



Influencia de ámbito familiar en los miembros del Ejército Nacional de Colombia para el desarrollo de operaciones militares

Mayor (EJC) Jairo Andrés Vera Alonso

Artículo para optar al título profesional:

Magister en Seguridad y Defensa Nacionales

Escuela Superior de Guerra "General Rafael Reyes Prieto"
Bogotá D.C., Colombia
2025

DATOS GENERALES	
Nombre del estudiante	: Mayor (EJC) Jairo Andrés Vera Alonso
Identificación	: 1098626549
Programa académico	: Maestría en Seguridad y Defensa Nacionales
Tutor metodológico	: SLP Omar Ferney Vanegas Rincón
Tutor temático	: Juan Camilo Urazan Chinchilla
Fecha de entrega	: 03 de agosto 2025
Extensión	: 12687

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD Y CESIÓN DE DERECHOS

El autor declara que este artículo fue escrito de acuerdo con la normatividad de la Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto” (ESDEG) y no existe ningún potencial conflicto de interés relacionado con este. Las posturas y aseveraciones presentadas son resultado de un ejercicio académico e investigativo que no representan la posición oficial ni institucional de la ESDEG, las Fuerzas Militares de Colombia o el Ministerio de Defensa Nacional.

Este artículo es enteramente mi propio trabajo y no ha sido presentado para la obtención de un título en esta u otra Institución de Educación Superior. Se han referenciado todos los trabajos y puntos de vista de otros autores, así como los datos de otras fuentes utilizadas. No se emplearon herramientas de generación de contenido por Inteligencia Artificial para su elaboración.

El autor acepta ceder los derechos de publicación en favor de la ESDEG y su Sello Editorial de acuerdo con los términos de la licencia Creative Commons: [Reconocimiento-NoComercial-SinObrasDerivadas](#).

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

El autor autoriza que este artículo sea publicado por el Sello Editorial ESDEG en su repositorio institucional y esté disponible bajo una modalidad de [acceso abierto](#).

Influencia de ámbito familiar en los miembros del Ejército Nacional de Colombia para el desarrollo de operaciones militares

Influence of the family environment on the members of the Colombian National Army for the development of military operations

Jairo Andrés Vera Alonso*

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Resumen: El presente artículo tiene como objetivo analizar cómo la dinámica familiar influye en la motivación, desempeño y toma de decisiones de los miembros del Ejército Nacional de Colombia durante el desarrollo de operaciones militares. Para ello, se adoptó una metodología de enfoque mixto, combinando el análisis cualitativo de documentos institucionales y aplicación de encuesta con respuestas basadas en la experiencia con herramientas cuantitativas de caracterización y percepción sobre la funcionalidad familiar y su relación con el rendimiento operacional. Los hallazgos revelan que la familia puede actuar tanto como un factor potenciador, al fortalecer la motivación del combatiente, como un elemento inhibitorio, al generar tensiones emocionales, distracción y conflicto de lealtades en contextos de alta exigencia. Se identificó una falta de estudios sistemáticos sobre esta temática en el ámbito castrense colombiano, lo que evidencia la necesidad de incorporar una perspectiva psicosocial en la planeación y ejecución de operaciones. El artículo concluye que fortalecer el entorno familiar del personal militar es clave para mejorar la efectividad operativa.

* Mayor del Ejército Nacional de Colombia. Candidato a magíster en Seguridad y Defensa Nacionales, Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”, Colombia. Profesional en Ciencias Militares, Escuela Militar de Cadetes “General José María Córdova”, Colombia. <https://orcid.org/0000-0003-2004-7466> - Contacto: Vera@esdeg.edu.co.

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

Palabras clave: Apoyo emocional; Conflicto trabajo-familia; Desempeño militar; Dinámica familiar; Motivación; Operaciones militares.

Abstract: This article analyzes how family dynamics influence the motivation, performance, and decision-making of members of the Colombian National Army during military operations. To this end, a mixed-method approach was adopted, combining qualitative analysis of institutional documents and the application of a survey with experience-based responses with quantitative tools for characterizing and perceiving family functionality and its relationship to operational performance. The findings reveal that the family can act both as a facilitating factor, by strengthening combatant motivation, and as an inhibiting factor, by generating emotional tension, distraction, and conflicting loyalties in highly demanding contexts. A lack of systematic studies on this topic in the Colombian military was identified, highlighting the need to incorporate a psychosocial perspective into the planning and execution of operations. The article concludes that strengthening the family environment of military personnel is key to improving operational effectiveness.

Keywords: Emotional support; Work-family conflict; Military performance; Family dynamics; Motivation; Military operations

Introducción

La temática propuesta para investigar se centra en la influencia del ámbito familiar en los miembros del Ejército Nacional de Colombia durante el desarrollo de operaciones militares. El problema de investigación radica en comprender cómo las dinámicas familiares afectan la motivación, el desempeño y la toma de decisiones de los militares en contextos operacionales. Estudios previos han abordado aspectos relacionados, como el conflicto

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

trabajo-familia y su impacto en el bienestar del personal militar. Por ejemplo, la investigación de Becerra Pabón et al. (2023) destaca la importancia de brindar apoyo integral a las familias militares, reconociendo los desafíos específicos que enfrentan. Asimismo, el estudio de Polo Puentes (2018) analiza cómo las instituciones militares y familiares pueden generar conflictos de lealtad en los individuos. Estos antecedentes evidencian la necesidad de profundizar en la comprensión de cómo el entorno familiar influye en el desempeño operacional de los militares colombianos (Llanten & Pardo, 2021).

La investigación parte de una inquietud central, ¿Cómo influye el ámbito familiar en el desempeño operacional de los miembros del Ejército Nacional de Colombia en el desarrollo de sus misiones militares? En las últimas décadas, la institución castrense ha reconocido la relevancia del entorno familiar en la vida de sus miembros, especialmente por los efectos negativos que genera la sobrecarga laboral, el estrés postraumático y la falta de tiempo para compartir con sus seres queridos. Documentos como el Boletín de Sociología Militar ¿Instituciones voraces? (2018) señalan que tanto la familia como el Ejército demandan altos niveles de lealtad y dedicación, lo que sitúa al militar en una encrucijada de doble compromiso. En este marco, surge la necesidad de estudiar cómo esta tensión influye en la motivación, la toma de decisiones y el cumplimiento de la misión bajo condiciones de riesgo.

El análisis se apoya en una revisión documental de estudios nacionales e internacionales que abordan el conflicto trabajo-familia en contextos militares, incluyendo investigaciones como las de Becerra et al. (2023), quienes evidencian las limitaciones de comunicación, el desgaste emocional y la carga que enfrentan las familias de los soldados colombianos. A su vez, se contrasta con estudios motivacionales como los de Torres (2012),

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

quien identifica factores cohesivos, ideológicos y afectivos que inciden en el rendimiento en combate, aunque sin profundizar en la variable familiar. Este vacío teórico y empírico justifica la pertinencia del presente estudio, el cual se abordará desde un enfoque mixto para examinar tanto la experiencia subjetiva de los militares como sus efectos tangibles en el desarrollo de operaciones militares. Con ello, se busca generar un conocimiento útil para la doctrina militar, la formulación de políticas de bienestar institucional y el fortalecimiento de la moral operativa.

En el contexto actual de Colombia, el Ejército Nacional continúa enfrentando desafíos operacionales en diversas regiones del país. Los militares deben cumplir misiones en condiciones de alta exigencia, lo que implica separaciones prolongadas de sus familias y exposición a situaciones de riesgo. Estas circunstancias generan tensiones emocionales y pueden afectar la concentración y la motivación del personal. La Dirección de Familia y Bienestar del Ejército ha implementado estrategias para fortalecer la unidad familiar y brindar bienestar al personal militar y sus familias, como se detalla en el Plan de Bienestar y Estímulos Institucionales (2019). Sin embargo, persisten desafíos en la conciliación entre las responsabilidades laborales y familiares, lo que puede impactar negativamente en la efectividad de las operaciones militares. Es fundamental comprender cómo estas dinámicas familiares influyen en el desempeño de los militares para desarrollar políticas y programas que mitiguen sus efectos adversos (Ejército Nacional de Colombia, 2019).

Abordar esta problemática desde la academia es crucial para generar conocimiento que contribuya a mejorar el bienestar del personal militar y la efectividad de las operaciones. Desde la perspectiva institucional, comprender la influencia del ámbito familiar en el desempeño operacional permite diseñar estrategias de apoyo más efectivas y adaptadas a las

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

necesidades del personal. A largo plazo, superar este problema puede conducir a una mayor estabilidad emocional de los militares, reducción del estrés y mejora en la toma de decisiones en situaciones críticas. Además, fortalecer el entorno familiar del personal militar puede tener efectos positivos en la cohesión y moral de las tropas, lo que es esencial para el cumplimiento de la misión institucional.

La dinámica familiar ejerce una influencia significativa en la motivación, el desempeño y la toma de decisiones de los miembros del Ejército Nacional de Colombia durante las operaciones militares. Un entorno familiar estable y de apoyo puede potenciar la moral y el compromiso del personal, mientras que conflictos familiares o la falta de comunicación pueden generar distracciones, estrés y afectar negativamente la efectividad operativa. Por lo tanto, es fundamental que la institución militar reconozca y aborde estas influencias mediante políticas y programas que fortalezcan el bienestar familiar, contribuyendo así al éxito de las misiones y al bienestar integral del personal militar.

Metodología

La presente investigación adopta un enfoque mixto, extrayendo características del enfoque cualitativo descriptivo y exploratorio para orientar a comprender cómo influye el ámbito familiar en el desempeño de los miembros del Ejército Nacional de Colombia durante las operaciones militares, y fortalezcas del enfoque cuantitativo para el análisis de encuestas, la representatividad y generalización de resultados. Este enfoque permite analizar en profundidad las experiencias, percepciones y significados que los militares atribuyen a sus relaciones familiares y cómo estas inciden en su motivación, toma de decisiones y estado emocional durante el cumplimiento de la misión(Sampieri, 2014).

Tabla 1. *Relación de Objetivos Específicos con la Metodología*

Objetivo Específico	Técnica o Estrategia Metodológica (Cualitativa)	Instrumento
Determinar el nivel de cohesión familiar como factor en el desempeño de los miembros del Ejército Nacional de Colombia en el desarrollo de operaciones militares.	Revisión de literatura institucional y académica; encuestas semiestructuradas con personal militar.	Encuesta guía; matriz de análisis documental.
Identificar la adaptabilidad o flexibilidad familiar en el desempeño de los miembros del Ejército Nacional de Colombia en el desarrollo de operaciones militares.	Recogida de encuestas con preguntas basadas en experiencias individuales; codificación temática de relatos.	Encuesta guía semiestructurada.
Evaluar la comunicación familiar como elemento asociado al desempeño de los miembros del Ejército Nacional de Colombia en el desarrollo de operaciones militares.	Análisis de casos concretos de operaciones con implicaciones familiares; interpretación narrativa de las experiencias recogidas.	Registro de casos; codificación e interpretación.

