

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

# **Depresión y resiliencia en soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem-2024**

Grecia Nicole Nieto Lizarraga  
Jesica Sadith Ingaruca Huiza

Para optar el Título Profesional de  
Licenciado en Psicología

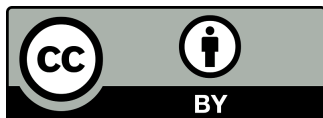
Huancayo, 2025

---

---

---

Repositorio Institucional Continental  
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

**INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE  
INVESTIGACIÓN**

**A** : Decana de la Facultad de Humanidades  
**DE** : ALAN ALCIDES VEGA JACOME  
Asesor de trabajo de investigación  
**ASUNTO** : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación  
**FECHA** : 28 de Febrero de 2025

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para informar que, en mi condición de asesor del trabajo de investigación:

**Título:**

DEPRESIÓN Y RESILIENCIA EN SOLDADOS DE UNA COMPAÑÍA DE UN BATALLÓN CONTRATERRORISTA EN ZONA VRAEM - 2024

**Autores:**

1. Jessica Sadih Ingaruca Huiza – EAP. Psicología
2. Grecia Nicole Nieto Lizarraga – EAP. Psicología

Se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 11 % de similitud sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI ☒ NO ☐
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores  
Nº de palabras excluidas (en caso de elegir "SI"): 20 SI ☒ NO ☐
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI ☒ NO ☐

En consecuencia, se determina que el trabajo de investigación constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad Continental.

Recae toda responsabilidad del contenido del trabajo de investigación sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI y en la normativa de la Universidad Continental.

Atentamente,



Asesor de trabajo de investigación

## **Agradecimiento**

Ante todo, deseamos manifestar nuestro más sincero agradecimiento a la Universidad Continental, por ofrecernos la posibilidad de embarcarnos en este viaje académico.

Nuestra gratitud se extiende también a la valiente compañía del batallón contraterrorista de Villa María, San Martín de Pangoa, cuyo nombre y dedicación permanecerán en nuestra memoria. Su compromiso con la protección de nuestra nación y su disposición para participar en la encuesta que sustenta este trabajo son ejemplos claros de su nobleza y sacrificio.

***Jesica y Grecia***

## **Dedicatoria**

A aquellos quienes fueron una constante fuente de inspiración y apoyo durante este desafiante recorrido.

A nuestras familias, cuyo amor incondicional nos han impulsado a alcanzar nuestras metas.

## Índice de Contenidos

|                                              |             |
|----------------------------------------------|-------------|
| <b>Agradecimiento .....</b>                  | <b>iv</b>   |
| <b>Dedicatoria .....</b>                     | <b>v</b>    |
| <b>Índice de Contenidos.....</b>             | <b>vi</b>   |
| <b>Lista de Tablas .....</b>                 | <b>ix</b>   |
| <b>Lista de Figuras.....</b>                 | <b>xi</b>   |
| <b>Resumen .....</b>                         | <b>xii</b>  |
| <b>Abstract .....</b>                        | <b>xiii</b> |
| <b>Introducción .....</b>                    | <b>xiv</b>  |
| <b>Capítulo I.....</b>                       | <b>16</b>   |
| <b>Planteamiento del Problema .....</b>      | <b>16</b>   |
| 1.1. Descripción del Problema.....           | 16          |
| 1.2. Formulación del Problema.....           | 21          |
| 1.2.1. Problema General.....                 | 21          |
| 1.2.2. Problemas Específicos.....            | 21          |
| 1.3. Objetivos de la Investigación.....      | 22          |
| 1.3.1. Objetivo General. ....                | 22          |
| 1.3.2. Objetivos Específicos. ....           | 22          |
| 1.4. Justificación de la Investigación ..... | 22          |
| 1.5. Viabilidad .....                        | 24          |
| <b>Capítulo II .....</b>                     | <b>25</b>   |
| <b>Marco Teórico .....</b>                   | <b>25</b>   |
| 2.1. Antecedentes.....                       | 25          |
| 2.1.1. A Nivel Internacional.....            | 25          |

|                                                                         |           |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.1.2. A Nivel Nacional.....                                            | 27        |
| 2.2. Bases Teóricas .....                                               | 30        |
| 2.2.1. Depresión. ....                                                  | 30        |
| 2.2.1.1. Etiología.....                                                 | 32        |
| 2.2.1.2. Clasificación del Episodio Depresivo.....                      | 35        |
| 2.2.1.3. Síntomas y Criterios Diagnósticos. ....                        | 37        |
| 2.2.1.4. Principios Clave de la Depresión desde el Enfoque de Beck..... | 40        |
| 2.2.1.5. Tratamiento desde la Terapia de Beck.....                      | 43        |
| 2.2.2. Resiliencia. ....                                                | 43        |
| 2.2.2.1. Desarrollo de la Resiliencia. ....                             | 45        |
| 2.2.2.2. Factores que Promueven la Resiliencia. ....                    | 47        |
| 2.2.2.3. Componentes de la Resiliencia.....                             | 49        |
| 2.2.2.4. Los Pilares de la Resiliencia.....                             | 52        |
| <b>Capítulo III.....</b>                                                | <b>55</b> |
| <b>Hipótesis y Variables.....</b>                                       | <b>55</b> |
| 3.1. Hipótesis General.....                                             | 55        |
| 3.2. Hipótesis Específicas.....                                         | 55        |
| 3.3. Variables de Investigación.....                                    | 55        |
| 3.4. Operacionalización de las Variables .....                          | 57        |
| <b>Capítulo IV .....</b>                                                | <b>61</b> |
| <b>Metodología.....</b>                                                 | <b>61</b> |
| 4.1. Método de Investigación .....                                      | 61        |
| 4.1.1. Tipo. ....                                                       | 61        |
| 4.1.2. Alcance. ....                                                    | 61        |
| 4.2. Diseño de Investigación .....                                      | 62        |

|                                                         |            |
|---------------------------------------------------------|------------|
| 4.3. Población y Muestra.....                           | 62         |
| 4.3.1. Criterios de Inclusión. ....                     | 63         |
| 4.3.2. Criterios de Exclusión. ....                     | 64         |
| 4.4. Técnicas de Recolección de Datos.....              | 64         |
| 4.5. Técnicas de Procesamiento y Análisis de Datos..... | 69         |
| 4.6. Aspectos Éticos de la Investigación.....           | 70         |
| <b>Capítulo V .....</b>                                 | <b>72</b>  |
| <b>Resultados.....</b>                                  | <b>72</b>  |
| 5.1. Descripción de Resultados.....                     | 72         |
| 5.1.1. Métricas. ....                                   | 73         |
| 5.2. Contraste de Hipótesis.....                        | 89         |
| 5.2.1. Hipótesis General. ....                          | 91         |
| 5.2.2. Hipótesis Específica 1. ....                     | 92         |
| 5.2.3. Hipótesis Específica 2. ....                     | 94         |
| 5.2.4. Hipótesis Específica 3. ....                     | 95         |
| 5.2.5. Hipótesis Específica 4. ....                     | 97         |
| 5.2.6. Hipótesis Específica 5. ....                     | 98         |
| <b>Discusión.....</b>                                   | <b>100</b> |
| <b>Conclusiones.....</b>                                | <b>105</b> |
| <b>Recomendaciones .....</b>                            | <b>107</b> |
| <b>Referencias .....</b>                                | <b>109</b> |
| <b>Apéndices.....</b>                                   | <b>114</b> |



## Lista de Tablas

|                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1. Variable depresión.....                                   | 57 |
| Tabla 2. Variable resiliencia .....                                | 59 |
| Tabla 3. Propiedades psicométricas .....                           | 66 |
| Tabla 4. Validez .....                                             | 68 |
| Tabla 5. Fiabilidad .....                                          | 68 |
| Tabla 6. Confiabilidad del inventario de depresión .....           | 69 |
| Tabla 7. Confiabilidad de la escala de resiliencia.....            | 69 |
| Tabla 8. Prueba de normalidad .....                                | 70 |
| Tabla 9. Datos sociodemográficos .....                             | 72 |
| Tabla 10. Resumen de métricas .....                                | 73 |
| Tabla 11. Variable 1. Depresión .....                              | 74 |
| Tabla 12. Dimensión 1. Pensamiento negativo de sí mismo .....      | 76 |
| Tabla 13. Dimensión 2. Pensamiento negativo del mundo .....        | 78 |
| Tabla 14. Dimensión 3. Pensamiento negativo del futuro .....       | 79 |
| Tabla 15. Variable 2 Resiliencia.....                              | 81 |
| Tabla 16. Dimensión 1. Satisfacción personal.....                  | 82 |
| Tabla 17. Dimensión 2. Sentirse bien solo .....                    | 84 |
| Tabla 18. Dimensión 3. Confianza en sí mismo .....                 | 85 |
| Tabla 19. Dimensión 4. Ecuanimidad .....                           | 86 |
| Tabla 20. Dimensión 5. Perseverancia .....                         | 88 |
| Tabla 21. Magnitud del efecto .....                                | 90 |
| Tabla 22. Correlación entre Depresión y Resiliencia .....          | 92 |
| Tabla 23. Correlación entre Depresión y Satisfacción Personal..... | 93 |

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 24. Correlación entre Depresión y Sentirse bien solo .....    | 94 |
| Tabla 25. Correlación entre Depresión y Confianza en sí mismo ..... | 96 |
| Tabla 26. Correlación entre Depresión y Ecuanimidad .....           | 97 |
| Tabla 27. Correlación entre Depresión y Perseverancia .....         | 98 |

## Lista de Figuras

|                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------|----|
| Figura 1. Variable 1. Depresión.....                          | 75 |
| Figura 2. Dimensión 1. Pensamiento negativo de sí mismo ..... | 76 |
| Figura 3. Dimensión 2. Pensamiento negativo del mundo .....   | 78 |
| Figura 4. Dimensión 3. Pensamiento negativo del futuro .....  | 80 |
| Figura 5. Variable 2. Resiliencia .....                       | 81 |
| Figura 6. Dimensión 1. Satisfacción personal .....            | 83 |
| Figura 7. Dimensión 2. Sentirse bien solo.....                | 84 |
| Figura 8. Dimensión 3. Confianza en sí mismo.....             | 85 |
| Figura 9. Dimensión 4. Ecuanimidad.....                       | 87 |
| Figura 10. Dimensión 5. Perseverancia.....                    | 88 |

## Resumen

El objeto general de este estudio fue determinar la existencia de asociación de la depresión y resiliencia en soldados de una compañía de un Batallón Contraterrorista en la zona del valle de los ríos, Apurímac, Ene y Mantaro, (Vraem) en el 2024. Metodología: método científico, de tipo cuantitativo, alcance descriptivo correlacional y diseño no experimental de corte transversal. Se analizó la muestra de 108 soldados de un Batallón Contraterrorista ubicado en la región Junín, zona Vraem. Para la variable depresión se utilizó el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) que proporciona medida y presencia de la gravedad del trastorno. Para la variable resiliencia se utilizó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER) que brinda niveles psicométricos de resiliencia estructurado en cinco dimensiones. Los resultados fueron procesados utilizando el *software* R Studio, que es un programa creado específicamente para realizar análisis estadísticos y generar gráficos. Los resultados indican sobre la base del coeficiente de relación rho Spearman un valor rho de -0,89. Concluyendo que existe una fuerte correlación negativa entre resiliencia y depresión en los soldados de un batallón contraterrorista en la zona Vraem en 2024. Esto significa que, a mayor resiliencia, menor depresión. Finalmente, se recomienda realizar investigaciones continuas sobre la depresión y resiliencia en soldados, adoptando un enfoque interdisciplinario que integre las perspectivas de la psicología, la sociología y las ciencias militares. Es fundamental que los investigadores utilicen herramientas diagnósticas validadas, como el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, para evaluar con precisión los niveles de depresión y resiliencia, lo que permitirá diseñar intervenciones más efectivas y brindar un mejor apoyo a esta población.

**Palabras claves:** depresión, resiliencia, salud mental, soldados, trastorno, Vraem

## Abstract

The overall objective of our study was to determine the existence of an association between depression and resilience in soldiers of a company from a Counterterrorism Battalion in the Apurímac, Ene, and Mantaro river valley (Vraem) in 2024. Methodology: scientific method, quantitative approach, descriptive-correlational scope, and non-experimental cross-sectional design. A sample of 108 soldiers from a Counterterrorism Battalion located in the Junín region, Vraem zone, was analyzed. For the depression variable, the Beck Depression Inventory (BDI-II) was used to measure the presence and severity of the disorder. For the resilience variable, the Wagnild and Young Resilience Scale (RS) was employed, which provides psychometric levels of resilience structured into five dimensions. The results were processed using R Studio software, a program specifically designed for statistical analysis and graphical generation. The findings indicate, based on the Spearman rho correlation coefficient, a rho value of -0.89, concluding that there is a strong negative correlation between resilience and depression in soldiers of a Counterterrorism Battalion in the Vraem zone in 2024. This means that the higher the resilience, the lower the depression. Finally, it is recommended to conduct continuous research on depression and resilience in soldiers, adopting an interdisciplinary approach that integrates the perspectives of psychology, sociology, and military sciences. It is essential for researchers to use validated diagnostic tools, such as the Beck Depression Inventory (BDI-II) and the Wagnild and Young Resilience Scale, to accurately assess levels of depression and resilience, which will allow for the design of more effective interventions and provide better support to this population.

