encuentren residiendo en Tiputini, Mientras que los de exclusión son el personal que haya sido dado de baja del ejército ecuatoriano, los conscriptos o aspirantes a soldados y las esposas del personal militar que se encuentren viviendo fuera de la región.

### **Instrumentos de la investigación**

Questionary Maslach Burnout Inventory (MBI) Christina Maslach es una de las investigadoras pioneras del síndrome de burnout y autora del MBI, la herramienta más utilizada para medir este fenómeno; Anteriormente este cuestionario era utilizado en el campo de la salud específicamente en la medicina, se evalúa a través de 22 ítems y tres variables fundamentales: agotamiento o fatiga, despersonalización y baja eficacia profesional. La fatiga se relaciona en el sentido de no poder dar más de ti mismo, la despersonalización se relaciona con la pérdida de empatía, y por último la baja eficacia profesional se relaciona a la idea de no hacer algo bien, de dudar de sus capacidades.

Descripción: La sección EA (agotamiento emocional). Tiene 9 ítems 1,2,3,6,8,13,14,16,2 que describen el sentimiento de opresión y agotamiento emocional relacionado con el trabajo, la puntuación más alta es 54.

La subescala de despersonalización consta de 5 ítems 5,10,11,15,22 los cuales explican la respuesta no relacionada y la falta de empatía, puntuación máxima 30.

La subescala de eficacia profesional evalúa sentimientos de autoeficacia y logros laborales, la puntuación más alta es 48. Tiene 8 ítems (4,7,9,12,17,18,19,21). Respecto a la validez y confiabilidad Calle et al. (2022) concluyen que, al realizarse un análisis descriptivo de la muestra, los resultados del análisis estadístico del alfa de Cronbach son de 908 lo cual confirman la confiabilidad y validez de la prueba en el contexto ecuatoriano. Dentro de la consistencia interna de los ítems medidos, por lo que el Inventario de Burnout de Maslach es válido y confiable para su uso en Ecuador.

Escala de Cisneros, cuestionario autoadministrado desarrollado por el profesor Iñaki Piñuel que incluye 43 ítems para comparar y evaluar 43 tipos de maltrato psicológico; La escala de CISNEROS (Cuestionario Individual sobre Psico terror, Negación, Estigmatización y Rechazo en Organizaciones Sociales) tiene como objetivo monitorear periódicamente el estado y el impacto de la violencia en el ambiente laboral. Se solicita al entrevistado que al momento de contestar valore en una escala tipo Likert de 0 (nunca) a 6 (todos los días) la duración de cada tipo de violencia en la que se ha visto afectado. Mide 3 índices de acoso recibido NEAP (Número total de estrategias sufridas) IGAP (Índice global de acoso sufrido) IMAP (Índice medio de la intensidad de las estrategias de acoso sufrido) (Paltán et al., 2022). Respecto a la validez y confiabilidad, Jarrín (2018) concluyó con respecto al cuestionario Escala de Cisneros a través de software SPSS 21.0 que el alfa de Cronbach es de 0.956, lo cual confirma la confiabilidad del instrumento, en cuanto a su validez el coeficiente KMO es de 0.871 demostrando una gran relación entre los ítems del barómetro, afirmando que la escala de Cisneros es completamente válida para el desarrollo de este proyecto.

Test de funcionamiento familiar (FF- SIL), herramienta capaz de medir el desempeño familiar, fue diseñado en 1994 por un equipo de atención primaria y aprobado en 2004.



Segmenta a las familias en tres puntos: funcional, moderadamente funcional y completamente inactivo. Propone evaluar siete procesos involucrados en las relaciones familiares: Cooperación, Responsabilidad, Armonía, Comunicación, Eficiencia, Permeabilidad y Cambio.

Contiene 14 reactivos incluidos. Respuesta tipo Likert con cinco opciones: casi nunca 1, pocas veces 2, a veces 3, muchas veces 4 y casi siempre 5. Nunca (Mary et al., 2021). Respecto a la validez y confiabilidad: El alfa de Cronbach fue de 0,859.

Interpretación de Resultados: Familia Funcional (57/70), Familia moderadamente funcional (43/56), Familia Disfuncional (28/42), Familia Severamente Disfuncional (14/27).