Nota. Elaboración propia con base en Abdala (2018); Álvarez, Gómez & Leyton (2022); Ames et al. (2007); Black et al. (2011); Brendtro (2006); Cuadra & Florenzano (2003); Dirección General de Sanidad Militar (2019); Ejército Nacional de Colombia (2019, 2022a, 2022b); Fernández et al. (2024); Fuerza Aérea Colombiana (2020); Galvis, Márquez & Sánchez (2022).

El primer objetivo busca comprender hasta qué punto los lazos familiares sólidos, el sentido de pertenencia y la unión entre los miembros del núcleo familiar influyen en el rendimiento de los militares durante sus misiones. La cohesión familiar es entendida como el grado de cercanía emocional, apoyo mutuo y compromiso entre los integrantes de la familia, aspectos que pueden generar una base emocional estable y resiliente para quienes enfrentan escenarios de alto riesgo como las operaciones militares. A través de este análisis se pretende evidenciar si una estructura familiar cohesionada actúa como un factor protector que potencia el desempeño profesional, disminuye el estrés operacional y mejora la toma de decisiones en el campo de operaciones.

El segundo objetivo tiene como propósito reconocer cómo la capacidad de adaptación de las familias militares frente a los constantes cambios, ausencias y exigencias del servicio incide en el bienestar y desempeño del personal uniformado. Se examina la forma en que las familias responden ante despliegues prolongados, reubicaciones, situaciones de riesgo y cambios de rutina, evaluando su flexibilidad estructural, funcional y emocional. La adaptabilidad familiar, cuando es alta, puede favorecer la estabilidad emocional del militar, lo cual se traduce en una mayor concentración, compromiso institucional y eficiencia en el desarrollo de sus funciones.

El tercer objetivo se orienta a analizar cómo la calidad, frecuencia y efectividad de la comunicación entre los militares y sus familias impacta en su equilibrio emocional y rendimiento operacional. La comunicación abierta, empática y constante puede representar un canal de apoyo vital durante y después de las misiones, mientras que la ausencia o dificultad para expresar sentimientos, preocupaciones o necesidades puede incrementar la tensión, la ansiedad o la desconexión afectiva. Por lo tanto, se debe evaluar este aspecto permitirá identificar si la comunicación familiar constituye un recurso significativo que potencia la motivación y el sentido de propósito en el ejercicio de la labor militar.

Para ello, se utilizará la técnica de análisis de contenido documental, a partir del estudio de fuentes institucionales como boletines del Ejército Nacional, planes de bienestar, reglamentos internos y literatura científica nacional e internacional sobre conflicto trabajo-familia, motivación militar y dinámicas familiares en contextos operacionales. (Hernandez et al., 2010).

Resultados

Efectos de la ausencia prolongada y la separación familiar en el bienestar emocional del personal militar

Las familias de los militares enfrentan una realidad compleja que trasciende los desafíos habituales de cualquier núcleo familiar. La naturaleza del servicio militar, que implica constantes despliegues, rotaciones y cambios de destino, genera condiciones particulares de inestabilidad emocional tanto para el militar como para sus seres queridos. En el caso del personal militar, la prolongada separación del hogar produce un profundo impacto psicológico, manifestado en sentimientos de soledad, nostalgia, irritabilidad y desconexión afectiva. Al mismo tiempo, esta soledad operativa no solo mina su bienestar emocional, sino que también puede afectar su concentración y rendimiento en el desarrollo de las misiones. Diversos estudios han evidenciado cómo el personal desplegado experimenta síntomas de ansiedad y depresión como respuesta al distanciamiento de sus redes de afecto, lo que incrementa su vulnerabilidad ante situaciones de alto estrés.

Al regresar del despliegue, muchos soldados atraviesan un proceso difícil de reintegración familiar. Las dinámicas del hogar han cambiado en su ausencia y, en muchos casos, la comunicación emocional ha quedado fracturada. Este fenómeno puede generar retraimiento, dificultades para expresar emociones e incluso episodios de trauma o disociación. En efecto, es frecuente que el militar, tras una operación exigente, encuentre dificultades para adaptarse nuevamente a la cotidianidad familiar, generando tensiones que afectan tanto su equilibrio psicológico como el de sus seres queridos. Esta desconexión puede

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

convertirse en una carga emocional adicional, especialmente si la institución no ofrece programas de acompañamiento psicosocial o mecanismos efectivos de readaptación familiar.

En paralelo, la pareja del militar suele experimentar una sobrecarga significativa. La gestión del hogar, la crianza de los hijos y las decisiones cotidianas recaen sobre sus hombros, generando estrés, ansiedad, sentimientos de soledad e incluso estados depresivos. La ausencia del compañero o compañera implica no solo una carga práctica sino también afectiva, al carecer de apoyo emocional y contención durante largos periodos. Esto puede derivar en crisis de apego, inestabilidad conyugal y una sensación de desamparo que muchas veces no es reconocida institucionalmente. El estudio de Carro y Gamiño (2018) señala que, ante la falta de apoyo oficial, las familias crean sus propias estrategias adaptativas: redes informales, acuerdos familiares, rutinas simbólicas y mecanismos personales de afrontamiento que les permitan sostener la estructura familiar mientras el militar está en servicio.

Los hijos de militares, por su parte, son uno de los grupos más sensibles al impacto de la separación. Durante los periodos de ausencia parental, es común que presenten síntomas de ansiedad, alteraciones en el comportamiento, problemas de rendimiento escolar y dificultad para establecer vínculos seguros. El regreso del padre o madre militar no siempre es sinónimo de estabilidad: en ocasiones genera un choque emocional que, lejos de reforzar el lazo, evidencia el distanciamiento afectivo generado por la ausencia. Investigaciones recientes indican que estos niños, si no cuentan con un entorno protector sólido, son más propensos a desarrollar trastornos emocionales y de comportamiento a largo plazo, incluyendo conductas de riesgo en la adolescencia.

Frente a este panorama, algunas estrategias han demostrado ser eficaces para mitigar los efectos negativos de la ausencia prolongada. La preparación previa al despliegue, la planificación de rutinas familiares, el fortalecimiento de redes de apoyo y el acompañamiento psicosocial institucional son herramientas clave para garantizar una mayor estabilidad emocional tanto en el militar como en su familia. Así lo demuestra la experiencia de ejércitos de otros países, donde el bienestar familiar se ha integrado como un componente estratégico en la preparación y seguimiento del personal en campaña. La resiliencia familiar no surge de forma espontánea, sino que requiere de esfuerzos sistemáticos, tanto individuales como colectivos, para construirse y sostenerse frente a los desafíos del servicio militar.

En definitiva, la evidencia recogida sugiere que la ausencia prolongada y la separación generan impactos significativos y persistentes en la salud emocional de los militares y sus familias. Si bien existen estrategias de afrontamiento espontáneas dentro de los núcleos familiares, estas resultan insuficientes sin el respaldo institucional adecuado. En el contexto del Ejército Nacional de Colombia, se vuelve imperativo desarrollar programas estructurados de bienestar familiar que incluyan preparación previa al despliegue, asesoría psicológica durante la misión y acompañamiento en el proceso de reintegración. La atención a las familias no debe entenderse como un asunto asistencial, sino como una dimensión esencial para la eficacia operativa, la moral de las tropas y el cumplimiento de la misión constitucional.

Impacto psicológico de las misiones prolongadas

Las misiones prolongadas a las que son destinados los miembros del Ejército Nacional de Colombia tienen consecuencias directas en su salud emocional, en la dinámica interna del

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

hogar y en la estabilidad del núcleo familiar. La separación sostenida del entorno doméstico genera un deterioro paulatino en los vínculos afectivos, especialmente cuando no existen herramientas adecuadas para la gestión emocional y la comunicación a distancia. En el caso del militar, el aislamiento del entorno familiar puede derivar en síntomas como ansiedad, tristeza, desconexión emocional y estrés crónico, efectos que se agravan cuando se enfrentan condiciones de combate o ambientes operacionales de alta exigencia. El hecho de que el compromiso profesional con la patria conlleve la renuncia, aunque sea temporal, a los lazos afectivos cotidianos, deja una huella psíquica profunda y, en muchos casos, silenciosa.

Esta realidad no es exclusiva del militar. La familia, en su conjunto, experimenta un cúmulo de alteraciones emocionales y funcionales que afectan el equilibrio interno. La pareja que permanece en casa asume la totalidad de las responsabilidades del hogar, lo que con frecuencia se traduce en sobrecarga física y emocional, sentimiento de soledad, y una lucha interna entre el deber de apoyo y el deseo de cercanía. Como lo plantean Fernández, Macías & Camacho (2000), los padres con ausencia frecuente de uno de sus miembros tienden a presentar mayores dificultades en la construcción de relaciones afectivas sólidas con sus hijos, especialmente por la disminución del tiempo compartido y la fragmentación de la autoridad parental. Esta situación genera conflictos en la crianza y en la toma de decisiones familiares, aumentando el estrés y debilitando la cohesión del grupo.

Uno de los aspectos críticos que se desprenden de esta dinámica es el efecto en los hijos. El ausentismo del padre o madre militar puede provocar en los niños sentimientos de abandono, inseguridad, y problemas de conducta. Como señala Roldán (2016), los hijos que crecen con figuras parentales ausentes son más propensos a desarrollar síntomas depresivos, ansiedad, dificultades académicas e incluso conductas de riesgo en la adolescencia. Estos

efectos no son automáticos, pero se intensifican cuando no existen redes de apoyo adecuadas o cuando la comunicación familiar se debilita por largos periodos.

Tabla 1. *Características de las familias militares*

Característica	Descripción	Fundamento teórico
Movilidad frecuente	Cambios constantes de residencia debido a traslados, comisiones o asignaciones operacionales.	<i>Teoría ecológica (Bronfenbrenner):</i> afecta el microsistema familiar y la estabilidad del entorno escolar(Kassini, 2008).
Separaciones prolongadas	Ausencia del militar por misiones, entrenamientos o despliegues que duran semanas o meses.	<i>Teoría del apego (Bowlby):</i> puede generar ansiedad por separación y vínculos inseguros en los hijos(Oliva, 2004).
Reorganización familiar constante	Cambios en los roles familiares cada vez que el militar se ausenta o retorna al hogar.	<i>Teoría de sistemas familiares (Bowen):</i> reestructuración de subsistemas ante variaciones de presencia.
Sobrecarga del cónyuge	La pareja que queda en casa asume múltiples responsabilidades del hogar y cuidado de los hijos.	<i>Modelo Circumplejo (Olson):</i> desequilibrio en la adaptabilidad y cohesión del sistema familiar.
Inestabilidad educativa	Los hijos deben adaptarse continuamente a nuevas escuelas y entornos sociales.	<i>Teoría ecológica (Bronfenbrenner):</i> desajuste del mesosistema entre escuela y hogar(Kassini, 2008).
Estrés y ansiedad familiar	Presencia de emociones como miedo, tristeza o incertidumbre, especialmente en contextos de conflicto.	<i>Clima social familiar (Moos):</i> afecta el bienestar emocional y la percepción de seguridad en el hogar(Soto & Rodríguez, 2019).
Adaptación relacional	Necesidad de renegociar vínculos, normas y afectos en cada ciclo de despliegue y retorno.	<i>Teoría estructural (Minuchin):</i> requiere reorganización de jerarquías y límites en los subsistemas(González, 2012).
Limitada red de apoyo	Dificultades para establecer vínculos duraderos con vecinos o familiares por la constante movilidad.	<i>Teoría ecológica (Bronfenbrenner):</i> aislamiento del exosistema comunitario y pérdida de soporte social(Kassini, 2008).
Alto valor del vínculo familiar	La familia representa un eje emocional fundamental para el militar, fuente de motivación y anclaje.	<i>Teoría del apego (Bowlby):</i> la figura de apego como refugio emocional y fuente de regulación afectiva.
Impacto en el bienestar subjetivo	La satisfacción con la vida, la salud mental y la calidad de vida se ven afectadas por la dinámica militar.	<i>Bienestar subjetivo (Cuadra & Florenzano, 2003):</i> influido por relaciones afectivas y proyección familiar.