**Keywords:** depression, disorder, mental health, resilience, soldiers, Vraem

## Introducción

Las adversidades son inevitables en la vida cotidiana y profesional, afectando a todos con posibles enfermedades, accidentes, pérdidas y otros eventos traumáticos. Mientras algunas personas superan estas dificultades y se fortalecen, otras desarrollan depresión, caracterizada por un estado de ánimo variable, desinterés, baja autoestima y desesperación, que puede durar desde semanas hasta años, impactando gravemente su vida diaria. En el Perú, los militares y la Policía Nacional combaten el narcoterrorismo, pero los soldados voluntarios, debido a su corta formación, son más susceptibles a problemas físicos y psicológicos. En este contexto, la resiliencia es esencial para que estos soldados puedan afrontar las adversidades y mantener su bienestar.

Por tanto, esta investigación se centra en determinar la existencia de una relación entre depresión y resiliencia en los soldados de un Batallón Contraterrorista en la zona Vraem. Se ha demostrado que la depresión se relaciona con la resiliencia, como lo avalan diversas investigaciones. Por ejemplo, en la tesis realizada por Casas (2022) «Resiliencia y bienestar psicológico en el personal de tropa del servicio militar del cuartel Tarapacá – Tacna, 2021», concluyó que existe una relación altamente positiva entre la resiliencia y el bienestar psicológico ( $r = 0.860$ ) indicando que, a mayores niveles de bienestar psicológico, se evidencian también altos niveles de resiliencia en los miembros del servicio militar en dicho cuartel. Asimismo, el estudio de Ipanaque y Morales (2020), denominado «Estilos de afrontamiento al estrés y resiliencia en el personal de tropa de un cuartel militar de Cajamarca 2020», encontró una asociación directa, aunque significativamente débil, entre ambas variables.

La principal motivación de este estudio es mejorar el bienestar y la efectividad de los soldados en zonas de conflicto. Al identificar la relación entre depresión y resiliencia, se

pueden desarrollar intervenciones más efectivas para apoyar la salud mental de estos individuos y mejorar su capacidad operativa.

Esta investigación utiliza un método cuantitativo junto con un diseño no experimental de tipo transversal, optando por una muestra de 108 soldados, a quienes se les aplicaron el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER), instrumentos que fueron clave para la obtención de los datos pertinentes; además, los resultados fueron sometidos a un proceso de análisis mediante el uso del programa estadístico R Studio.

Para abordar este estudio, se consideró la siguiente estructura: El primer capítulo considera el planteamiento del problema, establecimiento de objetivos, justificación e importancia y viabilidad del estudio. En el segundo capítulo se detallan los antecedentes, bases teóricas del tema tratado y definición de términos básicos. El tercer capítulo describe la hipótesis y variables. El cuarto capítulo describe el tipo, alcance, diseño de investigación, aspectos de población y muestra, así como los instrumentos y técnicas empleadas para la recolección de datos y aspectos éticos de la investigación. El quinto capítulo expone los resultados obtenidos y se desarrolla la discusión de los hallazgos con el fin de analizarlos frente a estudios relacionados. Por último, se proponen conclusiones, recomendaciones, referencias y apéndices. Esta investigación pretende proporcionar una comprensión integral de la interconexión entre la resiliencia y la depresión en un contexto particular. Los hallazgos pueden ayudar en la implementación de programas para brindar apoyo psicológico y capacitación que mejoren la salud mental y el desempeño operativo de los soldados. Las limitaciones incluyen el diseño transversal, que no permite inferencias causales, y la limitación de la muestra a un solo batallón, lo que puede tener un impacto en la generalización de los resultados. Los factores que no se miden, como el apoyo social o las condiciones de vida fuera del ejército, también pueden influir en el resultado.

## Capítulo I

### Planteamiento del Problema

#### 1.1. Descripción del Problema

Según Montesó (2016), los trabajos teóricos sugieren que el término «depresión» se refiere a un trastorno afectivo que se manifiesta en un estado de ánimo y neurofisiología alterados de un individuo. La depresión a menudo se expresa mediante manifestaciones de ciertos signos psíquicos y físicos de naturaleza muy variada. Algunos síntomas son de naturaleza psíquica, incluyendo tristeza persistente, falta de motivación, desinterés en actividades que antes disfrutaban, baja autoestima y llanto frecuente. Desde el punto de vista somático, pueden presentar anorexia, astenia, pérdida de peso, trastornos del sueño, dolores físicos inexplicables y retraso psicomotor. Por su propia naturaleza, todas estas manifestaciones afectan significativamente la calidad de vida del individuo y lo vuelven altamente incapaz de funcionar con normalidad en el día a día.

Por otro lado, la resiliencia, según Lecomte (2013), «es la capacidad de crecer ante situaciones muy difíciles». Esta definición pone de relieve que la resiliencia implica mucho más que afrontar las dificultades, sino que también implica convertir los momentos difíciles en oportunidades de crecimiento personal. Mediante la resiliencia, las personas aprenden a adaptarse y recuperarse de experiencias traumáticas utilizando sus recursos internos y externos para superar los desafíos y convertir la experiencia negativa en un beneficio. Esta capacidad tan importante es mucho más relevante en el contexto de la depresión, ya que enseña a las personas a afrontar sus síntomas y lograr un mayor bienestar a largo plazo.

La depresión no es ninguna distinción, ya que típicamente florece en varios individuos; en particular, las probabilidades de un aumento considerable en aquellos que han sufrido abusos, pérdidas significativas u otros eventos estresantes. En tales casos, la depresión



constituye una condición médica con un alcance inclusivo que afecta a todos, ya sean jóvenes o viejos, hombres o mujeres, ricos o pobres, porque afecta la diversidad y la gravedad del bienestar individual y el desempeño en muchos aspectos diferentes de todos los que la padecen. Según la información proporcionada por la Organización Mundial de la Salud (2023), se estima que cerca del 3,8 % de la población global es aquejada por esta condición, lo que se traduce en un gran número de personas afectadas a nivel global, siendo este porcentaje aún más alto en el caso de los adultos, alcanzando un 5 %, lo que sugiere una relación más estrecha con este grupo etario, además, se observa una clara distinción entre géneros, dado que el 4 % de los hombres experimenta este trastorno, mientras que en las mujeres la prevalencia es significativamente mayor, llegando al 6 %. Esta diferencia sugiere que las mujeres podrían ser más propensas a desarrollar depresión, lo que podría atribuirse a una interacción multifacética entre elementos biológicos, hormonales, psicológicos y sociales, los cuales, al influir de manera conjunta, incrementan la vulnerabilidad de este grupo frente a la manifestación de este trastorno. La alta prevalencia de la depresión resalta la urgente necesidad de contar con estrategias efectivas de prevención, diagnóstico temprano y tratamiento, así como de aumentar la conciencia pública para reducir el estigma de este trastorno. La prevalencia estimada de la depresión en personas mayores de 60 años es de alrededor del 5,7 % y subraya un impacto considerable de este trastorno en esta categoría de edad; por otra parte, alrededor de 280 millones de personas en todo el mundo tienen episodios de depresión, lo que resalta la magnitud del problema y enfatiza su inclusión como un problema crítico de salud pública. Cada año, más de 700 000 personas mueren por suicidio debido a la depresión, una cifra agonizante que marca un enorme dolor y pérdida para las familias y las comunidades. Esta tragedia ahora coloca a la depresión en la cuarta posición entre las causas de muerte para las personas de 15 a 29 años, revelando de manera cruda la magnitud de esta realidad, es decir, cómo la pérdida de tantos jóvenes

florecientes de una edad tan crucial en sus respectivas vidas, se caracteriza por sus esquemas y un gran potencial aún por desarrollar, es un recordatorio urgente para priorizar la salud mental.

Una vez más, el suicidio no representa la pérdida de una sola vida; también desata una tempestad de devastación y confusión en las mentes de quienes conocieron y amaron a la persona involucrada. Las familias y los amigos quedan destrozados y armados con un corazón dolorido para preguntas impenetrables. Las secuelas no solo dejan heridas emocionales, sino que van más allá de eso, afectando a toda la comunidad en términos de pérdida representada por la ausencia de la contribución tanto social como económica. Esto es básicamente una instantánea de la gravedad del impacto que tiene la depresión en esta población más joven, una sociedad que en realidad se supone que está en la flor de la vida. La alta tasa de suicidios es un testimonio de la desesperanza y el profundo sufrimiento que puede traer consigo un trastorno de este tipo. La depresión, por lo tanto, no solo perjudica de manera significativa el bienestar de quienes la sufren, sino que, si no se trata de forma apropiada, tiene el potencial de derivar en consecuencias fatales. La necesidad de aumentar la conciencia, la detección temprana y el acceso a tratamientos efectivos es más urgente que nunca para combatir esta creciente crisis de salud masculina OMS (2023).

Haciendo referencia a la depresión en soldados, a nivel mundial, centrados en Estados Unidos, la depresión ha pasado a ser un principal factor de mortalidad entre los militares estadounidenses que el propio combate en sí. Las estadísticas son elocuentes por sí mismas. Diariamente, un soldado que ha retornado de una zona de conflicto se quita la vida en Estados Unidos. Por ejemplo, el número total de militares que han fallecido por suicidio después de regresar de Afganistán excede la cuantía de bajas en combate registradas en ese mismo lugar. El sistema asistencial está desbordado y carece de suficientes profesionales especializados para atender a los efectivos del ejército que se enfrentan a trastornos psicológicos tras regresar del combate. Los datos representan un déficit en la resiliencia del soldado al afrontamiento del

trastorno de estrés postraumático (PTSD) y la depresión (Díez, 2020). Por otro lado, según datos de El País (2019), en España, se calcula que alrededor de 20 de cada 800 soldados podrían requerir alguna forma de atención debido a la depresión o la ansiedad mientras están en una zona de conflicto. Además, es importante mencionar que muchos soldados optan por buscar atención médica en el sector privado, y a menudo no se tiene información sobre si están recibiendo tratamiento o no, a menos que se les dé una baja médica.

En Latinoamérica, se toma como ejemplo a Colombia, en donde, según El País (2019), de acuerdo con cifras preliminares conocidas por medios de comunicación, a junio de 2022, 41 efectivos de las Fuerzas Armadas se quitaron la vida, de los cuales 34 eran del Ejército. En el ámbito de la PNP, se registraron 92 691 pacientes, y las afecciones principales estaban relacionadas con trastornos de ansiedad y depresión combinados, esquizofrenia paranoide y estrés postraumático. Por otro lado, la Dirección General de Sanidad Militar proporcionó sus propias estadísticas, que difieren en al menos un 50 % en comparación con las de la Procuraduría. Según la información compartida con El País por esta dirección, 12 836 usuarios documentados de las Fuerzas Armadas (entre militares en activo y retirados y sus beneficiarios) recibieron atención por problemas de salud psíquica en el pasado año, de los que tan solo el 16 % (sobre las 2000 personas) eran efectivos militares activos.

En Perú, de acuerdo con la Defensoría del Pueblo (2023), son ya más de 8 millones los peruanos que han experimentado al menos un padecimiento mental durante su vida. No obstante, no todos acceden al tratamiento necesario, ya que solo 1 de cada 10 personas que requieren atención especializada reciben dicho tratamiento. En el informe Defensorial N.º 42, se menciona que, durante la ejecución del servicio militar en Perú, los nuevos reclutas se encuentran bajo condiciones extremadamente rigurosas, que en muchas ocasiones pueden ser consideradas como tratos psicológicos degradantes, crueles e inhumanos. En este sentido, la estricta disciplina, obediencia absoluta, jerarquía inflexible y pérdida de conexión con el resto

del mundo han provocado signos de algún trastorno en miembros jóvenes, incluso adolescentes en muchas ocasiones, los cuales se manifiestan en síntomas de enfermedades mentales de origen genético como psicosis, esquizofrenia, depresión, entre otras, que previamente no habían aparecido.

Morales (2022), refiere que, considerando al personal que se enrola de manera voluntaria en diversas unidades militares, es importante señalar que la mayor parte se encuentra dentro del rango etario de 18 a 30 años. Este grupo demográfico se caracteriza por ser particularmente vulnerable ante enfoques autoritarios y jerárquicos que promueven una disciplina basada en métodos rígidos, donde prevalece la fuerza y la violencia en lugar de fomentar el desarrollo de habilidades interpersonales más suaves. Este enfoque autoritario limita la inclusión de habilidades de comunicación y empatía. Por consiguiente, existe la posibilidad de que esta vulnerabilidad en el personal de tropa pueda dar lugar, en el futuro, a la manifestación de síntomas depresivos.

Morales (2022), expresa que, los factores que pueden generar la depresión en los soldados son las siguientes: experiencias traumáticas en el servicio, estrés relacionado con el servicio, falta de apoyo emocional, estigma y presiones sociales. Por otro lado, las consecuencias generadas son el deterioro del bienestar emocional, dificultades en el rendimiento laboral, aumento del riesgo de suicidio, problemas en las relaciones interpersonales, dificultades en la aclimatación a la vida civil.

Rutter (2012) menciona que, la depresión y resiliencia están estrechamente vinculadas, formando una interacción dinámica que puede influir tanto en el desarrollo de trastornos mentales como en su recuperación. Se puede interpretar que la resiliencia funciona como una especie de «escudo» que protege a las personas frente a las dificultades emocionales, incluidas aquellas que conducen a la depresión. En otras palabras, las personas resilientes son más

capaces de afrontar eventos adversos sin verse abrumadas por ellos, reduciendo así su vulnerabilidad a desarrollar depresión.

Al mismo tiempo, la depresión tiene un impacto negativo en la resiliencia. Cuando una persona está deprimida, su capacidad de adaptación y recuperación frente a nuevos retos se ve disminuida. Esto genera un ciclo problemático: la depresión erosiona la resiliencia, y la falta de resiliencia aumenta la probabilidad de caer en nuevos episodios depresivos.