### **Diseño de la Investigación**

El estudio pretende analizar los niveles correspondientes a acoso laboral, síndrome de burnout y su relación con el bienestar familiar en el ejército ecuatoriano, para lo cual se utilizará un enfoque cuantitativo, debido a que mediante este las variables pueden ser observables y medibles mediante la obtención de información y generación de hipótesis numérica y análisis estadístico, para probar una teoría (Ocaña, 2015).

En el presente proyecto se medirán las variables de acoso laboral y síndrome de Burnout, mediante la aplicación de reactivos psicométricos dentro del Batallón de Selva BS 57 Montecristi, los datos se recopilarán en un determinado momento por lo cual la investigación es transversal, también de carácter no experimental debido a que no se manipularán las variables, y se observarán directamente los fenómenos en su lugar de origen (Hernández et al., 2014).

Finalmente es de tipo correlacional, teniendo en cuenta que se pretende describir una correlación entre el acoso laboral y síndrome de burnout con el bienestar familiar (Hernández et al., 2014).

Los recursos empleados son tanto humanos como materiales, dentro de los recursos materiales puedo señalar Computador, Celulares, Test propuestos, Red, Internet, y dentro de los humanos mi persona como autora del Proyecto, Oficiales, Personal de tropa, Personal de IWIAS, Esposas del personal.

## **PROCEDIMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN**

Antes de abarcar contacto con la población elegida, se programará una reunión con el jefe de la oficina de personal, se le explicará los beneficios de la investigación y cuáles serán los instrumentos para aplicar, una vez realizado este paso, esperamos su respuesta, pues él será el encargado de comunicar la información a su superior en este caso el comandante de la Unidad. Se programará otra reunión con el comandante para de forma directa brindarle la misma información, una vez obtenido el permiso, se convocará a una reunión a todo el personal en el casino de voluntarios y se les explicará que la participación es de forma voluntaria y los test a aplicar serán en línea.

Para el análisis de datos se ha determinado la utilización de la estructura PPDAC, que consiste en el Problema, Plan, Análisis, Datos y Conclusiones. Teniendo en cuenta que cada paso es dependiente del anterior y si no existe cumplimiento en una etapa se debe modificar la anterior a la misma.

El problema pretende estudiar al acoso laboral y el síndrome de burnout y como estos se relacionan con el bienestar familiar de los militares del Batallón de Selva BS 57 Montecristi.

El plan consiste en realizar la aplicación virtual de los reactivos psicológicos a la muestra de 180 militares del Batallón de Selva BS 57 Montecristi, los datos se analizarán en el programa estadístico SPSS y sus resultados se reflejarán mediante gráficos.

Los datos de las diferentes variables serán obtenidos de los cuestionarios anteriormente especificados, y la hipótesis es demostrar si existe una relación entre el acoso laboral, el síndrome de burnout y el bienestar familiar en los militares del Batallón de Selva BS 57 Montecristi.

Finalmente, el análisis de los datos se realizará mediante la calificación de los reactivos psicométricos, aplicando una correlación de Pearson entre las variables seleccionadas y así poder determinar si realmente existe una influencia directa o no, posterior a eso se representará en tablas estadísticas los resultados obtenidos.

## **RESULTADOS ESPERADOS**

En los resultados esperados se prevé obtener que más del 50% de los participantes presenten sintomatología relacionada al Acoso Laboral, síndrome de Burnout y Disfunción familiar, siguiendo la tendencia de diversas investigaciones realizadas en otros países, Bardera y Segovia (2009) refieren que, en España, ante diversos estímulos estresores se evidencia la presencia de estrés laboral en los militares del ejército español y que esto tiene consecuencias negativas en su salud física y la satisfacción laboral.

Barros (2014) menciona que en Colombia el 19.8% de los militares que se encuentran en la Dirección General de Puertos han sufrido acoso laboral, donde en su mayoría se presenta agresiones verbales. En Perú, Valenzuela y Gayoso (2017) destacan que el 100% de los militares presentan síndrome de burnout en algún nivel a lo largo de un año de estudio, lo cual demuestra los altos niveles de exigencia y malos tratos a los que son sometidos esta población.