Nota. Fuente: Elaboración propia con base en teorías psicosociales y familiares.

En este contexto, la resolución de conflictos se convierte en una competencia clave para la supervivencia emocional del núcleo familiar. Como lo indican Barrios, Espinosa & Martínez (2011), habilidades como la expresión asertiva de emociones, la focalización en soluciones, la neutralidad ante el conflicto y el establecimiento de acuerdos, son

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

fundamentales para enfrentar los retos que impone la distancia física. Estas competencias, cuando son promovidas desde un enfoque psicoeducativo, fortalecen la resiliencia del grupo familiar y amortiguan los efectos negativos de la separación.

En respuesta a estas necesidades, algunos estudios y programas han propuesto la elaboración de manuales de estrategias psicoeducativas dirigidas al personal militar y a sus familias. Estos manuales abordan desde los derechos y deberes del militar como miembro de una familia, hasta las normas de convivencia, resolución de conflictos, fortalecimiento de la relación de pareja y pautas para una crianza efectiva en ausencia. Su objetivo es claro: generar espacios de reflexión y acción que permitan mantener y restaurar los vínculos afectivos pese a la distancia, promoviendo una comunicación empática y efectiva, y reconociendo la importancia de cada miembro del núcleo familiar.

Finalmente, el bienestar subjetivo entendido como la percepción personal de satisfacción con la vida, las relaciones y el futuro resulta profundamente afectado por las condiciones de separación. Como plantea este bienestar no puede medirse únicamente por factores materiales, sino por la calidad de los vínculos, la certeza del apoyo emocional y la posibilidad de proyectar un futuro compartido (Cuadra & Florenzano, 2003). En el caso de las familias militares, los dominios de la vida que más se ven afectados la familia, la seguridad emocional, la salud mental son justamente aquellos que mayor peso tienen en la configuración del bienestar subjetivo. Por ello, el acompañamiento institucional no debe limitarse al ámbito operacional del militar, sino que debe extenderse a la protección integral del núcleo familiar como una prioridad estratégica de la Fuerza (Abdala, 2018).

Consecuencias en la salud mental y emocional

Con base en la revisión exhaustiva de literatura científica sobre despliegues militares y salud mental, se pueden identificar múltiples consecuencias relevantes en el bienestar psicológico y emocional del personal militar expuesto a operaciones prolongadas o de combate. A lo largo de diferentes investigaciones realizadas principalmente en contextos de conflictos internacionales como Irak y Afganistán con poblaciones militares de Estados Unidos, Reino Unido, Noruega y Dinamarca, se ha evidenciado que el despliegue en zonas de conflicto representa un factor de riesgo significativo para el desarrollo de diversas alteraciones neuropsiquiátricas y trastornos mentales.

Figura 2. Trastorno de Estrés Postraumático

TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (TEPT)

El síndrome de estrés postraumático es un conjunto de síntomas que aparecen en el individuo tras un acontecimiento traumático.

Los soldados del ejército de los Estados Unidos son los que con mayor frecuencia presentan alguna enfermedad de salud mental. Alrededor de 300.000 soldados estadounidenses que han participado en las guerras de países como Irak y Afganistán sufren de estrés postraumático o depresión.

Síntomas

- Emociones**
 - Flashbacks o escenas retrospectivas
 - Sensación de vivir nuevamente un evento traumático
 - Irritabilidad
 - Enojo
 - Miedo
 - Culpabilidad
 - Entre otros
- Pensamiento**
 - Pensamientos abrumadores que no se pueden controlar
 - Dificultad para recordar aspectos claves del evento traumático
 - Pensamientos negativos sobre sí mismo y el mundo
 - Entre otros
- Cuerpo**
 - Tensión
 - Estar siempre alerta al peligro
 - Asombro o susto fácilmente
 - Reacciones físicas a cosas que recuerdan el acontecimiento traumático
- Sueño**
 - Sueños perturbadores o pesadillas acerca del acontecimiento
- Comportamiento**
 - Aislamiento
 - Alcoholismo
 - Depresión
 - Conducta autodestructiva

Tratamiento

- Psicoterapia**
 - Terapia cognitiva:** Ayuda a reconocer las formas de pensar que hacen que la persona se quede estancada.
 - Terapia de exposición:** Ayuda a que la persona se enfrente en forma segura con lo que lo asusta para que pueda encararlo de manera efectiva.
 - Desensibilización y reprocesamiento del movimiento ocular:** Se combina con la terapia de exposición con una serie de movimientos oculares guiados que ayudan al individuo a procesar los recuerdos traumáticos y a cambiar el modo en que reacciona a ellos.
- Medicamentos**
 - Antidepresivos
 - Medicamentos para la ansiedad
 - Prazosina

Fuente: National Institute of Mental Health y Mayo Clinic

Nota. Fuente: Elaboración Propia

El poster informativo compartido sobre el Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) ofrece una descripción clara y estructurada de esta condición mental, frecuentemente diagnosticada en personal militar expuesto a situaciones de alto impacto emocional. El documento inicia destacando que el TEPT es un conjunto de síntomas que aparecen en un individuo tras haber experimentado un evento traumático, afectando su bienestar emocional, cognitivo y físico. Resalta además que los soldados del Ejército de los Estados Unidos son quienes presentan con mayor frecuencia alguna enfermedad de salud mental, siendo alarmante que más de 300.000 soldados estadounidenses desplegados en guerras como las de Irak y Afganistán han sido diagnosticados con TEPT o depresión (Soriano, 2022).

En cuanto a los síntomas, el material los clasifica en varias dimensiones. En el plano emocional, se destacan los flashbacks, las escenas retrospectivas, y la sensación de revivir el trauma, acompañados de emociones intensas como ira, miedo, irritabilidad, tristeza y culpa. En el ámbito del pensamiento, los afectados presentan ideas intrusivas, dificultad para concentrarse, pensamientos negativos sobre sí mismos o el mundo, y una profunda sensación de pérdida de control sobre su mente. Estos síntomas suelen estar acompañados por una percepción distorsionada de la realidad (Fernández et al., 2024).

En lo físico, los pacientes manifiestan hipervigilancia, una constante sensación de amenaza, reacciones de sobresalto frecuentes y malestares corporales como dolor muscular o fatiga extrema sin causa aparente. También se identifican alteraciones del sueño, con pesadillas recurrentes o insomnio relacionado con el recuerdo del trauma. A nivel conductual, se pueden observar aislamiento social, agresividad, y en casos más graves, conductas

autodestructivas o adicciones como mecanismos de evasión del dolor psicológico (Pastor et al., 2021).

El tratamiento sugerido se centra en la psicoterapia y el uso de medicamentos. Dentro de las estrategias psicoterapéuticas, se menciona la terapia cognitiva, que ayuda a identificar y corregir patrones de pensamiento negativos; la terapia de exposición, que busca enfrentar gradualmente los recuerdos traumáticos; y la desensibilización y reprocesamiento mediante el movimiento ocular (EMDR), una técnica innovadora que combina elementos del enfoque cognitivo-conductual con movimientos oculares guiados. En términos farmacológicos, se señalan antidepresivos y medicamentos como la Prazosina como útiles para controlar los síntomas de ansiedad, depresión y las alteraciones del sueño.

Una de las consecuencias más recurrentes es la aparición del Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT), particularmente en personal expuesto directamente al combate. Estudios longitudinales, como el de Palmer et al. (2019), han demostrado que la duración del despliegue, la edad del participante y el rol desempeñado en operaciones activas de combate son variables que inciden en la gravedad y el pronóstico del TEPT (Pacheco, 2021). Este tipo de trastorno suele venir acompañado de comorbilidades como depresión, ansiedad generalizada, trastornos del estado del ánimo y abuso de sustancias, lo cual incrementa la complejidad del tratamiento clínico y dificulta la reintegración del militar a la vida familiar e institucional una vez finalizada la misión.

Por otro lado, los estudios transversales también han aportado información valiosa sobre el impacto psicológico del despliegue, incluso en contextos que no necesariamente implican conflicto armado directo. Investigaciones como la de Ames et al. (2007), realizada

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

con personal de la Marina de EE. UU. desplegado en misiones logísticas y de patrullaje en los océanos Atlántico y Pacífico, identificaron una fuerte asociación entre el aislamiento prolongado y el aumento en el consumo de sustancias psicoactivas. Este hallazgo refleja que el simple hecho de estar alejado de la familia, sometido a rutinas estrictas, condiciones de vida reducidas y contacto limitado con el entorno civil, puede generar alteraciones emocionales que deriven en conductas autodestructivas o adictivas.

El abuso de alcohol y drogas aparece, así como un mecanismo frecuente de afrontamiento emocional disfuncional, empleado por militares para manejar el estrés, la nostalgia, el insomnio o los síntomas depresivos, especialmente en contextos donde el apoyo psicológico es limitado o inexistente. Este patrón se ha replicado en investigaciones realizadas en el Reino Unido y en países escandinavos como Noruega y Dinamarca, donde los despliegues en Afganistán también han dejado como saldo una proporción considerable de efectivos con trastornos afectivos y conductas de riesgo.

Adicionalmente, uno de los hallazgos más preocupantes es la relación directa entre la exposición al combate y el incremento en el riesgo de suicidio. Vedtofte et al. (2021) identificaron que los militares con mayor contacto directo con situaciones de combate presentaban mayor ideación suicida, intento de suicidio o deterioro funcional severo al regresar del despliegue. Esta situación representa una alerta crítica para las instituciones militares, dado que el suicidio es una de las principales causas de muerte no operativa en fuerzas armadas en tiempos de paz, y suele estar precedido por una combinación de trastornos mentales no tratados, aislamiento social y sensación de inutilidad o desarraigo institucional.

La revisión también destaca que, a pesar de algunas diferencias en los objetivos metodológicos, el patrón de consecuencias emocionales y psicológicas es relativamente

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

homogéneo entre las distintas fuerzas armadas analizadas. El TEPT, la ansiedad, la depresión y el abuso de sustancias se configuran como un síndrome post-despliegue recurrente, sin que existan variaciones significativas atribuibles a la nacionalidad del contingente, aunque sí a la intensidad del conflicto y al grado de participación directa en acciones hostiles.