Tanto la prevención como el tratamiento de la depresión deben incorporar el desarrollo de la resiliencia como un componente central. Al fortalecer las habilidades de afrontamiento y el apoyo emocional, las personas pueden mejorar su capacidad para superar las adversidades y, en consecuencia, reducir los efectos negativos de la depresión en sus vidas. También son importantes los factores externos, como el apoyo social y un entorno positivo, en el fortalecimiento de la resiliencia y la protección contra la depresión.

## **1.2. Formulación del Problema**

### **1.2.1. Problema General.**

¿Cuál es la relación que existe entre depresión y resiliencia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024?

### **1.2.2. Problemas Específicos.**

- a) ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y satisfacción personal en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024?
- b) ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024?
- c) ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024?

**d)** ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y ecuanimidad en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024?

**e)** ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y perseverancia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024?

### **1.3. Objetivos de la Investigación**

#### **1.3.1. Objetivo General.**

Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y resiliencia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

#### **1.3.2. Objetivos Específicos.**

**a)** Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y satisfacción personal en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

**b)** Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

**c)** Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

**d)** Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y ecuanimidad en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

**e)** Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y perseverancia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

### **1.4. Justificación de la Investigación**

La base normativa N.º 29248 «Ley del Servicio Militar» prohíbe el reclutamiento forzoso; sin embargo, establece que el individuo de 18 y 30 años, sea varón o mujer, es libre

de ejercer voluntariamente su derecho de participar en la seguridad, desarrollo y defensa nacional. Tras la secuela de la propagación del covid-19, se ha concedido más importancia al valor de la función policial y de los soldados; por esta razón, se han mejorado sus beneficios tales como educación y salario. Así pues, en la selva peruana, se reclutan de forma voluntaria; no obstante, se considera que su motivación no son los beneficios proporcionados por parte de la institución militar sino por sus valores cívicos a la patria. Esto debido a que durante años los soldados del Perú, especialmente los instruidos en zona Vraem, vienen enfrentándose al reto de sobrevivir en luchas constantes con narcoterroristas; y a pesar de eso, no cesa el servicio militar voluntario.

Sin embargo, en el camino de esta formación militar, hay quienes, quizá, por tensión, soledad, tristeza, miedo u otros factores resuelven optar por la desertión. Es así como en el ámbito psicológico es importante conocer detalladamente la relación que existe entre estos constructos.

El estado de salud integral es nulo sin la buena condición psicológica. Por ello, promover la salud mental es fundamental: se trata de identificar y abordar a tiempo cualquier problema en este campo, lo que, a su vez, ayuda a prevenir tanto los trastornos emocionales como las enfermedades físicas y comportamientos desfavorables (OMS, 2004).

El estudio es relevante debido a la alta exigencia y los riesgos que enfrentan los soldados en esta zona de conflicto. Aunque hay investigaciones sobre la salud mental en personal militar, son escasos los estudios sobre depresión y resiliencia en soldados activos en operaciones contraterroistas. Este estudio es importante porque los soldados en el Vraem están sometidos de forma constante a intensos niveles de tensión, que puede aumentar la depresión, pero también fomentar la resiliencia. Comprender esta relación permitirá diseñar mejores estrategias de apoyo psicológico y entrenamiento emocional, contribuyendo de manera notable tanto el bienestar general de los soldados como el desempeño de las tropas en contextos de conflicto.

A nivel teórico, la presente investigación brinda información sobre cómo se relacionan las variables depresión y resiliencia; exponiendo sus principales dimensiones y describiendo cómo estas se correlacionan. Asimismo, permite obtener referencias de base para posteriores indagaciones.

A nivel práctico, al realizar este estudio, el personal profesional capacitado, calificado y especializado en el tema, podrá realizar planteamiento de intervenciones enfocadas en los problemas emocionales o psicológicos hallados, así como contemplar el alcance integral de esta labor en las esferas de la atención sanitaria para la promoción, la prevención, diagnóstico y tratamiento.

A nivel metodológico, este estudio refuerza el conocimiento científico dada la limitada información de investigaciones previas o antecedentes, así como la indagación y exposición de la relación entre estas variables como constructos en la población a investigar permitiendo el descubrimiento de información actualizada y útil.

A nivel social militar, esta investigación permitirá a la institución reforzar su posibilidad de impulsar el tratamiento postraumático, estrategias de afrontamiento, certidumbre y resistencia en toda su población. Se espera que los soldados puedan reaccionar positivamente ante diferentes adversidades; además de sus situaciones, establezca en ellos un vínculo de confianza entre sí mismos, entre pares, líderes y subordinados.

### **1.5. Viabilidad**

Es factible, ya que se cuenta con la revisión y autorización de las autoridades de la base contrterrorista; así como la disposición del personal militar de dicho centro para colaborar con esta investigación y de esta manera poder obtener resultados verídicos y confiables.



## **Capítulo II**

### **Marco Teórico**

#### **2.1. Antecedentes**

##### **2.1.1. A Nivel Internacional.**

Cornejo (2021) desarrolló la investigación «Ansiedad, depresión y estrés postraumático en el Personal Militar involucrado en Misiones de Paz: la experiencia en Prevención de la Salud Mental al Contingente Argentino en Haití 2004, a un mes del paso del huracán Jeanne». Luego del paso del huracán Jeanne, el responsable máximo de las Fuerzas Armadas ordenó un Examen de Sanidad del Personal Militar desplegado en MINUSTAH. Un comité evaluador llevó a cabo actividades para identificar síntomas de ansiedad, depresión y manifestaciones asociadas al estrés postraumático, en el marco de iniciativas de prevención en salud mental; así mismo, en aquellos casos en los que se detectaron tales síntomas, se procedió a solicitar la atención primaria correspondiente para garantizar el bienestar del personal afectado. Metodológicamente, este estudio se estructuró bajo un enfoque no experimental, empleando un diseño transversal descriptivo. En cuanto a los hallazgos, estos mostraron una mayor cantidad de casos en Gonaïves, quienes recibieron atención oportuna.

Parra Poli (2023), en su estudio «Resiliencia en el Ejército: Implicancias de la recuperación efectiva de la Fuerza», destaca que el Apoyo al Combate abarca tanto funciones logísticas como administrativas, las cuales garantizan la eficiencia del personal y los equipos en misiones militares. Dada la presión y los riesgos del entorno operativo, la recuperación de la fuerza es crucial, y la resiliencia se propone como una habilidad esencial para los soldados. Esta competencia les permite enfrentar la incertidumbre y los sacrificios de la vida militar, donde asumen tareas riesgosas que pueden requerir hasta la entrega de la vida por la patria. El

artículo destaca cómo el Apoyo al Combate se erige como un elemento esencial dentro de las operaciones militares.

Fúnez (2020), en su estudio «Calidad de vida relacionada con la salud y resiliencia en militares españoles», analizó de manera exhaustiva la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) y la resiliencia, focalizándose en un grupo de 397 soldados españoles. Los resultados muestran que los soldados tienen una CVRS más elevada en comparación con quienes pertenecen al ámbito civil, por lo cual, se percibe un panorama favorable en cuanto a su estabilidad tanto física como mental. Sin embargo, sus niveles de resiliencia no son altos, lo que indica que no siempre se adaptan fácilmente a situaciones adversas, a pesar de su buen estado de salud general.

Cerquera y Matajira (2020) desarrollaron la investigación «Estrategias de afrontamiento y nivel de resiliencia presentes en adultos jóvenes víctimas del conflicto armado colombiano: un estudio correlacional», donde se propusieron examinar la asociación entre las tácticas de afrontamiento y la resiliencia en un grupo de adultos jóvenes impactados por el conflicto armado colombiano, buscando comprender cómo estos factores interactúan y contribuyen a su capacidad de adaptación frente a las secuelas de dicho conflicto. Metodológicamente, la investigación se realizó bajo un enfoque descriptivo-correlacional bajo una metodología cuantitativa desarrollada en las localidades de Bucaramanga, Piedecuesta, Floridablanca y Girón. La muestra estuvo conformada por 70 participantes y se utilizó una entrevista semiestructurada. Finalmente, los resultados mostraron que la muestra tuvo avances relevantes en la implementación de varias estrategias de afrontamiento como el apoyo social, la religión y las respuestas de agresión impulsiva, mientras que el progreso fue limitado en aspectos clave como la resolución de conflictos y la orientación hacia la búsqueda de ayuda profesional. Los puntajes del nivel de resiliencia fueron moderadamente bajos en toda la muestra. También se encontró que la evitación emocional se relaciona con la ecuanimidad y el

bienestar positivo en soledad. Finalmente, se propone que los estilos de afrontamiento desadaptativos contribuyen al surgimiento de trastornos psicopatológicos, lo que dificulta su fortalecimiento y desarrollo en este contexto de conflicto.

Allauca (2022), en su estudio «Programa de resiliencia para mejorar la adaptación a la vida militar de cadetes de una escuela militar, Quito 2022», se centró en evaluar los efectos de un programa de resiliencia sobre la adaptación a la vida militar de cadetes de primer curso. Para ello, la investigación enmarcó como aplicada con un diseño preexperimental, y participaron 165 cadetes. Para evaluar el proceso de adaptación, se empleó el Inventario de Adaptación de la Conducta, herramienta que permitió medir el ajuste de los cadetes en cuatro áreas clave: personal, familiar, escolar y social. Los resultados mostraron que el programa reforzó de forma notoria la adaptación en las dimensiones personal, escolar y social, reflejándose en un incremento sobresaliente de los niveles de adaptación moderada y alta, mientras que los niveles de adaptación baja experimentaron una disminución considerable. Sin embargo, en la dimensión familiar, la mejora fue mínima y no estadísticamente significativa.

### **2.1.2. A Nivel Nacional.**

Casas (2022), en su estudio «Resiliencia y bienestar psicológico en el personal de tropa servicio militar del cuartel Tarapacá – Tacna, 2021», que tuvo como fin principal establecer la asociación entre ambas variables. En el aspecto metodológico, el estudio se desarrolló bajo un enfoque de naturaleza básica, con un diseño no experimental y transversal, empleando una encuesta tipo test como herramienta principal para el recojo de información, la muestra incluyó a 252 miembros de la tropa. Los resultados mostraron un vínculo positivo entre resiliencia y bienestar psicológico, con un nivel elevado de resiliencia (42.2 %) y de bienestar psicológico (50.4 %). Se concluyó que existe una relación altamente positiva entre las dos variables, con un valor  $r = 0.860$ , indicando que un mayor bienestar psicológico está relacionado con una

mayor resiliencia en el personal del cuartel Tarapacá – Tacna, indicando que aquellos con un mejor estado emocional tienen una mayor capacidad para enfrentar y superar las dificultades propias del entorno militar.

Mera y Pomasoncco (2021) en su investigación «Resiliencia y satisfacción con la vida en jóvenes de 18 a 25 años del servicio militar voluntario del cuartel Cabitos, Segunda Brigada de Infantería – Ayacucho, 2020», cuyo propósito fue establecer la conexión existente entre los niveles de resiliencia y la percepción de satisfacción con la vida en jóvenes que se encuentran dentro del rango de edad mencionado. El estudio fue clasificado como básico, no experimental de tipo transversal y complementado con un nivel descriptivo-relacional; además, se trabajó con 97 personas que formaban parte del servicio militar voluntario y quienes conformaron la muestra. Para evaluar la resiliencia, se recurrió a la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, junto con la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener, la cual permitió medir de manera adecuada la satisfacción con la vida, complementando así la evaluación de ambas variables dentro del marco de la investigación. Respecto a los hallazgos obtenidos, se pudo constatar que un 28.9 % de los jóvenes presentó niveles moderados tanto en resiliencia como en satisfacción con la vida; el 23.7 % presentó resiliencia baja, pero con satisfacción considerable; y el 9.2 % tuvo resiliencia moderada y alta satisfacción. Así mismo, los datos reflejaron una asociación estadísticamente significativa entre las dos variables de estudio, evidenciada por un valor  $R = 0.474$ , lo que conforme con los jóvenes, desarrollan una mayor capacidad para adaptarse y superar adversidades, es probable que también experimenten una mejora en su percepción del bienestar y satisfacción general con la vida.

Ipanaque y Morales (2020), en su estudio «Estilos de afrontamiento al estrés y resiliencia en el personal de tropa de un cuartel militar de Cajamarca 2020», analizaron la asociación entre el estrés y la resiliencia en el mencionado personal. En este contexto, se adoptó un enfoque de tipo fundamental, implementando un diseño no experimental y transversal; en

consecuencia, se seleccionó una muestra de 172 soldados jóvenes del Batallón de Infantería, pertenecientes a una población total de 310 individuos. Los hallazgos arrojaron un valor rho de 0,186, lo que sugiere que se observó una conexión directa, aunque considerablemente débil, entre el enfoque de afrontamiento emocional y los niveles de resiliencia.

Huanay (2019) en su estudio «Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en zona Vraem del Ejército Peruano», su principal finalidad fue identificar la conexión de niveles de resiliencia y métodos de afrontamiento del estrés en el voluntariado de efectivos militares del Ejército del Perú del Vraem en 2018. Se empleó el método científico, con arreglo correlacional, no experimental y transversal, debido a esto, para poder recoger los datos se recurrió a la aplicación de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, y el Cuestionario COPE de Afrontamiento del Estrés, los cuales fueron administrados a una muestra de 137 soldados. En cuanto a los hallazgos obtenidos, estos muestran una asociación significativa con valor  $p$  ( $0.000 < 0.050$ ) relacionando los niveles de resiliencia a soldados de infantería en sus niveles de afrontamiento al estrés.