Con estos datos se pretende disponer de una base sólida para la implementación de herramientas de prevención para promover la calidad de vida y salud mental del personal militar, fortalecer los conocimientos con relación al acoso y estrés laboral, como de la constelación y bienestar familiar.

## Referencias Bibliográficas:

- Acosta, F. (2001). Jefatura de hogar femenina y bienestar familiar en Monterrey. Una aproximación cualitativa. *Frontera Norte*, 13(Esp). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=13690207>
- Álvarez Córdova, S. S. (2022). *El acoso laboral de los servidores y trabajadores públicos del Instituto Geográfico Militar y su incidencia en el desarrollo integral del año 2021* (Master's thesis, QUITO-UISRAEL). [Tesis de maestría, Universidad Israel]. <http://repositorio.uisrael.edu.ec/handle/47000/2974>
- Ampudia, M. K. M. (2020). Familia: enfoque y abordaje en la atención primaria. *Revista Médica Sinergia*, 5(09), 1-13. <https://doi.org/10.31434/rms.v5i9.543>
- Angarita, C. J. M. C. (2019). La mujer militar en el Ejército: El acoso sexual y la exclusión social. *Boletín de Sociología Militar*, 4-4. <https://revistascedoc.com/index.php/bs/article/view/472/408>
- Angulo, D. J. B., Nivelá, C. D. L. D., Chiriguayo, J. T. A., Zuñiga, G. A. P., & de León, T. A. A. (2020). La relajación y estrés laboral en el personal docente: una revisión sistemática. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266). <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.1617>
- Astaíza Pozo, J. G. (2022). *El acoso laboral dentro de la vida militar* (Master's thesis, Quito, EC: Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador). [Tesis de maestría, Universidad Andina Simón Bolívar]. <http://hdl.handle.net/10644/8670>
- Bardera Mora, M. P., & Segovia, O. (2009). Estrés laboral, autoconcepto y salud en una muestra de militares españoles. *Premio Fidel Pagés Miravé*, 65 (3): 152-163 <https://www.ucm.es/data/cont/docs/1091-2015-05-20-Estr%C3%A9s%20laboral.pdf>
- Barreras-Miranda, M. I., Muñoz-Cortés, G., Pérez-Flores, L. M., Gómez-Alonso, C., Fulgencio-Juárez, M., & Estrada-Andrade, M. E. (2022). Desarrollo y validación del Instrumento FF para evaluar el funcionamiento familiar. *Atención*

*Familiar*, 29(2), 72-78. <https://www.medigraphic.com/pdfs/atefam/af-2022/af222b.pdf>

Barros Vanegas, W. D. J. Acoso laboral en la Dirección General de Puertos de Colombia (DGPC), entidad del sector defensa. [Tesis de maestría, Universidad Militar Nueva Granada]. <http://hdl.handle.net/10654/12193>

Bolaños, D., & Stuart Rivero, A. J. (2019). La familia y su influencia en la convivencia escolar. *Revista Universidad y Sociedad*, 11(5), 140-146. <http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus>

Cabezas, R. C., Pluas, C. M. A., Cabezas, J. A. C., & Cevallos, D. R. I. (2022). Validez factorial del Maslach Burnout Inventory versión española en una población multiocupacional ecuatoriana. *Sapienza: International Journal of Interdisciplinary Studies*, 3(1), 776-785. <https://doi.org/10.51798/sijis.v3i1.261>

Canales Heredia, J., & Fernández Vergara, J. M. (2020). *Entorno socio-familiar y el rendimiento académico de los cadetes de cuarto año de infantería de la Escuela Militar de Chorrillos Coronel Francisco Bolognesi 2019* (Doctoral dissertation, Escuela Militar de Chorrillos Coronel Francisco Bolognesi). [Tesis Doctoral, Escuela Militar de Chorrillos]. <https://repositorio.escuelamilitar.edu.pe/handle/EMCH/232>

Carrascosa González, R. (2019). Acoso sexual en el Ejército. [Tesis de Grado, Universidad Jaume]. [https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/183910/TFG\\_2019\\_Carrascosa\\_Gonzalez\\_Rube%cc%81n.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/183910/TFG_2019_Carrascosa_Gonzalez_Rube%cc%81n.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

de Carvalho, L. O. R., de Melo Porto, R., & de Sousa, M. N. A. (2020). Sofrimento psíquico, fatores precipitantes e dificuldades no enfrentamento da síndrome de Burnout em policiais militares. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(5), 15202-15214. DOI:10.34119/bjhrv3n5-300

Dias, C. N., & de Andrade, V. L. P. (2021). A relação entre a síndrome de burnout e o policial militar brasileiro. *Cadernos de Psicologia*, 2(4).