Finalmente, estos hallazgos permiten concluir que las consecuencias en la salud mental del personal militar desplegado no son eventos aislados ni exclusivos de conflictos bélicos de alta intensidad. La combinación entre separación familiar prolongada, exposición a situaciones de riesgo, aislamiento emocional y estructuras institucionales rígidas conforma un entorno altamente estresante que compromete la estabilidad emocional del militar. Esto obliga a las Fuerzas Armadas a replantear sus estrategias de acompañamiento psicológico, implementar intervenciones preventivas desde el alistamiento, y fortalecer los protocolos de atención durante y después del despliegue, bajo un enfoque centrado en la dignidad humana, la resiliencia operativa y el bienestar integral del combatiente.

Reacciones ante la separación del núcleo familiar

La separación del núcleo familiar representa uno de los eventos más significativos en la vida del personal militar, especialmente cuando se produce de forma prolongada y reiterada, como ocurre en los contextos de operaciones militares. Esta separación no es solo física, sino también emocional, y genera un amplio espectro de reacciones que afectan tanto al militar como a su grupo familiar. Para el militar, el alejamiento del hogar implica el rompimiento temporal de su entorno de contención afectiva, lo que puede generar sentimientos de tristeza, nostalgia, ansiedad anticipatoria, e incluso culpa por no estar presente en momentos clave del desarrollo de sus hijos o en el acompañamiento de su pareja. Estas emociones pueden

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

influir negativamente en su estado anímico, concentración, y desempeño operacional, especialmente si no se cuenta con mecanismos de comunicación eficaces o apoyo institucional suficiente.

Desde el plano emocional, muchos militares experimentan una disociación afectiva progresiva, es decir, la necesidad de bloquear emociones vinculadas a la familia para poder cumplir con las exigencias del entorno operacional. Aunque esta estrategia puede ser funcional en el corto plazo, en el mediano y largo plazo tiende a generar distanciamiento emocional, dificultad para reconectar afectivamente al regresar y, en algunos casos, retraimiento o conductas evitativas. Esta desconexión también es percibida por los miembros de la familia, quienes muchas veces sienten que el reencuentro con el militar no implica un retorno emocional inmediato, sino que requiere tiempo, paciencia y readaptación. Esta etapa de readaptación familiar es particularmente crítica y puede generar conflictos si no se gestiona con acompañamiento profesional o con una red de apoyo sólida.

En el caso de los hijos, la reacción más común ante la separación del padre o madre militar suele ser la desorganización del apego, la aparición de conductas regresivas, dificultades escolares, ansiedad por separación y problemas en la expresión emocional. Algunos niños canalizan la ausencia a través de comportamientos de rebeldía o retraimiento, mientras que otros idealizan al progenitor ausente, dificultando la autoridad del cuidador que permanece en casa. Por su parte, la pareja del militar suele enfrentar una sobrecarga emocional y funcional, experimentando sentimientos de soledad, estrés, fatiga mental e incluso frustración ante la dualidad de roles asumidos. Esta situación, si no es reconocida y acompañada, puede derivar en conflictos de pareja, crisis conyugales e incluso rupturas afectivas.

En reiteradas ocasiones, otro tipo de reacción común en el militar es la ambivalencia emocional, significa que existe un fuerte sentido del deber y compromiso con la misión, pero por otro, se experimenta una tensión interna por la ausencia en la vida familiar. En efecto, esta ambivalencia puede manifestarse en forma de irritabilidad, falta de motivación, dificultad para dormir o incluso en somatización (aparición de síntomas físicos sin causa médica clara). La preocupación constante por la situación familiar, especialmente si hay problemas sin resolver, puede convertirse en una distracción que afecta el juicio táctico en situaciones de riesgo, comprometiendo tanto la seguridad individual como la colectiva (Ames et al., 2007).

Al mismo tiempo, cabe señalar que las reacciones ante la separación del núcleo familiar no son homogéneas: están mediadas por factores como el tiempo de servicio, la experiencia previa en misiones, el tipo de liderazgo recibido, el acceso a redes de apoyo emocional, la preparación psicológica previa al despliegue y la estabilidad del vínculo afectivo con la familia (Black et al., 2011). Por ello, resulta fundamental que las instituciones militares diseñen estrategias diferenciales de acompañamiento, que incluyan no solo al militar desplegado, sino también a su familia, integrando programas de fortalecimiento del vínculo, espacios de comunicación estructurada, asistencia psicológica preventiva y protocolos de reintegración familiar al término de la misión.

Desafíos en la funcionalidad familiar de los militares

El constructo ámbito familiar ha sido abordado desde diversas perspectivas teóricas para comprender su función en el desarrollo humano y su influencia en el comportamiento individual. Su conceptualización se centra en entender a la familia como un sistema

dinámico, estructurado y relacional que incide en la formación de la identidad, la regulación emocional y la capacidad de afrontamiento de sus miembros (Brendtro, 2006).

Por su parte, la Teoría de Sistemas Familiares de Bowen plantea que la familia funciona como una red interdependiente donde el nivel de diferenciación del self, los triángulos relacionales y la transmisión multigeneracional son procesos clave para entender cómo se maneja la tensión emocional dentro del sistema (Galvis et al., 2022). Esta teoría permite analizar las lealtades cruzadas y los conflictos latentes que afectan la estabilidad emocional de los miembros. Igualmente, la teoría estructural de Minuchin se centra en la organización interna de la familia, destacando la importancia de los límites claros pero flexibles entre subsistemas, jerarquías funcionales y patrones de comunicación que favorecen o entorpecen el desarrollo individual (González, 2012).

Tabla 2. *Teorías para comprender el ámbito familiar*

Teoría	Descripción	Referencia
Teoría de Sistemas Familiares (Bowen)	Analiza la familia como red interdependiente; destaca el nivel de diferenciación del self, triángulos relacionales y transmisión multigeneracional.	Galvis et al., 2022
Teoría Estructural (Minuchin)	Se enfoca en la organización interna familiar, límites entre subsistemas, jerarquías funcionales y patrones de comunicación.	González, 2012
Teoría Ecológica (Bronfenbrenner)	Sitúa la familia como microsistema en interacción con escuela, comunidad y entorno; enfatiza la influencia de factores externos.	Martínez et al., 2014
Teoría del Apego (Bowlby)	Resalta la importancia de los primeros vínculos afectivos familiares en la formación de modelos internos de trabajo para relaciones y afrontamiento de estrés en la adultez.	Bowlby, 1988
Modelo Circumplejo (Olson)	Evalúa la funcionalidad familiar a partir de cohesión, adaptabilidad y comunicación; validado en investigaciones sobre resiliencia y bienestar.	Olson, 2000
Clima Social Familiar (Moos)	Aborda la percepción de relaciones, desarrollo y estabilidad dentro del hogar, subrayando su impacto en el bienestar emocional y desarrollo socioemocional.	Soto & Rodríguez, 2019

Nota. Fuente: Elaboración propia

Desde el enfoque ecológico, Bronfenbrenner sitúa al ámbito familiar como el microsistema donde ocurren las interacciones más significativas, reconociendo su conexión con otros sistemas como la escuela o la comunidad. Este modelo resalta la influencia de factores externos en la dinámica familiar, aspecto fundamental en contextos militares donde las demandas institucionales impactan directamente en la estructura y funcionamiento del hogar (Martínez et al., 2014).

La Teoría del Apego de Bowlby subraya la relevancia de los primeros vínculos afectivos desarrollados en el ámbito familiar para la construcción de modelos internos de trabajo, los cuales determinan la capacidad de establecer relaciones seguras y de afrontar el estrés en la vida adulta (Bowlby, 1988). El Modelo Circumplejo de Olson describe el funcionamiento familiar a partir de tres dimensiones: cohesión, adaptabilidad y comunicación, factores esenciales para evaluar el nivel de funcionalidad familiar (Olson, 2000). Este modelo ha sido ampliamente validado en investigaciones sobre bienestar psicosocial, resiliencia y rendimiento en contextos de alta exigencia.

Asimismo, el modelo de Clima Social Familiar de Moos aporta una perspectiva sobre la percepción de los miembros respecto a las relaciones, el desarrollo y la estabilidad dentro del hogar, subrayando su impacto en el bienestar emocional y el desarrollo socioemocional (Soto & Rodríguez, 2019).

En el contexto militar colombiano, la comprensión del ámbito familiar debe integrar estas perspectivas teóricas considerando las particularidades del servicio, como la separación prolongada, la movilidad geográfica y la rigidez institucional. Así, se requiere un enfoque integrador que combine el análisis estructural, relacional y contextual, permitiendo diseñar

estrategias de intervención y apoyo institucional que fortalezcan la resiliencia familiar y contribuyan a la eficacia operativa de los militares.

Estabilidad conyugal y tensiones del entorno castrense

La estabilidad conyugal dentro del contexto militar colombiano se encuentra sometida a una serie de tensiones estructurales derivadas de las exigencias propias del servicio. La movilidad constante, las separaciones prolongadas por misiones y entrenamientos, la disciplina rígida y la jerarquía institucional impactan directamente la dinámica de pareja, afectando la comunicación, la intimidad y la capacidad para resolver conflictos de forma constructiva. Desde la Teoría de Sistemas Familiares de Bowen, se entiende que el matrimonio militar es un sistema abierto pero presionado por fuerzas externas que introducen tensión emocional. Los triángulos relacionales, comunes en familias militares, se convierten en mecanismos de regulación de dicha tensión, pero a menudo derivan en patrones disfuncionales cuando la distancia impide la resolución directa de problemas.

En efecto, se han demostrado que las tasas de divorcio y conflicto conyugal son más altas en poblaciones militares en comparación con civiles (Black et al., 2011). En Colombia, aunque los datos son menos sistematizados, investigaciones recientes (Llanten & Pardo, 2021) confirman que la separación física prolongada y la incertidumbre operativa generan rupturas comunicacionales que erosionan la confianza mutua. La movilidad geográfica constante, señalada por Bronfenbrenner como un factor del mesosistema que impacta el microsistema familiar, provoca que las parejas militares enfrenten desafíos adicionales para establecer redes de apoyo estables fuera del vínculo conyugal. Esto aumenta la dependencia emocional y puede intensificar los conflictos cuando surgen tensiones internas.

En términos de intimidad, la distancia y la exposición del militar a ambientes de riesgo pueden alterar el equilibrio afectivo. Bowlby plantea que la seguridad afectiva depende de la percepción de disponibilidad emocional del otro. En contextos castrenses, la ausencia de comunicación regular, los miedos por la seguridad del militar y la necesidad de manejar la incertidumbre de manera individualizada deterioran dicha percepción, dando paso a sentimientos de abandono y desconfianza. Las parejas reportan dificultades para mantener espacios de intimidad emocional y sexual, lo que se traduce en resentimientos acumulados y un distanciamiento progresivo.

La resolución de conflictos también se ve afectada por la cultura de jerarquía y disciplina que impregna la vida militar. El militar puede trasladar inconscientemente modelos de autoridad vertical y comunicación unilateral al hogar, generando tensiones cuando la pareja civil espera un espacio de diálogo horizontal. Como destaca el Modelo Circumplejo de Olson, la adaptabilidad y la comunicación son dimensiones centrales de la funcionalidad conyugal. En entornos castrenses, estas dimensiones se ven comprometidas, lo que reduce la capacidad de la pareja para renegociar reglas y roles ante los desafíos que impone el servicio.