Cancho y Herrera (2019), en su investigación «Depresión y la resiliencia de los pacientes militares con VIH que acuden al Centro Médico Naval, Bellavista-2017», se analizó la conexión entre depresión y resiliencia en los militares afectados por el VIH, además de estimar la satisfacción personal, la ecuanimidad, la confianza en sí mismo y la perseverancia en relación con la depresión. En el marco de este estudio, se adoptó el método científico, complementado con un diseño descriptivo, transversal y de tipo básico; además, para el recojo de información, se recurrió a la aplicación de herramientas específicas como la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, y el Inventario de Depresión de Beck, que fueron administradas a una muestra no probabilística de 90 pacientes militares diagnosticados con VIH. Los hallazgos fueron analizados utilizando la prueba de chi-cuadrado de independencia, arrojando un valor de 54.608 y un valor  $p$  de 0.000, cifra que indica que no se hallaron

discrepancias relevantes desde el punto de vista estadístico en la interacción entre las variables examinadas.

Guevara (2019), en su investigación «Resiliencia e inteligencia emocional en los alumnos de la Escuela de Aviación Naval del Perú, Callao - 2019» cuya finalidad fue establecer la asociación entre estas variables. En el enfoque del estudio, se utilizó un planteamiento cuantitativo, complementándolo con un diseño no experimental y transversal. En total se incluyó en la muestra a 100 estudiantes, y en cuanto a los instrumentos de medición se administró la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, y el Inventario de Cociente Emocional de Baron. Los hallazgos indicaron una asociación positiva moderada ( $\rho = 0,59$ ) entre la resiliencia y la inteligencia emocional, concluyendo que con el aumento de la resiliencia también se favorece el crecimiento de la inteligencia emocional, ayudando en el manejo del estrés y el bienestar emocional de los estudiantes.

## **2.2. Bases Teóricas**

### **2.2.1. Depresión.**

En concordancia con la Asociación Americana de Psicología (2017), la enfermedad se manifiesta con sentimientos abrumadores de tristeza y desesperanza que a menudo interfieren con las actividades diarias y pueden producir incluso dolor físico. Ejerce una poderosa influencia en quienes la padecen, haciendo que les resulte mucho más difícil realizar sus funciones habituales y que lo hagan junto con sufrir efectos físicos y emocionales.

Por otro lado, para Rojas (2006), la depresión comprende un conjunto de desórdenes psicológicos que pueden ser tanto inherentes como adquiridos. Así, el repertorio de sus síntomas es muy amplio e incluye desde problemas somáticos, psicológicos, cognitivos y de conducta hasta alteraciones en la capacidad de expresión personal. Entonces, la depresión no

solo modifica el estado de ánimo de la persona, sino que puede afectar profundamente su funcionamiento cotidiano y su propia imagen.

Según la investigación realizada por Seligman, la depresión está asociada a la indefensión aprendida. Uno de los síntomas principales de la depresión es la sensación de incapacidad para controlar los acontecimientos de la vida, lo que se ha definido como «pesimismo extremo». Las personas que están gravemente deprimidas tienden a sentirse totalmente inválidas y perciben que, independientemente de lo que hagan para mejorar la situación, en realidad no tiene sentido; son casi indistinguibles de quienes muestran síntomas de desesperanza aprendida. Seligman reconoce que estas comparaciones indican que la desesperanza es el término general bajo el que se engloba la depresión: la sensación de inutilidad de cualquier esfuerzo por cambiar la situación está siempre presente (Schultz y Schultz, 2010).

Según la APA y Rojas (2006), la depresión es un estado caracterizado por niveles extremadamente bajos de felicidad en la vida y desesperanza, en el que incluso las actividades cotidianas se convierten en experiencias dolorosas de las que no se puede escapar ni siquiera del dolor físico. Rojas (2006) matiza también esta definición al especificar que la depresión puede tener síntomas somáticos o cognitivos o algunas manifestaciones conductuales, así como el funcionamiento expresivo personal. Ambos coinciden en que la depresión es casi predominante en el bienestar de las personas que la padecen en términos de factores fisiológicos y emocionales o en las actividades diarias de estas personas. En relación con el trabajo de investigación de Seligman sobre la indefensión aprendida, este vínculo con la depresión se centra en el sentimiento de esas personas de que son impotentes para controlar sus vidas y de que cualquier esfuerzo por alterar su situación actual está destinado al fracaso, expresando así una especie de «pesimismo absoluto» y desesperanza característica.

### **2.2.1.1. Etiología.**

**A. Biológicas.** Según Hornstein (2006), la causación interna puede ser desconocida o incluso no tener una causa interna que se pueda identificar. Sugiere que, a lo mejor, se puede aliviar o cambiar sus síntomas mediante fármacos, a pesar de la duda sobre su origen exacto. Este es otro punto que da cuenta de la complejidad y las controversias que existen en torno a su génesis en referencia a las causas profundas que la han llevado a existir. Agréguele a esta perspectiva la indicación de que esos medicamentos se consideran como una posibilidad más para tratar sus manifestaciones clínicas.

En consonancia con esto, para Braunstein (1987), los estudios indican que, aunque las enfermedades psiquiátricas como la depresión aún no se comprenden desde una perspectiva completamente neurobiológica, los fármacos que se utilizan en la actualidad para tratarlas funcionan de manera eficaz para aliviar los síntomas en muchos pacientes. A pesar de las complejidades y las lagunas en la percepción de los mecanismos específicos que provocan estas enfermedades, la farmacoterapia se está convirtiendo rápidamente en una parte integral del tratamiento de la depresión.

Los antidepresivos son eficaces para tratar síntomas graves como la tristeza profunda, la falta de interés en las actividades cotidianas y los pensamientos autodestructivos. Muchos pacientes han mejorado notablemente su calidad de vida gracias a estas opciones de tratamiento avanzadas. Estas nuevas fronteras de la medicina brindan esperanza y alivio a quienes sufren depresión para que recuperen el control de sus vidas y vuelvan a disfrutar y encontrar un propósito en su trabajo diario. Esta es una afirmación que justifica la aplicación de la farmacología como arma terapéutica eficaz a pesar de las deficiencias actuales.

Por otro lado, Hornstein (2006), señala también que la bioquímica puede aliviar la brusquedad durante el estado depresivo, al tiempo que postula que los desequilibrios actuales en la autoestima o en las relaciones interpersonales pueden iniciar y mantener el trastorno. Esta



visión integradora subraya la complejidad del fenómeno depresivo al poner énfasis en la interacción entre las influencias bioquímicas, las experiencias de la infancia y la dinámica interpersonal tal como se manifiesta.

Según Ramírez (2020), el aspecto etiológico de la depresión ha sido objeto de debate desde hace mucho tiempo en relación con factores genéticos o ambientales. Se acepta generalmente que la contribución genética es significativa, aunque no determinante, en todos los casos de trastornos mentales. En cambio, otras enfermedades como la diabetes mellitus o el cáncer de mama tendrían una heredabilidad de alrededor del 60 %. Otros trastornos, como la esquizofrenia, el autismo, el trastorno bipolar y otros, muestran heredabilidades relativamente más altas, de hasta el 80 %. Estas cifras indican una alta carga genética en su desarrollo. Por el contrario, el trastorno llamado trastorno depresivo mayor muestra una heredabilidad cercana al 40 %, una cifra que implica que los factores ambientales son primarios en su origen. Estos factores no solo modifican la estructura del cerebro, sino que también podrían alterarla mediante mecanismos epigenéticos. En resumen, aunque la predisposición genética puede considerarse relevante, los contextos ambientales, junto con los procesos epigenéticos, son cruciales para comprender la etiología de la depresión mayor.

Según Gerarg (2012), la etiología de la depresión es tal que puede ser abordada desde múltiples ángulos teóricos, incluyendo la genética, la neurociencia, la psicología y la sociología, entre otros. Estas disciplinas en su mayoría no están integradas de manera sinérgica, sino que tienden a ser excluyentes y dogmáticas. No obstante, en este momento, se reconoce que ninguna de estas hipótesis podría explicar completamente fenómenos como el inicio, el curso y las recurrencias del trastorno depresivo con consideraciones puramente biológicas, psicodinámicas o sociales. Se necesita un enfoque integrador que abarque las complejidades entre los factores biológicos, el perfil psicológico individual y el entorno social. Gerarg (2012) propone un modelo integrador que prioriza la multidisciplinariedad y subraya la intervención

temprana mediante una combinación personalizada de medicación y psicoterapia breve desde el primer episodio depresivo. Este enfoque no solo pretende comprender la génesis de los trastornos depresivos, sino que también intenta prevenir su enraizamiento y proteger a la persona contra la vulnerabilidad a las tensiones que pueden implicar tales cambios a nivel funcional cerebral.

Por último, desde un punto de vista neurológico, el trastorno depresivo se asocia con el deterioro de mecanismos funcionales en regiones cerebrales específicas, como las áreas frontal y límbica. Esto pone de relieve el proceso neurobiológico en la comprensión del estado depresivo y la idea de que el gradiente de anomalías en estos dominios cerebrales puede desempeñar un papel fundamental cuando hay un déficit neurotransmisor de serotonina, dopamina y noradrenalina en la comunicación entre neuronas.

**B. Ambientales.** Las experiencias psicológicas son enfatizadas en su inevitable y fuerte influencia sobre los procesos bioquímicos del cerebro, como lo evidencian Vincent (1986) y Kandel (1979). Estos autores sostienen que los cambios en la química del cerebro pueden ser inducidos por factores ambientales perjudiciales y favorecer la aparición de la depresión. Por ejemplo, las experiencias prolongadas de desesperanza y tristeza patológica, junto con eventos traumáticos o situaciones de pérdida, pueden alterar dramáticamente la constitución emocional y mental de una persona.

Entre los factores de riesgo identificados, los más destacables son los antecedentes familiares de depresión, los conflictos en el entorno familiar y social y los acontecimientos estresantes como el duelo (Clayton, 1979). Estos factores no solo aumentan la vulnerabilidad a la depresión, sino que también pueden prolongar o intensificar la sintomatología depresiva. La pérdida de un ser querido, ya sea un familiar cercano o un amigo querido, puede generar sentimientos de dolor profundo y eterno en esa persona, perjudicando gravemente su salud mental. Esta pérdida sume al doliente en un torrente de dolor indescriptible, por no hablar de

toda una serie de complicaciones emocionales que pueden ir desde la ansiedad y la depresión hasta la desesperanza generalizada. Incluso los conflictos que duran mucho tiempo, como las peleas familiares, los problemas persistentes en el lugar de trabajo o las relaciones tóxicas, producen una respuesta de estrés crónica que hace estragos en cualquier bienestar emocional y psicológico.

El estrés crónico generado por tales situaciones es probable que se exprese en diferentes síntomas: físicos y mentales. El individuo manifiesta fatiga persistente, insomnio, irritabilidad, problemas de concentración, falta de armonía con el bienestar general todos los días; los efectos a largo plazo que los factores estresantes podrían tener en el individuo, interfiriendo en su capacidad de experimentar los placeres de la rutina y disfrutar de una buena salud.

Además, se observa que las personas que atraviesan un duelo reciente pueden comenzar a expresar síntomas que se asemejan a los de un trastorno depresivo. Este fenómeno reitera cómo las experiencias emocionales intensas pueden desencadenar respuestas bioquímicas y psicológicas que emulan los síntomas característicos de la depresión. Por lo tanto, los factores ambientales que conducen a la depresión deben comprenderse y abordarse para desarrollar estrategias efectivas de prevención y tratamiento que incluyan los aspectos biológicos y psicológicos junto con las circunstancias y el entorno que rodea a una persona (Clayton, 1979).

#### ***2.2.1.2. Clasificación del Episodio Depresivo.***

Este y otros manuales de diagnóstico reconocidos en psiquiatría y psicología clínica, como la Clasificación Internacional de Enfermedades, 10.<sup>a</sup> Revisión, y el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, 5.<sup>a</sup> edición, clasifican el episodio depresivo según la gravedad y la duración de los síntomas específicos. Gran parte de la comprensión y el diagnóstico preciso de un buen número de subcategorías de depresión, desde las formas agudas

y graves hasta las crónicas de la enfermedad, pueden tener un impacto duradero en la vida diaria de quienes la padecen.

**a) *Trastorno depresivo mayor, episodio único.*** Se caracteriza por la manifestación de un cuadro clínico depresivo intenso y severo, que puede durar desde varias semanas hasta varios meses, y que se acompaña de síntomas como un estado de ánimo predominantemente depresivo, que puede experimentarse como una tristeza abrumadora o simplemente como una sensación persistente de vacío emocional. Cuando se está en un proceso depresivo se suele llegar a un punto de vista de pérdida de interés y disfrute en aquellas cosas que habitualmente solían aportarles emoción – pasatiempos, deportes, relaciones sociales con amigos, familia, etc.–. También se experimentan importantes cambios en el apetito y en los patrones de sueño por parte de las personas, con pérdida y aumento de peso, insomnio o necesidad de dormir la mayor parte del tiempo. Este tipo de episodio depresivo puede llegar a ser tan incapacitante que al paciente le puede resultar difícil continuar con su trabajo o incluso con sus actividades cotidianas normales, a la vez que muchos casos requieren una intervención terapéutica urgente y un apoyo continuo.