<https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/2837/1913>

García Gárate, M. L., & Nakakado Vela, Y. K. (2021). Síndrome de burnout y agresividad en militares del cuartel general del distrito de Rímac-Lima 2020. [Tesis de Grado, Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60876/Garc%c3%ada\\_GML-Nakakado\\_VYK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60876/Garc%c3%ada_GML-Nakakado_VYK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

García, N., y Zea, R. (2011). Estrés académico. *Revista de psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 55-82. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.11369>

Gobbini, J., & San Martín, M. J. (2019). *Ajuste persona-ambiente. Un enfoque desde la perspectiva de la teoría de la adecuación laboral* (Doctoral dissertation). [Tesis Doctoral, Universidad Nacional de Mar del Plata]. <http://rpsico.mdp.edu.ar/handle/123456789/1164>

González, B., y Escobar, A. (2002). Neuroanatomía del estrés. *Revista Mexicana de Neurociencia*, 3(5), 273-282. <https://previous.revmexneurociencia.com/wpcontent/uploads/2014/07/Nm0025-04.pdf>

Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). 1144 [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000300002&script=sci\\_arttex](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000300002&script=sci_arttex)

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* sexta edición. McGraw-Hill.

Leymann, H. (1990). Mobbing and psychological terror at workplaces. *Violence and Victims*, 5(2), 119-126. DOI: 10.1891/0886-6708.5.2.119

Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Entorno*, (70), 110-120. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>

- Moreira, T. S. V. (2019). O impacto do estresse ocupacional e Síndrome de Burnout entre militares do Exército Brasileiro. *EsSEx: Revista Científica*, 2(3), 29-35. <http://www.ebrevistas.eb.mil.br/RCEsSEx/article/view/3208/2577>
- Navas Suárez, N. M. (2023). *Influencia del estrés en el bienestar psicológico del personal en una Unidad Militar del Ejército Ecuatoriano, ubicado en Sangolquí, cantón Rumiñahui, provincia de Pichincha en el año 2022* (Master's thesis). [Tesis de maestría, Universidad Politécnica Salesiana]. <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/25132>
- Ocaña, A. L. O. (2015). *Enfoques y métodos de investigación en las ciencias sociales y humanas*. Ediciones de la U.
- Ochoa Díaz, C. E., Hernández Ramos, E., Guamán Chacha, K., & Pérez Teruel, K. (2021). El acoso laboral. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(2), 113-118. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v13n2/2218-3620-rus-13-02-113.pdf>
- Ochoa Díaz, C. E., Hernández Ramos, E., Guamán Chacha, K., & Pérez Teruel, K. (2021). El acoso laboral. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(2), 113-118. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v13n2/2218-3620-rus-13-02-113.pdf>
- Payares Castillo, L. M., & Peñate Salgado, A. C. (2020). Factores psicosociales, niveles de estrés y vida familiar de los militares de la Estación de Guardacostas de Cartagena. <https://hdl.handle.net/20.500.12585/11541>
- Pérez, J. P., Pino, A. R., Garcés, G. B., García, P. E. L., Santana, M. L., & Requena, S. M. (2022). Propiedades psicométricas de la Escala Cisneros para medir acoso psicológico (mobbing) en la organización. *RECAI Revista de Estudios en Contaduría, Administración e Informática*, 48-67. <https://doi.org/10.36677/recai.v11i31.17608>
- Ramírez Pérez, M. A., Garicano Quiñónez, L. F., González De Abreu, J. M., González De Buitrago, E. J., Sánchez Úriz, M. Á., & Campo Balsa, M. T. D. (2019). Síndrome de burnout en médicos residentes de los hospitales del área sureste de