Para afrontar estas tensiones, muchas parejas desarrollan estrategias resilientes como rutinas de comunicación planificada, pactos explícitos sobre responsabilidades familiares y uso de redes informales de apoyo (Abdala, 2018). Sin embargo, la eficacia de estas estrategias depende en gran medida del acceso a programas institucionales de acompañamiento. Aunque el Ejército Nacional de Colombia ha diseñado políticas de bienestar familiar, como el Plan de Bienestar y Estímulos Institucionales (2019), la cobertura real de estas iniciativas aún es

limitada, especialmente en unidades operativas desplegadas en zonas rurales o de difícil acceso. Esto amplifica la sensación de abandono institucional y agrava el desgaste conyugal.

Por ello, la literatura recomienda fortalecer los programas de apoyo psicosocial preventivo, incluir talleres de resolución de conflictos con enfoque de pareja, y mejorar los canales de comunicación entre la institución y las familias (Carro & Gamiño, 2018). La evidencia internacional muestra que intervenciones psicoeducativas enfocadas en comunicación, manejo de expectativas y resolución de conflictos reducen la incidencia de rupturas y aumentan la satisfacción conyugal en familias militares (Pastor et al., 2021). Integrar estos elementos en la doctrina y práctica militar colombiana contribuiría a fortalecer la moral del personal y, por extensión, la eficacia operativa de las unidades en terreno.

Crianza de los hijos en contextos de ausencia paterna o materna

La ausencia prolongada de un padre o madre militar en el hogar colombiano genera un conjunto de impactos significativos en la crianza de los hijos. Según la Teoría del Apego de Bowlby (1977), la formación de vínculos tempranos estables con las figuras parentales es fundamental para el desarrollo socioemocional y la construcción de modelos internos de seguridad y confianza en el mundo. En el contexto militar, donde las separaciones físicas por operaciones, entrenamientos o traslados son frecuentes, se dificulta el establecimiento de estas bases afectivas sólidas, especialmente durante las primeras etapas del desarrollo infantil. Tal como muestra la investigación de Álvarez-Plazas et al. (2023), los distanciamientos territoriales y las exigencias del trabajo militar reducen drásticamente el tiempo compartido entre padres e hijos, afectando tanto la rutina doméstica como la disponibilidad emocional para acompañar procesos de crianza.

Esta discontinuidad en la presencia parental puede generar en los hijos sentimientos de inseguridad y ansiedad por separación. Diversos estudios internacionales, como los de Jain et al. (2017) y Paley et al. (2013), documentan cómo los hijos de militares suelen expresar emociones ambivalentes, mezclando orgullo por el rol protector del padre con resentimientos o tristeza ante la falta de contacto cotidiano. En Colombia, investigaciones recientes como la de Álvarez-Plazas et al. (2023) confirman que, ante la ausencia prolongada, la figura materna o el cuidador presente asume mayor protagonismo en el acompañamiento escolar y emocional, lo que provoca que los niños interioricen modelos de autoridad y socialización principalmente desde la madre o cuidadores alternos.

En términos de comportamiento escolar, la literatura indica que la ausencia prolongada de uno de los padres puede derivar en dificultades de concentración, problemas de conducta, o bajo rendimiento académico (Wadsworth & Southwell, 2011). Al respecto, Álvarez-Plazas et al. (2023) relatan cómo algunos militares participantes de su estudio notaron comportamientos de “extrañeza” en sus hijos al regresar, requiriendo un proceso gradual de reconstrucción del vínculo afectivo. En la práctica, las figuras de autoridad en el hogar deben readaptarse, negociando roles y normas, mientras se gestiona la incertidumbre que experimentan los niños sobre la permanencia o ausencia futura del padre o madre militar (Álvarez et al., 2022).

Respecto a la disciplina y la construcción de la autoridad, los hallazgos muestran transformaciones culturales en la forma en que los padres militares ejercen su rol. Aunque muchos replican valores de disciplina, responsabilidad y respeto aprendidos en la institución militar, también manifiestan una ruptura con prácticas punitivas de generaciones anteriores, optando por estrategias de comunicación y diálogo (Álvarez-Plazas et al., 2023). Esto se

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

traduce en hogares donde se privilegia la construcción de confianza y la demostración de afecto como mecanismos de regulación de la conducta infantil, reconociendo la importancia de los espacios de juego, acompañamiento escolar y expresión emocional como pilares de la crianza contemporánea.

Sin embargo, las barreras derivadas del trabajo militar, como las largas jornadas o las restricciones para acompañar procesos formativos de los hijos, mantienen la desigualdad en la distribución de las tareas de cuidado y en la participación en la vida escolar de los niños. En este sentido, se hace necesario fortalecer prácticas de acompañamiento institucional y comunitario que contribuyan a mitigar los efectos negativos de la ausencia prolongada. Programas como los desarrollados por la Dirección de Familia y Bienestar del Ejército Nacional han implementado acompañamiento psicosocial y estrategias de comunicación familiar que, aunque valorados positivamente por algunos militares, requieren mayor cobertura y continuidad para impactar de forma estructural las realidades familiares (Álvarez-Plazas et al., 2023).

Adicionalmente, estudios como los de Aguayo et al. (2016) y Salguero-Velázquez et al. (2018) destacan la necesidad de políticas públicas que promuevan la conciliación entre la vida laboral y familiar, especialmente en sectores de alta exigencia como el militar. Estas políticas podrían incluir licencias parentales ampliadas, flexibilización de turnos, creación de espacios educativos y recreativos para los hijos dentro de las instalaciones militares y formación continua para los padres en habilidades de crianza y comunicación afectiva (Rendón & Rodríguez, 2025).

Finalmente, las experiencias de paternidad militar en Colombia revelan que la ausencia prolongada no solo reconfigura los vínculos de apego y autoridad, sino que moldea

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

la identidad de los hijos respecto al servicio militar, generando en muchos casos sentimientos encontrados de admiración, orgullo y temor. Como señala Castellero-Mimenza (2020), los modelos de masculinidad y paternidad en contextos militares se transforman cuando se introducen prácticas de cuidado y expresión afectiva, lo que permite que la relación padre-hijo evolucione hacia escenarios más equitativos, sensibles y emocionalmente nutritivos, incluso en medio de las restricciones impuestas por la vida castrense.

Adaptación familiar al régimen militar

La adaptación de las familias militares al régimen castrense representa un desafío complejo que implica reconfigurar continuamente sus dinámicas internas ante la movilidad, la incertidumbre operativa y la cultura disciplinaria propia de la institución. El régimen militar impone cambios frecuentes de residencia, lo que obliga a las familias a reorganizar su cotidianidad, reconstruir redes sociales y gestionar la educación de los hijos en distintos entornos. Este fenómeno, según Bronfenbrenner (2006), afecta directamente al microsistema familiar, donde las relaciones más íntimas y significativas deben ajustarse constantemente al nuevo contexto social, educativo y comunitario.

La incertidumbre operativa, característica del trabajo militar, también genera un clima de tensión emocional que permea la dinámica familiar. Las misiones imprevistas, la rotación de mandos y la imposibilidad de planificar a largo plazo contribuyen a crear un ambiente de ambivalencia donde el núcleo familiar debe aprender a mantener rutinas estables en medio de la imprevisibilidad. Este escenario fomenta la necesidad de resiliencia familiar, entendida como la capacidad colectiva para adaptarse, superar dificultades y reorganizar los recursos internos frente a situaciones adversas (Nacimba, 2023).

En muchos casos, la cultura de disciplina inherente a la vida militar, que estructura la cotidianidad con normas, jerarquías y obediencia estricta, permea la estructura doméstica, generando tensiones en las relaciones de pareja y en la crianza de los hijos. Estudios como los de Álvarez-Plazas et al. (2023) señalan que las familias militares enfrentan el desafío de equilibrar el estilo disciplinario aprendido en la institución con prácticas de crianza que favorezcan el afecto, la comunicación y la empatía, elementos clave para el desarrollo emocional de los hijos.

La rotación constante de mandos y la necesidad de mantener lealtades institucionales refuerzan la cohesión del militar con su grupo de trabajo, pero pueden debilitar los lazos cotidianos en el hogar, provocando que la pareja y los hijos perciban la institución como un competidor del tiempo, la energía y el afecto familiar. En este sentido, la literatura sobre resiliencia familiar destaca la importancia de mantener rutinas familiares significativas, desarrollar habilidades de comunicación emocional y fortalecer la red de apoyo social para amortiguar el impacto de las exigencias laborales.

En respuesta a estos desafíos, las familias militares suelen construir rituales domésticos que les permitan generar estabilidad: establecer horarios de llamadas, celebrar con intensidad los reencuentros, crear tradiciones familiares que trascienden el lugar geográfico, y cultivar una narrativa familiar que dote de sentido el sacrificio y la ausencia. Estos rituales, según Walsh (2016), funcionan como anclas simbólicas que refuerzan la identidad familiar y ayudan a sus miembros a procesar la incertidumbre.

La institucionalidad castrense ha creado programas de bienestar y acompañamiento para mitigar los efectos del régimen militar en la vida familiar. Por ejemplo, la Dirección de Familia y Bienestar del Ejército Nacional ha implementado estrategias de apoyo psicosocial,

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

asesoría en procesos de traslado, acompañamiento educativo para los hijos y fortalecimiento de las redes comunitarias de apoyo (Ejército Nacional de Colombia, 2019). Sin embargo, estudios como el de Cabrera-García et al. (2016) y Álvarez-Plazas et al. (2023) destacan que estos programas, aunque valiosos, requieren fortalecimiento y mayor cobertura, especialmente en regiones rurales y de difícil acceso.

Por otro lado, la adaptación familiar también depende de las habilidades de afrontamiento de cada miembro. Según la teoría de sistemas familiares de Bowen, la capacidad de diferenciarse emocionalmente del contexto institucional sin romper los lazos afectivos es crucial para mantener un equilibrio funcional en la familia (Galvis et al., 2022). En contextos militares, donde la presión institucional y social es alta, desarrollar un sentido de identidad familiar diferenciado permite a las parejas y a los hijos sostener sus propios proyectos de vida, sin depender completamente de la lógica disciplinaria castrense.

Dicho de otra manera, la resiliencia familiar en entornos militares no solo es un proceso interno, sino también comunitario. La creación de redes de apoyo entre familias militares, la colaboración con vecinos en las nuevas localidades, y la participación en actividades colectivas fomentadas por la institución son mecanismos que reducen el aislamiento, generan cohesión social y fortalecen la capacidad adaptativa del grupo familiar (Figuroa & Franzoni, 2011). Estas redes informales permiten compartir experiencias, crear espacios de contención emocional y facilitar la integración a nuevos entornos sociales y educativos.

Estrategias del Ejército Nacional para mitigar el impacto de las dinámicas familiares

El Ejército Nacional de Colombia, a través de su Dirección de Familia y Bienestar (DIFAB), ha desarrollado una agenda robusta de intervención psicosocial y asistencia social dirigida a mitigar los efectos negativos que las dinámicas familiares generan sobre el desempeño operacional y el bienestar del militar. Estas estrategias combinan programas de apoyo concreto, iniciativas sociales y acciones específicas para poblaciones vulnerables, fundamentándose en normativas institucionales como el Plan de Bienestar y Estímulos Institucionales y el enfoque poblacional definido en Programas Población Sensible (Ejército Nacional de Colombia, 2022b).