**b) *Depresión mayor recurrente.*** Se caracteriza por la presencia de episodios repetidos de severa tristeza y desesperación a lo largo de la vida de los individuos, en los que, aunque cada episodio incluye síntomas depresivos similares a los de un solo episodio, hay interludios entre cada uno en los que los síntomas pueden disminuir en intensidad o incluso cesar por completo. Estos períodos de remisión de los síntomas pueden variar en duración y pueden estar asociados con un grado significativo de recuperación de la función, aunque muchas personas experimentan un deterioro social, ocupacional o personal continuo entre episodios.

- c) ***Distimia***. Más conocida como trastorno depresivo persistente, es un trastorno crónico del estado de ánimo en el que la persona permanece deprimida de forma continua durante un largo periodo de tiempo. Debe estar presente en los adultos durante al menos dos años, o en los niños y adolescentes durante al menos un año. La mayoría de los síntomas son más leves que los que provocan los episodios depresivos mayores, pero su naturaleza constante y persistente dificulta el funcionamiento diario del individuo. La larga duración suele tener repercusiones significativamente negativas en la calidad de vida y la capacidad para funcionar en la rutina diaria. Además de los síntomas depresivos comunes, la distimia también puede conllevar pérdida de autoestima, desesperanza crónica y un estado mental carente de mucho placer.
- d) ***Otros trastornos depresivos***. Esta categoría se aplica a los episodios depresivos que no cumplen todos los criterios necesarios en los subtipos anteriores, pero que aun así provocan malestar clínicamente significativo o deterioro funcional en el individuo. Esto podría incluir síndromes que son demasiado leves para alcanzar el estado episódico mayor en toda su extensión o síntomas que están asociados con otras afecciones médicas o psiquiátricas. Esta clasificación es útil cuando los síntomas interfieren con las actividades de la vida diaria, pero no alcanzan los estándares de duración o gravedad aplicables a otros diagnósticos específicos.

### ***2.2.1.3. Síntomas y Criterios Diagnósticos.***

La depresión es muy difícil de definir porque se manifiesta en muchos tipos diferentes de síntomas que afectan no solo al bienestar emocional de las personas sino también considerablemente a su funcionamiento en prácticamente todas las esferas de la vida diaria. Desde el punto de vista motivacional, se puede caracterizar por una falta general de interés o de capacidad para sentir placer en actividades que antes producían satisfacción, denominada

anhedonia, y una marcada disminución de la energía y de la motivación para completar las actividades cotidianas. Estos cambios pueden estar asociados a alteraciones del sueño como el insomnio o la hipersomnia o alteraciones del apetito como la pérdida o el aumento del apetito. Estos síntomas deben estar presentes durante al menos 2 semanas según las directrices por las que se elabora la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10).

En concordancia con el CIE-10, para poder diagnosticar un episodio depresivo, debe cumplir con criterios específicos que excluyen otras causas como el consumo de sustancias psicoactivas o trastornos mentales orgánicos. Es fundamental que los síntomas depresivos no sean atribuibles a estados maníacos o hipomaníacos, que son características de los trastornos bipolares. Además de los síntomas ya mencionados, los criterios diagnósticos también requieren, en este contexto, la manifestación de sentimientos como tristeza, vacío o desesperanza, así como dificultades para concentrarse, tomar decisiones o recordar detalles importantes. Otros síntomas comunes pueden abarcar irritabilidad, agitación o retraimiento social significativo, dependiendo del individuo y la gravedad del episodio.

**a) Emocionales.**

- ✓ **Anhedonia:** Según Théodule Armand Ribot (1839-1916), es la «incapacidad de experimentar placer». Es transitoria en la depresión y una característica permanente en la esquizofrenia (Berstein y Riedel, 1987). Se ha convertido en criterio diagnóstico en distintas clasificaciones de la depresión mayor (RDC, 1978).
- ✓ **Ansiedad:** La previsión de un peligro o infortunio futuro, caracterizada por un estado disfórico o por síntomas somáticos de tensión.
- ✓ **Irritabilidad:** Sensación de enojo por problemas aparentemente menores. Es un modo particular de respuesta a estímulos psicológicos, como aquellos en los que el individuo se ve amenazado o sienten frustración en un curso de acción intencionado (Slater y Roth, 1969).

### **b) Cognitivos**

- ✓ **Falta de autoestima:** Es la sensación de incapacidad que tiene un individuo para identificarse como una persona valiosa y, por lo tanto, merecedora de ser estimada por los otros (Estaire, 2010).
- ✓ **Reducción de la capacidad de atención y concentración:** Alteración que impide la realización de actividades cotidianas, académicas, sociales, entre otros; normalmente transitorio.

**c) Idea autolítica.** Pensamiento recurrente sobre el suicidio. Este término se refiere a cuando una persona considera de forma constante la posibilidad de terminar con su vida. Según la perspectiva del sociólogo Émile Durkheim, el suicidio puede conceptualizarse como cualquier tipo de fallecimiento que ocurre como consecuencia de una acción intencionada, por lo cual se plantea que la conducta, ya sea de índole positiva o negativa, resulta en la pérdida de la vida del individuo, además se destaca que la persona actúa con plena consciencia de que su comportamiento la llevará a este desenlace, de modo que se establece un vínculo claro entre la intención y el resultado fatal. Esto puede incluir tanto acciones explícitas y deliberadas como omisiones o comportamientos que, aunque no estén activamente destinados a causar la muerte, se llevan a cabo con el conocimiento de que lo harán. Comprender las ideas autolíticas y el suicidio según Durkheim resalta la complejidad y la seriedad de estos pensamientos, subrayando la importancia de la intervención y el apoyo adecuado para quienes los experimentan.

### **d) Somáticos**

- ✓ **Alteración en sueño y apetito:** Insomnio (dificultad para conciliar el sueño), narcolepsia (somnia extrema durante el día), etc. Por otro lado, alteraciones de apetito como ingesta o rechazo a la comida como estado de inapetencia.

- ✓ **Astenia:** Según Álvarez (2016), es la percepción a nivel subjetivo de carencia de ánimo o cansancio corporal o psíquico, no asociado necesariamente a alguna realización de ejercicio físico.

#### ***2.2.1.4. Principios Clave de la Depresión desde el Enfoque de Beck.***

Beck (1979) señala lo siguiente:

##### **1. Triada cognitiva de Beck.**

Conceptualmente, esta teoría fue establecida en 1976 por el psiquiatra norteamericano Aaron Beck. Y su principal objetivo fue crear un modelo explicativo basado en los procesos internos de los pacientes depresivos. En este sentido, su trabajo más importante fue el análisis del pensamiento en los episodios depresivos. Este enfoque le permitió identificar y establecer los elementos cruciales relacionados con las creencias subjetivas de los individuos. Se compone de tres elementos fundamentales sobre los que se sustenta el modelo teórico propuesto por el autor para la interpretación de la depresión (Beck, 1979).

- ✓ **Pensamientos negativos sobre uno mismo:** Esa reclusión de la personalidad asume precisamente ese motor: la distorsión en la percepción de un yo que, importando, son otras los quehaceres que luego se realizan. Ideas sobre inferioridad en relación con otros, sentimientos de inadecuaciones y sin propósito en la vida, muchas veces, son tópicos que hacen orbitar dentro de aspectos psicológicos o físicos. En este sentido, entra la autoestima en calidad de elemento a manejar en terapia a personas con depresión (Beck, 1979).
- ✓ **Pensamientos negativos sobre el mundo que le rodea:** La idea de que el individuo puede manipular positivamente su entorno creando una situación que satisfaga sus necesidades constituye un elemento esencial para su bienestar. En la tríada cognitiva de Beck, postula que los individuos deprimidos tienen una interpretación sesgada de la



información que les llega del mundo que los rodea. Esto conduce a una percepción del mundo como amenazante, exigente y, a su vez, tal vez a un mayor aislamiento social, lo que solo exacerba el problema (Beck, 1979).

- ✓ **Pensamientos negativos sobre el futuro próximo:** El último elemento de esta tríada hace que el individuo llegue a creer que cualquier acontecimiento futuro conducirá inevitablemente a una catástrofe, como una extensión más de los componentes anteriores. Esa visión negativa del futuro disuade cualquier intento de cambio, ya que la expectativa es que el futuro será tan negativo como el presente. La sensación de que no hay posibilidad de que nada mejore obstaculiza su búsqueda de ayuda y lo mantiene en una visión negativa interminable de la vida (Beck, 1979).

En pocas palabras, los tres componentes conducen a interpretaciones negativas generales sobre uno mismo, el mundo y el futuro, afectando así a todas las esferas de la existencia y creando un intenso malestar debido a la falta de seguridad en cualquier cosa.

## **2. Pensamientos automáticos**

En concordancia con Beck (1979), los pensamientos automáticos surgen de forma instintiva y veloz, además de manifestarse sin que la persona sea plenamente consciente de su origen, se caracterizan por contener distorsiones en el procesamiento de la realidad. En el contexto de la depresión, estos pensamientos tienden a adquirir una connotación sombría y pesimista, y pueden surgir sin que la persona los cuestione.

Ejemplos de pensamientos automáticos en la depresión incluyen:

- ✓ «No soy lo suficientemente bueno para hacer esto».
- ✓ «Nada de lo que hago importa».
- ✓ «Las personas me rechazan porque no valgo nada».

### **3. Distorsiones cognitivas**

Conforme lo expone Beck (1979), las distorsiones cognitivas son formas de pensamiento inexactas o ilógicas que perpetúan la depresión. Algunas distorsiones cognitivas comunes en las personas deprimidas, incluyen:

- ✓ Soy experto en situaciones: prever las situaciones en blanco y negro, sin tener en cuenta variaciones ni matices. Por ejemplo: «Si no soy perfecto, soy un fracaso».
- ✓ Generalización excesiva: hacer interpretaciones amplias a partir de uno o varios eventos, teniendo en cuenta otros factores o perspectivas. Ejemplo: «Fallé en esta tarea, lo que significa que siempre fracasaré».
- ✓ Descontar lo positivo: rechazar las experiencias positivas, minimizar o ignorar los aspectos positivos de uno mismo o de la situación. Un ejemplo sería: «Me felicitaron, pero solo estaban siendo amables».
- ✓ Catastrofizar: sacar las cosas de proporción. Un ejemplo sería: «Este error arruinará mi vida entera».

### **4. Esquemas cognitivos**

Para Beck (1979), esos son esquemas que son creencias profundas y subyacentes de una persona acerca de sí misma y el mundo. En depresión, son traumas onerosos y negativos que afectan cómo la persona interpreta todas sus experiencias. Por ejemplo, se citan algunos patrones de esquemas comunes en la depresión:

- «Yo no soy digno de ser amado».
- «Soy un fracaso».
- «El mundo resulta ser injusto».

Estos esquemas se activan, generalmente, con acontecimientos estresantes o negativos; enseguida ocurren pensamientos automáticos y distorsiones cognitivas que refuerzan la depresión.

## **5. Ciclo de retroalimentación negativa**

Beck (1979) sostuvo que la depresión forma un ciclo de retroalimentación negativa. Los pensamientos negativos automáticos alimentan emociones desfavorables, como la tristeza o la desesperanza, que, a su vez, refuerzan los pensamientos retorcidos. Eso, a su vez, afecta el comportamiento, es decir, la persona se aísla de la sociedad o ya no participa en suficientes actividades que antes disfrutaba, lo que empeora aún más su estado de ánimo.

### ***2.2.1.5. Tratamiento desde la Terapia de Beck.***

El enfoque de Beck pone el énfasis en la detección y modificación de los pensamientos automáticos negativos y las distorsiones cognitivas como foco terapéutico en la depresión. Los pasos cardinales del tratamiento comprenden:

1. Identificación de los pensamientos automáticos: ayudar al paciente a identificar los pensamientos automáticos negativos que acompañan a los sentimientos depresivos.
2. Cuestionamiento y reestructuración de estos pensamientos: se enseña al paciente a cuestionarse a sí mismo en relación con estos pensamientos negativos, buscando evidencia objetiva que apoye o contradiga estos pensamientos.
3. Modificación del esquema: se trabaja en cambiar la creencia subyacente o el esquema negativo que mantiene la depresión.
4. Incremento del comportamiento positivo: de hecho, alentar la reanudación de actividades placenteras o satisfactorias ayuda a interrumpir el ciclo de retroalimentación negativa.

### **2.2.2. Resiliencia.**

Desde la perspectiva de Wagnild y Young (1993), en primer lugar, se trata de un atributo del temperamento personal que activa la reducción de los efectos adversos del estrés

y permite el buen ajuste a las instancias desafiantes. La idea resalta que la resiliencia no solo significa la capacidad de tolerar el estrés; mucho más, lleva a la comprensión la capacidad de mantener puntos de vista flexibles y de aceptación ante las adversidades y los cambios repentinos de la vida, desde la perspectiva por la cual las personas también van más allá de la supervivencia para prosperar en esa sobre experiencia. Es una proyección de uno mismo que reconoce y acepta el pasado, integrándolo en un proceso continuo de desarrollo y adaptación personal.

Por otro lado, Wolin y Wolin (1993), expresan que viene a ser una capacidad tanto de los individuos como de los grupos para afrontar situaciones complejas y recuperarse de las adversidades. La resiliencia no solo se manifiesta como un rasgo individual, enfatizan, sino también como un fenómeno colectivo que puede observarse dentro de las comunidades y los sistemas sociales. Este enfoque destaca los roles complementarios de los grupos de apoyo, los vínculos comunitarios y las estrategias grupales, que contribuyen considerablemente a potenciar la capacidad de enfrentar y trascender los desafíos personales y colectivos.