- la Comunidad de Madrid. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 28(1), 57-65. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i33.966>
- Rodríguez, A., Zúñiga, P., Contreras, K., Gana, S., y Fortunato, J. (2016). Revisión teórica de las estrategias de afrontamiento (coping) según el Modelo Transaccional de Estrés y Afrontamiento de Lazarus & Folkman en pacientes quirúrgicos bariátricos, lumbares y plásticos. *Revista el dolor*, 66(1), 3. <https://www.revistaeldolor.cl/storage/articulos/November2020/TJTBXx57FGjK3J3ct ga7.pdf>
- Román Jarrín, J. G. (2018). Mobbing. Estudio realizado en el personal docente y administrativo de las Facultades 1 y 2 de la Universidad de Cuenca. [Tesis de Maestría, Universidad de Cuenca]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/29720>
- Santana-CárdenasΨ, S. (2019). Dominancia social: una teoría que pone el dedo en la llaga en la desigualdad social. *Dominancia social*, 153. [https://www.researchgate.net/profile/Felipe-Santoyo/publication/331568974\\_Dominancia\\_social\\_de\\_la\\_lucha\\_por\\_la\\_existencia\\_a\\_la\\_avidez\\_de\\_poder/links/5c812dc8299b1268d4145e0/Dominancia-social-de-la-lucha-por-la-existencia-a-la-avidez-de-poder.pdf#page=154](https://www.researchgate.net/profile/Felipe-Santoyo/publication/331568974_Dominancia_social_de_la_lucha_por_la_existencia_a_la_avidez_de_poder/links/5c812dc8299b1268d4145e0/Dominancia-social-de-la-lucha-por-la-existencia-a-la-avidez-de-poder.pdf#page=154)
- Souza, Y. R. D., Feitosa, F. B., & Bezerra, G. S. (2021). Incidencia de síndrome de Burnout en militares del ejército brasileño en la región amazónica. *SMAD. Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas*, 17(4), 14-22. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2021.163263
- Taipe Inca, K. N. Satisfacción familiar y autoestima en militares del fuerte Pokras-Ayacucho, 2021. [Tesis de Grado, Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60876/Garc%c3%ada\\_GML-Nakakado\\_VYK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60876/Garc%c3%ada_GML-Nakakado_VYK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Torres, A. M. M. (2019). Acoso laboral (mobbing): Riesgo psicosocial emergente invisible. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional [Internet]*, 38, 127-37. DOI: 10.21772/ripo.v38n2a03



- Urdaneta, J. G. Á. (2020). El acoso laboral o mobbing como elemento causante de accidentes laborales. *Revista Científica UISRAEL*, 7(3), 123-136. <https://doi.org/10.35290/rcui.v7n3.2020.331>
- Valenzuela Narváez, D. R., & Gayoso Cervantes, M. (2017). Estrés laboral y su correlación con la prevalencia de dispepsia funcional en militares en actividad que acudieron al hospital geriátrico del ejército. *Revista de Gastroenterología del Perú*, 37(1), 16-21. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rgp/v37n1/a03v37n1.pdf>
- Castro, M. E., & Llanes, J. (2008). ¿ Por qué prevención selectiva. *Liberaddictus*, 103, 0973-103. <https://www.liberaddictus.org/Pdf/0973-103.pdf>
- Irarrázaval, M., Prieto, F., & Armijo, J. (2016). Prevención e intervenciones tempranas en salud mental: una perspectiva internacional. *Acta bioethica*, 22(1), 37-50. <http://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2016000100005>
- Solar, F. C., Fernández, P. G., Borquez, S. S., Rovegno, C. I., & Rivera, C. N. (2019). Promoción y prevención en salud mental: ¿ esperanza fundada, vana ilusión o contrabando psicopatologizador?. *Papeles del psicólogo*, 40(3), 211-216. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2019.2894>
- Valadez, R. E. S., & Herrera, F. G. P. (2019). Promoción a la salud mental y la prevención del comportamiento suicida en jóvenes a través de la psicoterapia Gestalt. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 22(1), 319-337. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2019/epi191r.pdf>