El Programa Familia Militar Hijos con Discapacidad promueve espacios de integración, deportivos, artísticos, recreativos y culturales. Estos espacios buscan mejorar el desarrollo motriz e intelectual de los beneficiarios, reducir la vulnerabilidad del núcleo familiar y sensibilizar a la comunidad militar y civil frente a estigmas existentes (Ejército Nacional de Colombia, 2022a). Además, el Subsistema de Salud Militar ha implementado el Modelo de Rehabilitación Funcional, que incluye atención interdisciplinaria (Psicología, Trabajo Social, Fonoaudiología, entre otros) para personas con discapacidad y sus familias, permitiendo planes individualizados de apoyo emocional y social.

De la misma manera, la institución presta apoyo psicosocial inmediato a cónyuges, viudas, huérfanos y hermanos de militares muertos. Se capacita a estos grupos en herramientas de manejo del duelo y se promueven espacios de bienestar que fortalecen los vínculos familiares post-trauma (Dirección General de Sanidad Militar, 2019).

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

Complementariamente, se fomenta la activación de redes de apoyo institucional, en concordancia con los objetivos de la Dirección de Familia y Asistencia Social del Ejército.

Aunado a lo anterior, el Ejército forma parte del programa de acompañamiento para militares reclusos, donde se promueven espacios de crecimiento personal y familiar. A través de talleres y alianzas institucionales, se busca ofrecer apoyo educativo, ocupacional y emocional durante el proceso de encarcelamiento. En efecto, mediante el Programa Secuestrados, Liberados, Desaparecidos y Muertes en Cautiverio, la Fuerza articula apoyo psico-social y legal para las familias afectadas. Se difunde información oportuna sobre rutas de atención, procedimientos judiciales y apoyo institucional, incluyendo asesoría personalizada a cada núcleo familiar.

Por ende, el programa “Crecamos Juntos” involucra procesos de capacitación, estrategias de comunicación y establecimiento de redes comunitarias para niños, niñas, adolescentes y sus padres. Adicionalmente, el Programa de Parejas y el Programa de Género promueven prácticas basadas en equidad, corresponsabilidad y fortalecimiento de las dinámicas conyugales. El Ejército despliega un equipo interdisciplinario a nivel institucional que realiza orientación psicosocial, jurídica, laboral y educativa a oficiales, suboficiales, soldados y sus familias, incluyendo población sensible. Esta intervención incluye desde asesoría individual hasta intervenciones grupales enfocadas en fortalecer la cohesión familiar (Fuerza Aérea Colombiana, 2020). A su vez, la Línea en Defensa de la Vida, operada por Sanidad Militar, ofrece atención telefónica gratuita a nivel nacional, con enfoque en problemas de ansiedad, estrés y conflictos familiares.

Políticas institucionales de bienestar familiar

Las políticas institucionales de bienestar familiar en las Fuerzas Militares de Colombia constituyen una estrategia integral orientada a mejorar la calidad de vida del personal militar, civil y sus familias. Estas políticas están concebidas como parte del sistema de estímulos institucionales y se desarrollan a través de planes como el Plan General de Bienestar y Familia (PGBF) de la Fuerza Aérea Colombiana, el cual promueve una cultura organizacional de pertenencia, motivación y calidez humana. El PGBF busca consolidar a la institución como una gran familia unida por vínculos de amistad, lealtad y solidaridad, más allá de los lazos de consanguinidad, en coherencia con los valores institucionales (Fuerza Aérea Colombiana, 2020, p. 1-2).

Por su parte, el Ejército Nacional, bajo el liderazgo del Comando General y la Dirección de Familia y Asistencia Social, ha implementado programas de atención diferencial dirigidos a poblaciones vulnerables dentro del personal militar y sus familias. Entre ellos se destacan: la atención a personal herido en combate, a personas con discapacidad, a familias de militares fallecidos, y a militares privados de la libertad. Cada uno de estos programas tiene componentes psicosociales, educativos, recreativos y ocupacionales, con el fin de propiciar la reconstrucción del proyecto de vida, la inclusión social y el fortalecimiento de las redes de apoyo familiar e institucional (Ejército Nacional de Colombia, 2022a).

Un ejemplo representativo es el programa de atención integral a la población con discapacidad, que incluye tanto a niños como adultos, y está diseñado para brindar herramientas a las familias, fortalecer las competencias motrices e intelectuales, y sensibilizar

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

a la comunidad militar y civil sobre la importancia de la inclusión. Estas acciones se complementan con la implementación del Modelo de Rehabilitación Funcional (MRF) en los Establecimientos de Sanidad Militar (ESM), el cual cubre el 100% de los centros seleccionados por las direcciones de sanidad y busca prestar servicios de salud integrales a una población con discapacidad caracterizada en más de 3.900 personas (Sanidad Militar, 2019).

En conjunto, estas políticas evidencian un compromiso institucional por ofrecer acompañamiento humano y profesional durante situaciones de duelo, discapacidad, privación de la libertad o cambio drástico en las condiciones de vida. La finalidad última es mantener la cohesión familiar, garantizar la salud mental y emocional de los miembros de las Fuerzas Militares y sus allegados, y promover la corresponsabilidad social del Estado con quienes han entregado su vida al servicio de la patria.

Programas de acompañamiento y orientación

El Ejército Nacional de Colombia implementa programas sólidos de acompañamiento y orientación familiar, estructurados para responder a los retos psicosociales del ciclo operacional militar. A través de la Dirección de Familia y Bienestar (DIFAB), se ejecutan intervenciones integrales dirigidas a personal militar, población sensible y sus familias. Estos programas integran componentes interdisciplinarios de intervención psicosocial, apoyo durante despliegues y retornos, formación en habilidades parentales, talleres de resolución de conflictos, actividades comunitarias y estrategias de comunicación emocional (Ejército Nacional de Colombia, 2022a).

La orientación psicosocial es el núcleo del programa, con equipos compuestos por psicólogos, trabajadores sociales y consejeros espirituales que atienden en modalidad individual, familiar y grupal. Se ofrece asistencia confidencial vía iniciativas como la Línea en Defensa de la Vida, operada por CREMIL, que brinda terapia telefónica o virtual tanto al militar como a su familia, centrada en prevenir trastornos como ansiedad, duelo o estrés postraumático.

Durante el ciclo operacional, se acompaña al personal en tres momentos clave: preparación pre-despliegue (orientación sobre separación, manejo emocional y preparación familiar), apoyo durante la misión (seguimiento remoto a cónyuges e hijos) y reintegración post-retorno (mediación familiar, renegociación de roles y expectativas). Estos componentes facilitan la transición emocional y estructural del hogar. Los talleres de parentalidad positiva y resolución de conflictos promueven herramientas prácticas para fortalecer la convivencia familiar. En colaboración con Bienestar Familiar (ICBF), el Ejército ha capacitado a cerca de 1.200 oficiales y suboficiales en normas de crianza afectiva, regulación emocional y corresponsabilidad en el hogar. Estos talleres abordan dinámicas familiares en contextos militares, fomentando estilos de comunicación asertiva y adaptativos.

Modelo comparativo: en EE. UU., programas como ADAPT (After Deployment: Adaptive Parenting Tools), basados en PMTO™, han demostrado mejorar las prácticas parentales y ajuste infantil post-despliegue. En efecto, el Ejército organiza eventos culturales, deportivos, festivales familiares y jornadas con población sensible (niños con discapacidad, viudas, huérfanos) para promover integración y redes de soporte. Estas actividades incluyen olimpiadas recreativas, encuentros scouts, días temáticos (personas desaparecidas, del héroe nacional), y espacios de duelo colectivo para familias de fallecidos o desaparecidos.

Figura 3. Family Readiness Groups del Ejército de EE. UU



Nota. Fuente: Griffith, 2020

Este enfoque colectivo se asemeja a los Family Readiness Groups del Ejército de EE.UU., que combinan apoyo mutuo, flujo de información al comando y actividades grupales de resiliencia emocional (Griffith, 2020). Se promueven canales institucionales de comunicación emocional entre el militar y su núcleo familiar, incluyendo líneas institucionales, redes oficiales y apoyo a videollamadas durante despliegues. Así se mantiene activo el vínculo afectivo. Además, se difunde material educativo (manuales, videos, campañas) sobre afrontamiento emocional, crisis familiar y resolución de conflicto, reforzado por alianzas institucionales y convenios externos (Dirección General de Sanidad Militar, 2019).

La evidencia indica que sistemas de apoyo familiar incrementan la moral, estabilidad y disposición del personal militar para cumplir la misión. En EE.UU., investigaciones demuestran que familias con mayor cohesión emocional y herramientas adaptativas presentan menores niveles de estrés, menos conflictos maritales y mayor retención del

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

personal(National Academies of Sciences, 2019). Aunque en Colombia la evaluación sistemática aún es incipiente, el Plan de Bienestar prevé indicadores trimestrales sobre cobertura de actividades familiares, entrega de programas y uso de servicios (orientación, recreación, apoyo legal).

Ejemplo nacional: las capacitaciones conjuntas entre Ejército e ICBF en resolución pacífica de conflictos fortalecen capacidades parentales y reducen violencia intrafamiliar en contextos militares(Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2024).Experiencias comparadas: EE. UU. cuenta con programas robustos como Military OneSource, FOCUS (Families Overcoming Under Stress), EFMP (Exceptional Family Member Program), Warrior Adventure Quest y Family Readiness Groups que apoyan a familias con lesiones, discapacidad, desplazamiento o estrés crónico. Aunque el Ejército ha avanzado en cobertura y estructuración, persisten retos: falta de sistematización de las mejores prácticas, cobertura desigual en unidades aisladas, necesidades de mayor articulación con el sistema salud, educación y protección social estatal, limitación en cantidad de profesionales psicosociales desplegados, y escasa evaluación de impacto longitudinal real (National Academies of Sciences, 2019).

Los programas de acompañamiento y orientación del Ejército Nacional de Colombia integran atención psicosocial, talleres de parentalidad, actividades comunitarias y comunicación emocional para apoyar a las familias militares durante el ciclo operacional. Inspirados en modelos internacionales como FOCUS y Family Readiness, buscan fortalecer la resiliencia, cohesión familiar y moral institucional. Si bien los primeros logros son

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

prometedores, resulta clave potenciar su evaluación rigurosa, ampliar cobertura y mejorar alianzas interinstitucionales para consolidar un sistema eficaz de apoyo familiar militar.

Recomendaciones para fortalecer el enfoque psicosocial en la doctrina militar

La incorporación de un enfoque psicosocial sólido dentro de la doctrina militar del Ejército Nacional de Colombia es una necesidad estratégica y humana que responde a las realidades complejas del servicio. La experiencia internacional, en particular la recopilada en documentos como *Empirical Evidence of the Connections between Military Family Readiness and Military Readiness, Warfighting Capability, and Lethality* (Clearinghouse, 2025), demuestra que el bienestar familiar no es un componente accesorio, sino un factor directamente vinculado con la capacidad operativa, la retención del talento y la letalidad de las fuerzas. En este sentido, fortalecer la dimensión psicosocial supone invertir en la cohesión de la tropa, la estabilidad emocional de los combatientes y, en consecuencia, la seguridad nacional.