Según Amor et al. (2015), la resiliencia denota la capacidad humana de afrontar los extremos con flexibilidad y recuperarse de ellos. Más allá de la mera resistencia a las dificultades, abarca la capacidad de adaptarse y convertir las experiencias difíciles en oportunidades de crecimiento personal. Esta definición se esfuerza en definir la resiliencia como algo dinámico y en constante transformación con el tiempo mediante las experiencias de vida y las circunstancias personales, ambientales y sociales. De hecho, la resiliencia permite la destreza con la que una persona es capaz de afrontar los desafíos, pero se erige por sí sola como un pilar fundamental para un funcionamiento saludable, permitiendo al individuo gestionar adecuadamente el estrés manteniendo al mismo tiempo un bienestar emocional y psicológico.

Diferentes autores integran definiciones de resiliencia, que evidencia la gran diversidad de miradas sobre esta capacidad humana. Algunos han puesto en relieve la resiliencia como

una cualidad personal que permite a los individuos adaptarse incluso en situaciones estresantes y también alentarlas al crecimiento a partir de las adversidades, como Wagnild y Young. Mientras que otros, como Wolin y Wolin también ven como un fenómeno grupal y comunitario y enfatizan la importancia de las relaciones interpersonales y los sistemas de apoyo en la recuperación de todos los desafíos individuales y colectivos, en cuanto a este tema, se añade un concepto que complementa más la idea que dan Amor et al. (2015): la resiliencia es un proceso continuo, cambiante con el tiempo, determinado por múltiples contextos personales y puede referirse, por supuesto, a sobrepasar no solamente las malas circunstancias, sino convertirlas en oportunidades de crecimiento y desarrollo emocional continuos. La confluencia de estas miradas demuestra que la resiliencia es una habilidad individual de afrontar situaciones estresantes y condiciones adversas y también es un recurso social que conecta y fortalece la cohesión y recuperación.

#### ***2.2.2.1. Desarrollo de la Resiliencia.***

Según Rutter (2012), no es un rasgo predeterminado, sino un desarrollo dinámico a lo largo de la vida: esta postura implica que la capacidad de enfrentar y superar la adversidad se construye durante puntos específicos de la maduración, influenciados por la experiencia, las interacciones sociales y los contextos familiares. Por lo tanto, la resiliencia no es constante, sino que se construye a medida que los niños enfrentan diversos desafíos y se vuelven más hábiles para enfrentarlos a lo largo de su crecimiento. Esto ayuda a subrayar las intervenciones tempranas y el apoyo relevante que puede llegar a fortalecer la capacidad de una persona para enfrentar la adversidad y adaptarse a ella desde el inicio del desarrollo humano.

Grotberg (1995), sostiene que la resiliencia debe desarrollarse desde edades tempranas para que facilite la transformación personal y así evitar consecuencias adversas potencialmente irreversibles en el futuro. Esto significa que la capacidad de recuperación no es una respuesta

a situaciones difíciles, sino que se forja y cultiva de uno a otro como un recurso intrínseco que permite al individuo enfrentar y superar con éxito los desafíos a lo largo de su vida. Es importante que, desde la primera infancia, dicho entorno promueva la autoestima, cree un sentido de competencia y desarrolle la confianza en uno mismo, que son componentes muy importantes en el desarrollo de la resiliencia.

Por último, para Gómez (2010), la resiliencia se destaca fielmente como una base para la existencia humana y familiar en el contexto de la crianza. Implica además el establecimiento de un entorno seguro y enriquecedor donde se satisfagan las necesidades emocionales y físicas de los niños, promoviendo su bienestar general, así como su incapacidad para enfrentar los desafíos de la vida con algún grado de éxito. La resiliencia, como esencia en este contexto, es la combinación del fomento del desarrollo de las competencias socioemocionales necesarias para que los niños dominen adecuadamente la gestión de sus respuestas emocionales desde la infancia hacia el desarrollo personal a lo largo de la búsqueda de una vida plena, mediante la cual dichas competencias contribuyan a enfrentar eficazmente los desafíos de la vida con una gran importancia para la búsqueda y el mantenimiento de la felicidad en sus vidas. Este enfoque sirve para destacar la importancia vital de establecer condiciones para que la resiliencia se desarrolle durante la infancia, de modo que los individuos puedan prepararse bien para enfrentar y superar la adversidad de una manera constructiva.

En este sentido, el proceso de desarrollo de la resiliencia se convierte en una edificación continua durante toda la vida del individuo y se alimenta y fortalece a partir de las experiencias iniciales, el apoyo emocional y la interacción social. Este proceso no solo da a las personas herramientas para enfrentar las dificultades que tienen por delante, sino que les permite fundamentar su futuro enfrentamiento a adversidades de manera efectiva y positiva, con la promoción de su bienestar y su crecimiento.

### **2.2.2.2. Factores que Promueven la Resiliencia.**

Son muchos los factores que influyen en la construcción de la resiliencia y las investigaciones han señalado factores fundamentales que fortalecen esta capacidad. Entre ellos, la autoestima es un factor crucial, que se desarrolla desde edades muy tempranas mediante el amor y el cariño que brindan los padres. La importancia de los vínculos afectivos seguros y de las figuras parentales que brindan modelos y apoyo es clave en estos procesos. Estos elementos no solo generan un sentimiento de seguridad emocional en etapas tempranas de la vida, sino que también sientan bases sólidas para manejar las adversidades futuras.

Según Wener y Gerner (1993), a partir de sus estudios, se identifican cuatro elementos clave en la infancia que preparan a los individuos para responder positivamente a las adversidades. Estos elementos son el temperamento personal, la capacidad intelectual, el entorno familiar y las fuentes de apoyo externo. El temperamento afecta la forma en que los niños perciben y gestionan el estrés, mientras que la capacidad intelectual ayuda a encontrar soluciones creativas y adaptativas a los desafíos. El entorno familiar proporciona el contexto emocional y pragmático para el fomento de habilidades que ayudan a enfrentar las adversidades y resolver las dificultades de manera eficaz. Por último, las fuentes externas de apoyo, como los amigos, los maestros o los mentores, son extremadamente importantes para prestar asistencia emocional y práctica.

**a) Temperamento.** Un factor crucial identificado por Wener y Gerner (1993), el temperamento personal es una de las más significativas características para el desarrollo de la resiliencia. Esto incluye un adecuado nivel de actividad, la iniciativa de la reflexión y el sentido de responsabilidad hacia los demás. Un temperamento activo y reflexivo facilita la posibilidad de actuar con energía y perseverancia ante situaciones adversas; mientras que la responsabilidad hacia los demás es una instancia que favorece la actitud empática y el compromiso social-que, por otra parte, son elementos

fundamentales a la hora de construir relaciones de soporte mutuo que realzan la resiliencia.

- b) *Capacidad intelectual.*** Según Wener y Gerner (1993), la capacidad de utilizar eficazmente los recursos cognitivos ante la insatisfacción en circunstancias adversas es otro componente clave. Una alta capacidad intelectual implica no solo habilidades académicas sino también la capacidad de razonar, resolver problemas y adaptarse a nuevos retos. Esta habilidad cognitiva permite a los individuos idear soluciones creativas y eficaces a los obstáculos y, por tanto, es esencial para un sólido desarrollo de la resiliencia.
- c) *Familia.*** El entorno familiar es un elemento fundamental para la creación de resiliencia, ya que es el primer entorno en el que se adquieren habilidades para afrontar y trascender los retos intrínsecos a la existencia, según Wener y Gerner (1993). Esto se refiere a la unidad familiar, los vínculos emocionales y el espectro de atención que los padres dan a sus hijos. Una familia amorosa y estable crea un entorno eficaz y seguro que ofrece a los niños oportunidades para desarrollar sus habilidades sociales, emocionales y de afrontamiento. El apoyo emocional y práctico de los padres y cuidadores ayuda a los niños a afrontar y superar los retos, fomentando así la resiliencia desde una edad temprana.
- d) *Fuentes de apoyo.*** La falta de cualquier fuente de apoyo externa puede no contribuir a una mayor resiliencia. Dichas fuentes pueden incluir amigos, maestros, mentores o cualquier otra figura significativa en la vida de una persona. Según Wener y Gerner (1993), el acceso a redes de apoyo para ayudar en momentos de crisis educativas o personales proporciona un respaldo emocional y práctico que mejora la sensación de valía y la seguridad en sí mismo del individuo. Así, estas redes ayudan a las personas a desplegar más su potencial frente a las adversidades, aprendiendo, por



tanto, a buscar y aceptar ayuda cuando la necesitan. Este acto, fundamental para desarrollar una verdadera resiliencia vital, debería contribuir en gran medida a reforzar la autoestima a lo largo del ciclo vital.

En cualquier caso, el desarrollo de la resiliencia se basa en el crecimiento de la autoestima desde la primera infancia, mediante vínculos emocionales seguros y figuras parentales de apoyo constante. La investigación de Wener y Gerner (1993) identifica factores adicionales que son importantes para preparar al individuo para enfrentar y superar eficazmente los desafíos a lo largo de la vida: el temperamento personal, las capacidades intelectuales, el entorno familiar y las redes de apoyo externas.

#### ***2.2.2.3. Componentes de la Resiliencia.***

Según Masten (2001), la resiliencia se basa en la autoestima y la confianza en uno mismo. Una persona que posee una autoestima fuerte está mucho mejor preparada para afrontar los retos y las dificultades, ya que cree que tiene las capacidades para hacer frente a las situaciones difíciles que se le presenten. Esta confianza no solo ayuda a mantener una actitud positiva ante las adversidades, sino que también ayuda a recuperarse emocionalmente de los reveses. Masten (2001) señala que la autoestima se puede fomentar a lo largo de la vida de un individuo mediante interacciones de apoyo, experiencias positivas y reconocimiento personal, todo lo cual es necesario para una adaptación resiliente a las exigencias y las adversidades.

Fe o creencias personales: de acuerdo con Wagnild y Young (1990), la resiliencia también se alimenta de creencias personales profundas, como la fe en Dios o principios espirituales significativos. En su estudio sobre mujeres mayores, descubrieron que estas creencias servían como fuentes de fortaleza emocional y espiritual para que las personas pudieran seguir siendo optimistas ante grandes pérdidas y desafíos personales. Esta dimensión espiritual ofrece consuelo y esperanza, pero también nutre la capacidad de encontrar

significado y propósito en la adversidad, fomentando así la resiliencia emocional y el bienestar psicológico a lo largo del tiempo.

**Sentido del humor:** Según Luthar (2006), en situaciones difíciles, el sentido del humor es una herramienta indispensable para la resiliencia. Toda persona resiliente es propensa a encontrar algo divertido en una situación que de otro modo sería estresante: esta visión puede reducir el estrés emocional y mantener viva la actitud positiva. El humor también podría considerarse un mecanismo de afrontamiento; permite a una persona aliviar el estrés y afrontar los desafíos de una manera creativa y optimista. Luthar (2006) señala que la capacidad de utilizar el humor de forma constructiva indica adaptabilidad emocional y capacidad para abordar los problemas con determinación y flexibilidad.

**Afrontamiento proactivo:** Para Bonanno (2004), la resiliencia no consiste únicamente en adaptarse con éxito a la adversidad, sino también en adoptar medidas proactivas para afrontar y resolver los problemas. Las personas resilientes no solo reaccionan ante las dificultades, sino que buscan activamente respuestas y recursos para gestionar las situaciones adversas. Este afrontamiento proactivo les proporciona una sensación de control sobre su entorno y facilita su continuo crecimiento personal mediante experiencias en las que han atravesado y superado obstáculos.

**a) *Ecuanimidad:*** La ecuanimidad es el último aspecto de la resiliencia. La firmeza emocional y el aplomo para afrontar las dificultades, por un lado, y la disciplina y la determinación, por el otro, caracterizan la última parte. Las adversidades ayudarían aún más a un proceso de toma de decisiones consciente y eficaz si las personas pueden mantener la calma y moderar sus reacciones emocionales hacia la otra parte cuando ocurren. El resultado final es una persona que se adapta positivamente a los desafíos que la rodean.

- b) *Perseverancia.*** La perseverancia, en el marco de la resiliencia, es la capacidad de mantener una postura firme e intensa en la búsqueda de objetivos, independientemente de los posibles obstáculos, desacuerdos o deseos contrapuestos. Este factor identificado se centra en la determinación y la fuerza de voluntad para soportar la inevitable confrontación con las experiencias adversas, construyendo así gradualmente el camino deseado mediante el esfuerzo constante y una actitud resiliente que no cede ante la mala suerte.
- c) *Confianza en sí mismo.*** La autoconfianza es en sí misma uno de los elementos más importantes de la resiliencia porque uno confía en sus capacidades y fortalezas de forma realista. Acepta tanto las propias fortalezas como las cosas que deben mejorarse significa enfrentar los desafíos internamente, y nunca te permitas tener demasiada confianza, sino más bien tener una autoimagen positiva que te anime a recuperarte de la adversidad.
- d) *Satisfacción personal.*** La satisfacción personal en la resiliencia se relaciona con un estado de bienestar emocional y equilibrio interno en el que prevalecen la autoestima y la evaluación positiva de la propia vida. La mera contemplación del significado y las recompensas de esos actos confiere tranquilidad a las elecciones de estilo de vida y las decisiones consecuentes, lo que conduce a una sensación de logro y realización que, a su vez, fortalece la capacidad de adaptarse al cambio y a los desafíos.
- e) *Sentirse bien solo.*** Esta sensación de bienestar es solo un aspecto de la resiliencia, que pone de relieve la capacidad de disfrutar de la propia compañía y aceptar la singularidad del recorrido personal. Este hallazgo de satisfacción y bienestar por sí solo fortalece la independencia emocional y el potencial para responder a situaciones difíciles con resiliencia y autoestima.