Tabla 3. *Recomendaciones*

Recomendación	Descripción	Teoría o Enfoque Psicosocial
1. Institucionalizar el enfoque psicosocial en todo el ciclo de vida militar	Integrar el acompañamiento psicosocial desde el ingreso hasta el retiro o situaciones críticas (heridas, muerte, privación de libertad).	Teoría Ecológica del Desarrollo Humano (Bronfenbrenner): el individuo se desarrolla en múltiples sistemas.
2. Formación en habilidades parentales, resolución de conflictos y comunicación emocional	Capacitar al personal militar y a sus familias para fortalecer la dinámica afectiva y prevenir conflictos intrafamiliares.	Teoría del Apego (Bowlby) y Educación Socioemocional: promueven vínculos seguros y regulación emocional.
3. Crear redes de apoyo comunitario y grupal	Fomentar espacios de integración y soporte mutuo dentro y fuera de las unidades militares (actividades culturales, psicoeducativas, recreativas).	Modelo de Resiliencia Comunitaria y Psicología Comunitaria: importancia del soporte social en contextos de riesgo.
4. Implementar plataformas digitales para orientación y comunicación emocional	Utilizar tecnologías de la información para mantener el vínculo familiar y	Teoría de la Comunicación Humana y Intervención en

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

	facilitar la intervención profesional a distancia.	Crisis a Distancia: el acceso oportuno fortalece el vínculo.
5. Incluir el análisis psicosocial en la toma de decisiones estratégicas	Capacitar a mandos para que comprendan el impacto emocional del servicio militar en la moral y rendimiento de las tropas; diseñar indicadores de bienestar psicosocial.	Psicología Organizacional y Teoría del Clima Laboral: bienestar como variable de desempeño institucional.
6. Adaptar buenas prácticas internacionales con enfoque cultural y territorial	Evaluar programas exitosos (ej. <i>Family Advocacy Program</i> del DoD) para adaptarlos al contexto colombiano con enfoque diferencial y territorial.	Teoría del Aprendizaje Social (Bandura) y Enfoque Intercultural: adaptación de modelos según el entorno local.
7. Articular las políticas psicosociales con la doctrina y la misión institucional	Reconocer el bienestar familiar como componente estratégico que influye directamente en la preparación y operatividad de las Fuerzas Armadas.	Modelo Bio-Psico-Social y Teoría del Capital Social: el bienestar impacta la cohesión y efectividad institucional.

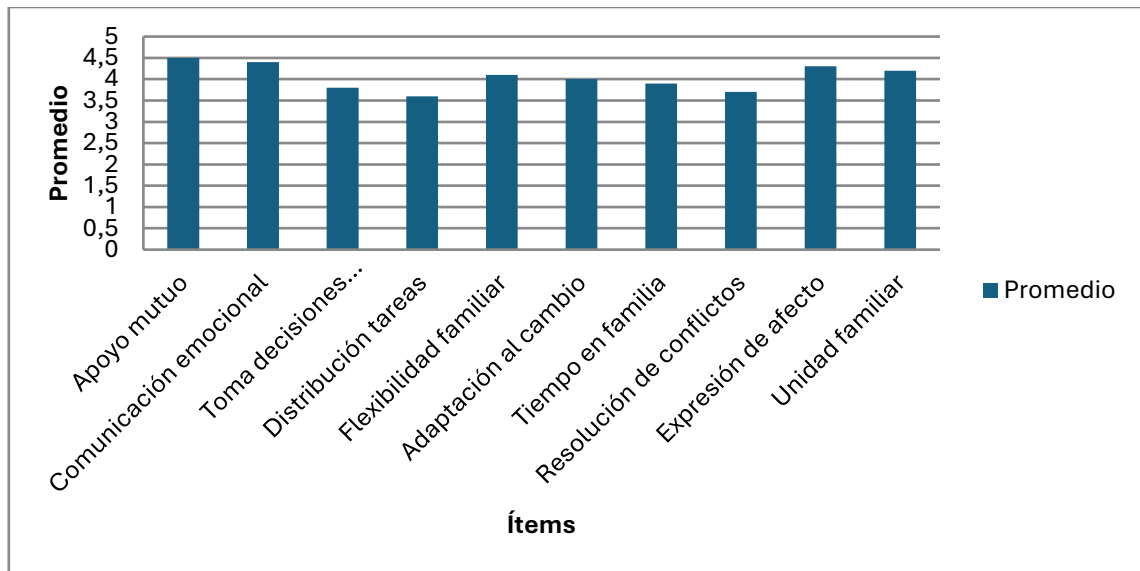
Nota. Fuente: Elaboración propia con base a teorías de enfoque psicosocial

Una primera recomendación es institucionalizar el enfoque psicosocial en todos los niveles del ciclo de vida militar. Esto implica integrar la atención psicosocial desde el proceso de incorporación, durante el desarrollo profesional, y en los momentos de transición como el retiro o las situaciones críticas como heridas en combate o privación de la libertad. Este acompañamiento debe ir más allá de la atención clínica individual, adoptando un modelo comunitario que considere al militar como parte de una familia y de una red de relaciones afectivas. La Dirección de Familia y Asistencia Social del Ejército Nacional ya ha avanzado en esta línea a través de programas orientados a heridos en combate, militares fallecidos y personal privado de la libertad, pero se requiere una mayor transversalización doctrinal (Ejército Nacional de Colombia, 2022a).

En segundo lugar, se debe consolidar la formación continua en habilidades parentales, resolución de conflictos y comunicación emocional. Tal como lo indica el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF, 2024), estas capacitaciones han demostrado eficacia en prevenir la violencia intrafamiliar y promover un ambiente familiar sano en el contexto militar. Iniciativas como las adelantadas con suboficiales en curso de ascenso

representan buenas prácticas replicables que pueden escalarse a todos los grados del personal activo, especialmente antes de ser destinados a zonas operacionales. Incluir estos contenidos en los programas de educación militar como parte de la formación en liderazgo ético fortalecería la preparación integral del soldado colombiano.

Figura 4. Promedio por Ítem - Escala CAF



La figura presenta de forma clara y visual el promedio de respuestas obtenidas en cada uno de los ítems evaluados por la Escala de Cohesión y Adaptación Familiar (CAF) en miembros del Ejército Nacional. Cada barra representa una dimensión clave de la funcionalidad familiar, como el apoyo mutuo, la comunicación emocional, la toma de decisiones, la distribución de tareas, entre otras. El eje vertical muestra el promedio de respuestas, que oscila entre 3.5 y 4.5, indicando una tendencia hacia percepciones mayoritariamente positivas por parte de los encuestados. Este enfoque gráfico facilita la identificación de fortalezas y debilidades dentro del entorno familiar militar.

La encuesta CAF fue aplicada a 70 miembros del Ejército Nacional (Oficiales, suboficiales y soldados profesionales) de diferentes unidades operativas, con edades entre 25 y 45 años, en su mayoría casados o en unión libre (65%). El 78% de los encuestados manifestó que cuenta con comunicación frecuente con su familia durante los despliegues; un 15% señaló comunicación ocasional y un 7% indicó ausencia de contacto. En la dimensión 'Distribución de tareas', el 60% reportó que las responsabilidades recaen principalmente en la pareja, mientras que solo el 25% indicó corresponsabilidad equitativa. En efecto, estos resultados evidencian una percepción mayoritariamente positiva en la cohesión y comunicación familiar (media 4,3 en una escala de 1 a 5), aunque revelan áreas críticas en la flexibilidad y la distribución de tareas (media 3,5), lo que respalda la necesidad de estrategias institucionales para fomentar la corresponsabilidad.

Los ítems que obtuvieron mayores promedios fueron “Apoyo mutuo” y “Comunicación emocional”, lo cual destaca que los militares perciben una sólida red de contención familiar. Estos aspectos son fundamentales en contextos donde el personal se enfrenta a entornos exigentes y situaciones de riesgo constante. Una buena comunicación y el apoyo emocional permiten reducir la carga psicológica de las misiones y fortalecen la resiliencia. El ítem “Expresión de afecto” también sobresale, indicando que, a pesar de las tensiones operacionales, las manifestaciones emocionales aún tienen un lugar importante en la dinámica familiar del personal militar.

Por el contrario, los ítems con promedios relativamente más bajos fueron Distribución de tareas y Flexibilidad familiar, lo cual sugiere que existen tensiones en la corresponsabilidad doméstica, posiblemente derivadas de la naturaleza del servicio, que

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

implica largas ausencias, cambios abruptos de destino o turnos extendidos. Esta situación puede generar sobrecargas en un solo miembro del hogar, generalmente la pareja, afectando el equilibrio familiar. Estos hallazgos invitan a reforzar desde la institucionalidad programas de acompañamiento familiar con enfoque psicosocial y corresponsable, que fomenten no solo el equilibrio emocional, sino también la redistribución de las responsabilidades y una mayor adaptabilidad a las condiciones cambiantes del servicio militar.

Otra recomendación consiste en desarrollar redes de apoyo comunitario y grupal que refuercen la resiliencia colectiva. Estas redes pueden articularse a través de actividades culturales, recreativas y psicoeducativas en sedes militares y en espacios compartidos con la comunidad civil. Por ejemplo, experiencias del Ejército de los Estados Unidos muestran que los programas de bienestar familiar con enfoque comunitario, como el *Family Advocacy Program* o el *Military OneSource*, han sido clave para reducir el estrés familiar y mejorar la preparación operativa. Colombia puede adaptar estos modelos, teniendo en cuenta su contexto sociocultural y los desafíos propios del conflicto armado interno y el posacuerdo (National Academies of Sciences, 2019).

Asimismo, resulta clave mejorar los canales de comunicación entre las unidades militares, las familias y las entidades de bienestar. Para ello se sugiere implementar plataformas digitales seguras que permitan mantener la conexión emocional y brindar orientación psicosocial a distancia. Esto es especialmente relevante para las familias de militares desplegados en regiones apartadas o en operaciones prolongadas. Las aplicaciones móviles y líneas de atención especializadas deben formar parte de los manuales operacionales y los protocolos de apoyo.

Finalmente, se debe integrar el análisis psicosocial como insumo para la toma de decisiones estratégicas. Esto supone capacitar a mandos medios y altos en la comprensión de factores emocionales, sociales y familiares que afectan la moral de las tropas, así como diseñar indicadores que midan el impacto de las intervenciones psicosociales sobre la funcionalidad familiar y el desempeño militar. Estudios como el de la National Academies of Sciences (2019) han señalado que el bienestar familiar incide directamente en la intención de permanencia del personal, lo cual es clave para mantener la capacidad de guerra y la retención institucional.