Las características personales señaladas a continuación contribuyen en gran medida a la resiliencia. La ecuanimidad, por ejemplo, se refiere a la calma y el equilibrio emocional ante los reveses, ambos necesarios para la toma de decisiones racional y eficaz en tiempos difíciles. La perseverancia enfatiza la importancia de mantener una actitud firme y una firme determinación para trabajar hacia las metas en presencia de obstáculos, mejorando así la capacidad de recuperarse de situaciones adversas que perduran generaciones. La autoconfianza enuncia la necesidad de evaluarse de forma realista a uno mismo, haciendo hincapié tanto en los conjuntos de competencias sobresalientes como en los menos dependientes, alimentando así la base sólida sobre la que afrontar los retos con convicción y resiliencia. El bienestar subjetivo está fuertemente vinculado al equilibrio emocional y la aceptación de decisiones que fomentan sentimientos de tranquilidad y autorrealización, manteniendo así la resiliencia a lo largo del tiempo. El bienestar simple, por otro lado, enfatiza la capacidad de sentirse bien en la propia compañía y la independencia emocional, facilitando así la capacidad de afrontar situaciones difíciles con perspectivas individuales positivas y adaptativas. Por tanto, estos componentes no solo son cruciales para el desarrollo personal, sino que también proporcionan herramientas eficaces para afrontar y superar las adversidades de la vida cotidiana.

#### ***2.2.2.4. Los Pilares de la Resiliencia.***

Wolin y Wolin (1993), ciertamente, explicaron la resiliencia mediante un modelo titulado «Modelo de desafío», que involucró el afrontamiento de 18 situaciones difíciles a resolver en el día a día. Con tal modelo explicaron que la superación de las adversidades se presenta como un reto, pero que, si se consigue, puede transformarse en una barrera resiliente muy poderosa, con lo que la persona no sufrirá los efectos de las circunstancias adversas, sino que lo hace, la experiencia desfavorable será vista de manera positiva y el individuo se verá impulsado hacia un bienestar y mejora de sí mismo. Así crearon sus autores la teoría «El

mandala de la resiliencia», que muestra aspectos de interés para las personas, y que han llamado «Los 7 pilares de resiliencia»: elementos que funcionan como salvaguardias dentro de escenarios adversos y que diferencian al individuo resiliente. Entre estos seis componentes están la autonomía, la reflexión interna, capacidad relacional, creativos, iniciativa, integridad moral y buen humor.

**a) *Independencia.*** La independencia, como parte integrante de la resiliencia, implica la capacidad de trazar límites claros entre uno mismo y un entorno adverso, con una distancia emocional y física adecuada, pero sin desapego total. Es esencial proteger la integridad individual y excluir las influencias nocivas, al tiempo que se fomenta la independencia y se fortalece la capacidad de elegir libre y responsablemente.

**b) *Introspección.*** La introspección se refiere a la capacidad de reflexionar internamente de manera profunda y sincera. Permite al individuo explorar sus pensamientos, sentimientos y motivaciones, evaluando sus fortalezas y áreas de mejora. Esta autoevaluación continua mejora el aprendizaje y el crecimiento personal, lo que fortalece la resiliencia al permitir una comprensión más profunda de uno mismo y de cómo afrontar los desafíos de manera constructiva.

**c) *Capacidad de relacionarse.*** Se centra en la capacidad de forjar y mantener relaciones significativas y gratificantes con los demás. Implica habilidades sociales como la empatía, la comunicación eficaz y la creación de redes de apoyo. Estas relaciones proporcionan un apoyo emocional inestimable durante los momentos difíciles, reforzando la resiliencia al proporcionar apoyo emocional, orientación y perspectivas alternativas.

**d) *Creatividad.*** La creatividad tiene un papel esencial en la resiliencia e implica la capacidad de tener soluciones innovadoras y adaptativas ante situaciones desafiantes. Desde la infancia, la capacidad de transformar el caos en orden y armonía es una prueba

de la capacidad de expresar emociones de muchas y complejas maneras, permitiendo al niño soportar el estrés de forma constructiva. Así, la creatividad soporta la flexibilidad mental necesaria para la adaptación a los cambios, favoreciendo así la recuperación y el crecimiento personal.

- e) **Iniciativa.** Se trata de la capacidad de tomar la iniciativa y actuar de forma proactiva para afrontar los problemas y perseguir con determinación los objetivos sin rendirse. Esta habilidad fomenta la autoeficacia y da una sensación de logro a las personas que mejora la resiliencia al capacitarlas para afrontar activamente los retos y asumir algunas responsabilidades. La iniciativa también facilita la adaptación al cambio y la superación de obstáculos, fomentando así el desarrollo personal continuo.
- f) **Moralidad.** La moral, en relación con la resiliencia, significa ser capaz de incorporar normas éticas a la ecuación y comprometerse a una conducta que refleje una conciencia moral clara. Esto incluye saber distinguir el bien del mal, comportarse éticamente y juzgar las consecuencias de cualquier decisión dada dentro del marco de referencia de los propios valores personales y sociales. La moral refuerza la resiliencia al añadir peso al marco de toma de decisiones, brindar integridad a uno mismo y fomentar relaciones importantes basadas en la confianza y el respeto recíproco.
- g) **Humor.** El humor puede ser considerado, con justicia, no como una habilidad, sino como una habilidad vital esencial para la resiliencia, la capacidad de ver el lado humorístico de las situaciones difíciles y de aliviar la tensión mediante la risa para el bienestar emocional. La risa ayuda a aliviar el estrés, mejorar el estado de ánimo y mantener la perspectiva brillante incluso en las situaciones más oscuras. Gracias al humor, se desarrollan las relaciones con las personas, se resuelven los conflictos y se genera diversión al adaptarse a los desafíos de la vida.

## Capítulo III

### Hipótesis y Variables

#### 3.1. Hipótesis General

Existe correlación negativa entre depresión y resiliencia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

#### 3.2. Hipótesis Específicas

- a) Existe correlación negativa entre depresión y satisfacción personal en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.
- b) Existe correlación negativa entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.
- c) Existe correlación negativa entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.
- d) Existe correlación negativa entre depresión y ecuanimidad en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.
- e) Existe correlación negativa entre depresión y perseverancia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

#### 3.3. Variables de Investigación

##### a) Depresión

Según la OMS (2017), es un desorden psicológico común tipificado por síntomas como tristeza profunda, disminución del placer e interés, sensación de culpabilidad o falta de autoestima, en los patrones de sueño o en el apetito, dificultades de concentración y una

constante sensación de agotamiento. A su vez, clasifica la severidad de este desorden, diferenciando entre formas leves, moderadas y graves.

### **b) Resiliencia**

A juicio de la RAE, se refiere a la facultad que posee un individuo para ajustarse o adaptarse frente a un elemento perturbador o a un modo o situación adversos.

Barranco (2009), indica que es un término que se utilizaba en el campo de la física, sobre todo en las áreas de ingeniería civil y metalurgia cuando se tenían que referir a la propiedad mecánica de elasticidad de algunos materiales, pues estos regresaban a su estado original después de someterse a presiones muy altas. Un contexto que encuadra, en psicología, si lo comparamos con las personas que superan las presiones negativas de la vida cotidiana.

Wolin y Wolin (1993), afirman que implica la habilidad de superar situaciones desafiantes, resistir las circunstancias adversas y recuperarse de la situación en función de lo ocurrido.

Actualmente, la reconocida neuropsiquiatra Rafaela Santos, quien preside el Instituto Español de Resiliencia, concibe la resistencia como la capacidad innata del ser humano para confrontar los múltiples desafíos que se manifiestan a lo largo de su existencia, no solamente para soportarlos o sobrevivir ante ellos, sino también para sobreponerse y emerger fortalecido.



### 3.4. Operacionalización de las Variables

Tabla 1

*Variable depresión*

| Variable  | Definición conceptual                                                                                                                                                             | Definición operacional                                                                                                                                                                                                                                                            | Dimensiones                      | Indicadores                                                                                            | Ítems                                            | Escala de medida      |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------|
| Depresión | «Las depresiones son un conjunto de enfermedades psíquicas hereditarias o adquiridas, con una sintomatología determinada, a la que se asocian cambios negativos de tipo somático, | La variable depresión se medirá mediante las siguientes dimensiones: Pensamiento negativo de sí mismo, pensamiento negativo del mundo y pensamiento negativo del futuro, se utiliza la Escala de Depresión de Beck, un cuestionario con 21 ítems que evalúan síntomas depresivos. | Pensamiento negativo de sí mismo | - Medir la tristeza                                                                                    |                                                  | Ordinal               |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir la posibilidad de experimentar sentimientos de culpa.                                          |                                                  |                       |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir los sentimientos de castigo                                                                    |                                                  |                       |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir la posibilidad de no aceptarse así mismo.                                                      | 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 21 | Ausencia de depresión |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir el exceso de autocrítica                                                                       |                                                  |                       |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir pensamientos suicidas                                                                          |                                                  |                       |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir la presencia de llanto                                                                         |                                                  | Depresión leve        |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir la capacidad de tomar las propias decisiones y auto dirigirse.                                 |                                                  |                       |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir la capacidad de valoración a sí mismo                                                          |                                                  | Depresión moderada    |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir la pérdida de energía                                                                          |                                                  |                       |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir la capacidad de conciliar el sueño medir la disposición a responder con irritabilidad o enojo. |                                                  | Depresión grave       |
|           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  | - Medir la capacidad de mantener una alimentación adecuada.                                            |                                                  |                       |

psicológico,  
conductual,  
cognitivo y  
asertivo»  
(Rojas, 2006).

- Medir el interés de la persona por el sexo

Pensamiento  
negativo del  
mundo

- Medir la actitud frente al fracaso.

- Medir la pérdida de interés

- Medir la capacidad de sentir placer

- Medir la posibilidad de distracción

- Medir la capacidad de energía para emprender  
actividades

3, 12, 4, 19, 20

Pensamiento  
negativo del  
futuro

- Medir el pesimismo

2

Tabla 2

*Variable resiliencia*

| Variable    | Definición conceptual                                                                                                                                                         | Definición operacional                                                                                                                                                                                        | Dimensiones           | Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Ítems                    | Escala de medida |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------|
| Resiliencia | La resiliencia es «la capacidad de sobreponerse a circunstancias difíciles, afrontar las circunstancias y superar una situación en base a lo sucedido» (Wolin y Wolin, 1993). | La variable resiliencia, se medirá mediante las siguientes dimensiones: satisfacción personal, sentirse bien, confianza en sí mismo, ecuanimidad y perseverancia, se utiliza la Escala de Wagnild y Young, un | Satisfacción personal | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medir los proyectos a futuro que tiene la persona</li> <li>- Medir la autoconfianza</li> <li>- Medir la esperanza en el futuro</li> <li>- Medir la forma desordena en la que realiza una actividad</li> <li>- Medir la capacidad de estar solo</li> </ul> | 7, 8, 11, 12             | Ordinal          |
|             |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                               | Sentirse bien         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medir la dependencia del evaluado</li> <li>- Medir el conocimiento de resolver conflictos</li> <li>- Medir la satisfacción de logro</li> <li>- Medir la forma de conocimiento</li> </ul>                                                                  | 5, 3, 19                 |                  |
|             |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                               | Confianza en sí mismo | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medir la capacidad de decisión del evaluado</li> <li>- Medir la forma de afrontamiento</li> <li>- Medir el nivel de confianza que se tiene el evaluado</li> <li>- Medir el nivel de confianza de la persona</li> </ul>                                    | 6, 9, 10, 13, 17, 18, 24 | Medio<br>Bajo    |
|             |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                               | Ecuanimidad           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medir la capacidad de energía para realizar una actividad</li> <li>- Medir la capacidad de decisión</li> <li>- Medir el nivel de confianza que tiene el evaluado presenta interés hacia su entorno presenta autodisciplina</li> </ul>                     | 1, 2, 4, 14, 15, 20, 23  |                  |

|                                                                                                         |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| cuestionario<br>con 25 ítems<br>que implica<br>medir la                                                 |               | <ul style="list-style-type: none"><li>- Medir la capacidad de energía para realizar una actividad</li><li>- Medir la capacidad de tolerancia</li><li>- Medir la capacidad de resolución de problemas</li></ul>                                                                                                    |                   |
| capacidad de<br>adaptación y<br>recuperación<br>de las personas<br>frente a<br>situaciones<br>adversas. | Perseverancia | <ul style="list-style-type: none"><li>- Medir si el evaluado a menudo se ríe</li><li>- Medir el valor que le da a la vida</li><li>- Medir la percepción del evaluado respecto a cuan confiable es para los demás</li><li>- Medir la capacidad de poder evaluar una situación de diferentes perspectivas</li></ul> | 16, 21,<br>22, 25 |

## **Capítulo IV**

### **Metodología**

#### **4.1. Método de Investigación**

En términos generales, se adoptó el método científico, considerado como investigación empírica, sistematizada, crítica y controlada, suposiciones sobre las posibles correlaciones entre los elementos de la naturaleza (Kerlinger, 1975, p. 11).

##### **4.1.1. Tipo.**

Asimismo, esta investigación se configuró como tipo básico que utiliza un enfoque cuantitativo y adopta una metodología deductiva basada en una hipótesis específica. En este tipo de investigación, se recopilan datos que se prueban mediante mediciones precisas y su análisis mediante técnicas estadísticas, además de que esta estrategia facilita la identificación de patrones conductuales y la validación empírica de teorías (Hernández, 2000).