Conclusiones

A partir del análisis documental y la evidencia institucional de las referencias académicas nacionales e internacionales consultadas, se identifica que el ámbito familiar constituye un factor estratégico en el desempeño operacional de los miembros del Ejército Nacional de Colombia. La familia no se limita a ser un soporte emocional, sino que actúa como un pilar fundamental que incide directamente en la moral, la concentración, la motivación y la operatividad del personal militar. Es importante mencionar dentro de las conclusiones que, cuando existe estabilidad en el entorno familiar, el uniformado puede afrontar sus responsabilidades con mayor enfoque, reduciendo los niveles de estrés y mejorando su disposición para asumir misiones exigentes.

Durante los ciclos operacionales que incluyen despliegues prolongados, patrullajes, combates o permanencias en zonas de difícil acceso las tensiones familiares tienden a incrementarse, afectando la funcionalidad del núcleo familiar. En este contexto, la intervención psicosocial se convierte en una herramienta esencial para mitigar los impactos

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

emocionales que enfrentan tanto los militares como sus seres queridos. El acompañamiento emocional, la orientación familiar y la formación en habilidades para la vida contribuyen a fortalecer la resiliencia del grupo familiar. Iniciativas como los talleres en resolución pacífica de conflictos, desarrollados por el ICBF en colaboración con el Ejército Nacional, evidencian el compromiso institucional por mejorar la calidad de vida del personal.

Asimismo, se concluye que las políticas institucionales de bienestar familiar, como las formuladas por la Dirección de Sanidad del Ejército y la Fuerza Aérea Colombiana en sus planes de bienestar, fortalecen el sentido de pertenencia y la cohesión organizacional. Estos lineamientos integran componentes psicosociales, recreativos, culturales y de comunicación emocional que, al ser parte de la cultura militar, permiten consolidar un entorno laboral más humano y empático. De esta manera, las Fuerzas Militares promueven un clima organizacional que reconoce la importancia de la familia como núcleo esencial para la estabilidad del combatiente.

En este sentido, se considera imprescindible que el enfoque psicosocial trascienda el plano asistencial y se incorpore estructuralmente en la doctrina militar. Esta incorporación permitirá que el bienestar emocional y familiar sea concebido como una condición indispensable para la preparación integral de las tropas. Las teorías psicosociales y organizacionales como el modelo bio-psico-social, la teoría del apego o la psicología organizacional respaldan esta visión, y demuestran que el fortalecimiento de estos aspectos no es opcional, sino un requisito para la sostenibilidad operativa en contextos adversos como los que enfrenta el Ejército Nacional en su despliegue territorial.

La comparación con experiencias internacionales muestra que existen prácticas exitosas adaptables al contexto colombiano. Tal es el caso del Family Advocacy Program del

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

Departamento de Defensa de los Estados Unidos, el cual ha probado empíricamente que una política integral hacia las familias militares reduce significativamente la deserción, los conflictos intrafamiliares y las afectaciones psicológicas postmisión. La adaptación de estos programas, con un enfoque territorial y culturalmente sensible, permitiría al Ejército Nacional consolidar un sistema de acompañamiento familiar más robusto, articulado y pertinente a las realidades nacionales.

Por otro lado, se ha demostrado que el acompañamiento institucional a las familias también impacta positivamente en la retención del talento humano y la eficacia operacional. Los militares tienden a prolongar su permanencia en la institución cuando perciben que sus familias están protegidas, lo cual se traduce en mayor experiencia acumulada, liderazgo fortalecido y una mayor capacidad de respuesta en escenarios de combate. Documentos como el informe del National Academies of Sciences (2019) y el estudio de Clearinghouse (2025) corroboran esta relación entre bienestar familiar y preparación para la guerra.

Referencias

- Abdala, V. de J. (2018). Ellas se quedan, ellos se van: Un acercamiento a las familias de militares mexicanos desde las experiencias de las mujeres. *Revista Estudiantil Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 7(12). <https://doi.org/10.18504/rl012-003-2018>
- Álvarez, P. A. Y., Gómez, I. V., & Leyton, L. M. A. (2022). Experiencias de paternidad en hombres militares vinculados al Ejército Nacional de Colombia. *PROSPECTIVA. Revista de Trabajo Social e Intervención Social*, e21412372. <https://doi.org/10.25100/prts.v0i35.12372>

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

- Ames, G. M., Cunradi, C. B., Moore, R. S., & Stern, P. (2007). Military Culture and Drinking Behavior Among U.S. Navy Careerists. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 68(3), 336–344. <https://doi.org/10.15288/jsad.2007.68.336>
- Black, S. A., Gallaway, M. S., Bell, M. R., & Ritchie, E. C. (2011). Prevalence and Risk Factors Associated With Suicides of Army Soldiers 2001–2009. *Military Psychology*, 23(4), 433–451. <https://doi.org/10.1080/08995605.2011.590409>
- Brendtro, L. K. (2006). The vision of Urie Bronfenbrenner: Adults who are crazy about kids. *Reclaiming Children and Youth*, 15(3).
- Cuadra, & Florenzano. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología*, 12(1). <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2003.17380>
- Dirección General de Sanidad Militar. (2019). *Atención integral de población con discapacidad, prioridad de sanidad militar. Ministerio de Defensa Nacional*. <https://www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co/comunicaciones/noticias-comunicados-prensa/atencion-integral-poblacion-discapacidad>
- Ejército Nacional de Colombia. (2019). *Plan de bienestar y estímulos institucionales (Versión 0, Código PLIE-JEMPP-CEDEI-04). Departamento de Personal, Subsistema de Personal, Ministerio de Defensa Nacional*. https://www.ejercito.mil.co/enio/recurso_user/doc_contenido_pagina_web/800130633_4/496897/plan_bienestar_e_incentivos_2022_listo.pdf?utm
- Ejército Nacional de Colombia. (2022a). *Programas institucionales de atención psicosocial y apoyo familiar. Ministerio de Defensa Nacional, Comando General de las Fuerzas Militares. Recuperado de comunicación interna proporcionada por el Departamento de Bienestar y Asistencia Social. Contacto:*

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

https://www.ejercito.mil.co/enio/recurso_user/doc_contenido_pagina_web/800130633_4/397461/programas_para_poblacion_vulnerable.pdf

Ejército Nacional de Colombia. (2022b). *Plan de bienestar y estímulos institucionales (Versión 0)*.

Ministerio de Defensa Nacional, Comando General Fuerzas Militares, Departamento de Personal.

https://www.ejercito.mil.co/enio/recurso_user/doc_contenido_pagina_web/800130633_4/496897/plan_bienestar_e_incentivos_2022_listo.pdf

Fernández, D. C. A., Flores, P. M. D., Gonzales, C. S., García, C. J. A., & Urazan, C. J. C. (2024).

Operaciones militares, despliegues de tropa y alteraciones en salud mental: una revisión de la literatura. *Brújula Semilleros de Investigación*, 12(23), 48–73.

<https://doi.org/10.21830/23460628.159>

Fuerza Aérea Colombiana. (2020). Plan General de Bienestar y Familia (Versión 3), 2020–2021: Mi familia, mi fuerza. . *Ministerio de Defensa Nacional*.

https://www.fac.mil.co/sites/default/files/linktransparencia/Planeacion/Planes/plan_general_de_bienestar_y_familia_fuerza_aere_colombiana_2020.pdf

Galvis, V. L. N., Márquez, M. C., & Sánchez, E. G. (2022). Funcionalidad familiar de población en

situación de vulnerabilidad, una mirada desde el modelo circumplejo de Olson: Estudio barrio cormoranes Cúcuta-Colombia. *Revista Boletín Redipe*, 11(3).

<https://doi.org/10.36260/rbr.v11i3.1721>

González, P. R. (2012). Teoría estructural del funcionamiento familiar. In *Manual de atención de familias para profesionales de la salud*.

Griffith, J. (2020). Family Readiness Groups: Helping deployed Army National Guard soldiers and their families. *Journal of Community Psychology*, 48(3). <https://doi.org/10.1002/jcop.22294>

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

Hernandez, S. R., Fernandez, C. C., & Baptista. (2010). Hernandez R, Fernández C, Baptista M.

Metodología de la investigación. 5ta Ed. México: McGraw Hill; 2010. *Metodología de La Investigación.*

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2024). *Bienestar Familiar capacita a suboficiales del Ejército en resolución pacífica de conflictos familiares.*

<https://www.icbf.gov.co/noticias/bienestar-familiar-capacita-suboficiales-del-ejercito-en-resolucion-pacifica-de-conflictos>

Kassini, I. (2008). Teoría de Bronfenbrenner. La teoría ecológica de sistemas. *American Annals of the Deaf, 153*(3).

Llanten, & Pardo. (2021). El rol laboral de los suboficiales: una caracterización del sistema familiar y su impacto en la implementación normativa de la familia perteneciente al Batallón José

Hilario López Popayán, Cauca. . *Fundación Universitaria de Popayán.*

<https://fupvirtual.edu.co/repositorio/files/original/1df6790e29ed0b4bf4dce62640658747dcc60c01.pdf>

Martínez, M., Robles, C., Utria, L., & Amar, J. (2014). Legitimación de la violencia en la infancia: un abordaje desde el enfoque ecológico de Bronfenbrenner. *Psicología Desde El Caribe, 31*(1).

Nacimba, N. (2023). Descripción de la dinámica familiar en el personal militar de una institución militar y su relación con los pases laborales. . *Universidad Central Del Ecuador.* .

<https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/fce3bd5d-49fa-4d31-9a6c-5e9186b0ac0d>

National Academies of Sciences. (2019). *Engineering, and Medicine Strengthening the military family readiness system for a changing American society.* The National Academies Press.

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”

Bogotá D.C., Colombia

https://militaryfamilies.psu.edu/wp-content/uploads/clearinghouse_publication_readiness-brief_20250424.pdf

Oliva, A. (2004). Estado actual de la teoría del apego. ... *de Psiquiatría y Psicología Del Niño y ...*

Pacheco, C. (2021). Estrés en el trastorno límite de la personalidad. *Revista de Investigación En Psicología*, 24(1). <https://doi.org/10.15381/rinvp.v28i1.20606>

Pastor, Á. A., Molero, A. F., & Moriano-León, J. (2021). Influencia del liderazgo auténtico en el estado emocional de militares desplegados en operaciones en el exterior: estudio de la moral como variable mediadora. *Sanidad Militar*, 77(2), 73–80. <https://doi.org/10.4321/S1887-85712021000200002>

Rendón, Q. E., & Rodríguez, G. R. (2025). Ausencia paterna en la infancia: vivencias en personas con enfermedad mental. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 19(2), 1–25. <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.19.2.4453>

Sampieri. (2014). Metodología de la investigación. *Metodología de La Investigación (6ta Ed.)*. McGraw-Hill.

https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

Soriano, S. J.-G. (2022). Beneficios de la intervención ante el Trastorno de Estrés Postraumático en soldados. Una revisión sistemática. *Revista Estudios Psicológicos*, 3(1).

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

Soto, O. M. E., & Rodríguez, G. J. (2019). Clima social familiar y rendimiento académico en alumnos de sexto grado de algunas escuelas públicas y privadas del noreste de México. *RIEE* |

Escuela Superior de Guerra “General Rafael Reyes Prieto”
Bogotá D.C., Colombia

Revista Internacional de Estudios En Educación, 19(2).

<https://doi.org/10.37354/rie.2019.193>