##### **4.1.2. Alcance.**

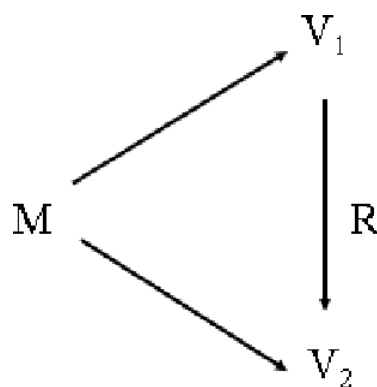
El alcance de esta investigación fue descriptiva y correlacional, esto se debe a que el estudio busca evaluar cómo se comporta un concepto específico en relación con otras variables relevantes dentro de un contexto determinado. Las asociaciones entre estas variables se fundamentan en postulados que serán evaluados y contrastados, lo cual implica que dos variables se consideran correlacionadas cuando la variación de una se asocia con un cambio en la otra; además, esta correlación puede manifestarse de forma positiva, en la que ambas aumentan o disminuyen conjuntamente, o de manera negativa, en la que el incremento de una se asocia con la disminución de la otra (Hernández, et al., 2003).

#### 4.2. Diseño de Investigación

En cuanto al diseño de la investigación, se adoptó el no experimental, el cual fue ejecutado sin la operación deliberada de variables y observando sus implicancias en el contexto natural en el que ocurren, permitiendo posteriormente evaluar sus efectos en dicho entorno (Hernández, et al., 2003).

De la misma forma, se clasificó como un estudio transversal debido a que todo el proceso de recojo de información se realizó en un único periodo, lo que tiene como finalidad describir las variables y sus interrelaciones en un instante específico, eliminando la necesidad de recolección de datos a lo largo del tiempo (Hernández, 2003).

##### *Esquema del diseño*



##### **Donde:**

M = muestra

V<sub>1</sub> = depresión

V<sub>2</sub> = resiliencia

R = relación

#### 4.3. Población y Muestra

Todas las unidades de análisis, que forman parte del estudio, están denominadas como la reunión de individuos asociados por lo menos con una característica ciudadana en común

(Ferman, 1979, pág. 93). Asimismo, se denomina población al bloque de casos que se ajustan a un conjunto de criterios (Hernández, 2006).

Por ello, la población estuvo compuesta por 149 soldados de la compañía del Batallón Contraterrorista «Manuel Miotto» N.º 312 de Villa María, situado en la localidad de San Martín de Pangoa, en Satipo, Junín.

Por otro lado, para poder considerar la muestra del estudio, bajo el muestreo probabilístico simple, se recurrió a la utilización de la fórmula, la cual se representa a continuación:

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

| Parametro | Insertar Valor | Tamaño de muestra<br>"n" =<br><b>107.56</b> |
|-----------|----------------|---------------------------------------------|
| N         | 149            |                                             |
| Z         | 1.960          |                                             |
| P         | 50.00%         |                                             |
| Q         | 50.00%         |                                             |
| e         | 5.00%          |                                             |

Por lo tanto, la selección muestral de esta investigación integró a 108 soldados del Batallón, quienes se encontraban en un rango etario comprendido entre los 18 y los 27 años, abarcando tanto aquellos con carga familiar como los que no, provenientes de diferentes lugares y nivel de instrucción mínima secundaria completa.

#### 4.3.1. Criterios de Inclusión.

- ✓ Soldados con disposición voluntaria y que hayan otorgado su consentimiento en la participación de la encuesta.
- ✓ Soldados que se encuentren en ese momento en el cuartel.

- ✓ Soldados que no tengan algún impedimento físico que les dificulte dar respuesta al instrumento.

#### **4.3.2. Criterios de Exclusión.**

- ✓ Personal de apoyo administrativo.
- ✓ Soldados que estén en baja médica o tengan licencia.
- ✓ Soldados que no deseen participar en la encuesta.

#### **4.4. Técnicas de Recolección de Datos**

En relación con la técnica empleada, se optó por la encuesta, donde Etzel (2004) señala que esta técnica recopila información entrevistando directamente a las unidades de análisis.

El instrumento que se utilizó fue a partir de los reactivos, según Hernández (2010) un cuestionario es un conjunto de interrogantes concebidos para evaluar una o más variables.

### **Depresión**

#### **Inventario de Depresión de Beck (BDI - II)**

**Año de publicación:** 1996

**Autor:** Aaron T. Beck, Robert A. Steer y Gregory K. Brown

**Adecuación en Perú en una muestra clínica:** Barreda

**Año de adaptación:** 2019

**Área de aplicación:** Psicología clínica, forense y neuropsicología

**Objetivo:** ofrece una evaluación de la presencia y la intensidad de la depresión.

**Población:** adultos y jóvenes a partir de 13 años.

- **Descripción:** Está compuesto por 21 ítems que capturan manifestaciones tales como la tristeza, llanto, pérdida de placer, culpa y sentimientos de fracaso, así como pensamientos o deseos suicidas, pesar, entre otros.



- **Puntuación:** El diseño de los reactivos sigue una estructura tipo Likert con 4 niveles de aciertos codificados de 0 a 3. La calificación se calcula mediante la suma de los aciertos de los 21 reactivos. Si un individuo seleccionado tiene varias posibilidades de elección en un ítem, se optará por aquella que obtenga la puntuación más elevada. Los artículos 16 y 18, que presentan 7 categorías, también se califican en una escala de 0 a 3. En estos ítems, el manual sugiere anotar la categoría elegida, ya que tiene valor diagnosticador. El margen de valoración es de 0 a 63 puntos, lo cual implica que conforme se incrementa el puntaje también lo hace la intensidad de los síntomas depresivos. Se definen cuatro categorías basadas en la suma total de puntos obtenidos: 0-13, se interpreta como indicativo de una depresión mínima; 14-19, sugiere la presencia de una depresión leve; 20-28, asociada a depresión moderada; y 29-63, que indica depresión grave.
- **Tiempo estimado:** 5 a 10 minutos

## Propiedades psicométricas del IDB-II en distintos estudios con muestras clínicas y población general

Tabla 3

### *Propiedades psicométricas*

| Estudio                                             | Características de la muestra |                                                                         |            | Datos Psicométricos del IDB -II |                              |                   |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------|------------------------------|-------------------|
|                                                     | País                          | N                                                                       | Edad Media | M                               | DT                           | Fiabilidad (alfa) |
| Beck, Steer y Brown (1996)                          | USA                           | 500 pacientes ambulatorios de psiquiatría                               | 37.2       | 22.45                           | 12.75                        | .92               |
| Brenlla y Rodríguez (2006)                          | Argentina                     | 308 muestra clínica                                                     | 34.6       | 22.20                           | 10.90                        | .88               |
| Redondo (2015)                                      | Costa Rica                    | 618 población general.                                                  | 46.5       | 9.68                            | Hombres 9.34<br>Mujeres 8.26 | .91               |
|                                                     |                               | 79 muestra clínica                                                      |            | 33.0                            | 10.79                        | .89               |
| González, Reséndiz Rodríguez y Reyes-Lagunes (2015) | Mexico                        | 391 Estudiantes de medicina humana.                                     | 28.6       | 9.31                            | 7.84                         | .92               |
|                                                     |                               | 205 ciudadanos mexicanos.                                               | 29.9       | 9.82                            | 7.70                         | .87               |
| Sanz y García-Vera (2013)                           | España                        | 322 pacientes adultos ambulatorios con diversos trastornos psicológicos | 31.7       | 19.80                           | 10.90                        | .91               |
| Barreda (2019)                                      | Perú                          | 400 muestra clínica                                                     | 33.0       | 22.08                           | 12.28                        | .93               |

*Nota.* Propiedades Psicométricas del Inventario de Depresión de Beck-II (IDB-II) en una muestra clínica, por Barreda (2019)

### **Validez**

En el estudio de Barreda (2019), se examinó la validez tanto en términos de contenido como de constructo del instrumento. En lo que respecta al contenido, cinco psicólogos especializados en depresión revisaron los ítems, y se calculó el coeficiente de validez de Aiken, el cual alcanzó un valor de .99, de modo que se concluye que la totalidad de los ítems cumplen con los estándares de validez. Por otro lado, en relación con la Validez de constructo, se aplicó el test de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin ( $KMO = .95$ ) junto con la prueba de esfericidad de Bartlett ( $\chi^2 = 3603.2$ ,  $p < .001$ ). Estos resultados confirmaron que el modelo factorial del IDB II es adecuado, con un 95.4 % de aceptación.

## **Fiabilidad**

En la investigación realizada por Barreda (2019), se registró un coeficiente alfa de Cronbach de .93, lo cual evidencia una excelente consistencia interna del instrumento, incluso superior a estudios previos. Por ejemplo, Beck, Steer y Brown (1996) registraron un alfa de .92, y Sanz y García-Vera (2013) reportaron un alfa de .91, valores cercanos al estudio de Barreda. Otros estudios, como Brenlla y Rodríguez (2006) y Redondo (2015), presentaron coeficientes de .88 y .89, respectivamente. Esto evidencia de forma contundente que la fiabilidad del instrumento se manifiesta en niveles elevados tanto en contextos clínicos como en muestras extraídas de la población general, (González et al., 2015).

## **Resiliencia**

### **Escala de Resiliencia Wagnild y Young (ER)**

**Año de publicación:** 1993

**Autor:** Wagnild, G. y Young, H.

**Adaptación peruana:** Gómez, M.

**Año de adaptación:** 2019

**Administración:** Individual o colectiva

**Duración:** 25 a 30 minutos

**Población:** Adultos

**Descripción:** Consta de 25 ítems que se califican en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 representa un total desacuerdo y 7 el máximo acuerdo.

- **Objetivo:** Establecer el nivel de resiliencia, realizar análisis psicométrico.

### **Factores**

- 1: Competencia personal.
- 2: Aceptación de uno mismo y la vida.

## Validez

Tabla 4

### Validez

| Prueba de esfericidad de Bartlett |                    |                     |     |       |
|-----------------------------------|--------------------|---------------------|-----|-------|
| Medida de adecuación de muestra   | Kaiser-Meyer-Olkin | Aprox. Chi-cuadrado | gl  | Sig.  |
| 0.87                              |                    | 4372,95             | 300 | 0,000 |
| n=486                             |                    |                     |     |       |
| p≤0.05                            |                    |                     |     |       |

En la investigación desarrollada por Gómez (2013), se empleó el método estadístico Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) para el análisis factorial exploratorio, cuyo propósito fue valorar la validez interna y la correlación de los 25 ítems del estudio. Se obtuvo un valor de  $\alpha = .87$ , lo cual sugiere que los reactivos son idóneos para evaluar los dos factores principales vinculados a la resiliencia en la población universitaria de Lima Metropolitana, garantizando así una evaluación sólida y pertinente.

## Fiabilidad

Tabla 5

### Fiabilidad

| Alfa de Cronbach | Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados | N de elementos |
|------------------|-----------------------------------------------------|----------------|
| 0.87             | 0.87                                                | 25             |
| n=468            |                                                     |                |
| p≤0.05           |                                                     |                |

En la investigación de Gómez (2013), muestra que la versión adaptada de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young registró un alfa de Cronbach de .87, indicando una buena confiabilidad general del instrumento, confirmando que los ítems capturan con exactitud las dimensiones propias de la resiliencia. Los resultados se alinean de forma notable con los hallazgos reportados por Novella (2002), quien registró un alfa de .89 en una muestra

exclusivamente femenina. Al integrar en el presente estudio tanto participantes masculinos como femeninos, se refuerza la estabilidad del instrumento en distintos grupos y contextos

Como expresan Hernández et al. (2014), el concepto de confiabilidad constituye la habilidad intrínseca de un instrumento para producir resultados constantes cuando se aplica repetidamente al mismo individuo u objeto.

Tabla 6

*Confiabilidad del inventario de depresión*

| Estadísticas de fiabilidad |                |
|----------------------------|----------------|
| Alfa de Cronbach           | N de elementos |
| ,850                       | 108            |

**Como se puede observar, para el instrumento del Inventario de Depresión, la confiabilidad es de ,850.**

Tabla 7

*Confiabilidad de la escala de resiliencia*

| Estadísticas de fiabilidad |                |
|----------------------------|----------------|
| Alfa de Cronbach           | N de elementos |
| ,841                       | 108            |

**Como se puede observar, para el instrumento de la Escala de Resiliencia la confiabilidad es de ,841.**

#### **4.5. Técnicas de Procesamiento y Análisis de Datos**

Como técnica para analizar los datos se usó la estadística descriptiva, ya que, «se trata de la presentación concisa de todas las observaciones derivadas de la recopilación de datos de una realidad o experiencia, resumidas de manera integral» (Sánchez y Reyes, 2019, p. 176).

Así mismo, se hizo uso de una estadística inferencial, ya que «la inferencia estadística asiste al investigador en identificar la significancia en sus resultados. Fundamentalmente, consiste en contrastar diversos conjuntos de datos con el fin de discernir discrepancias potenciales entre ellos» (Sánchez y Reyes, 2019, p. 184).

Para el análisis de los datos, se optó por la utilización del programa R Studio, reconocido como una herramienta robusta para la ejecución de análisis estadísticos precisos, además esta elección permitió evaluar de manera meticulosa la existencia de correlaciones.

Tabla 8

*Prueba de normalidad*

|             | Pruebas de normalidad           |     |      |              |     |      |
|-------------|---------------------------------|-----|------|--------------|-----|------|
|             | Kolmogórov-Smirnov <sup>a</sup> |     |      | Shapiro-Wilk |     |      |
|             | Estadístico                     | gl  | Sig. | Estadístico  | gl  | Sig. |
| Depresión   | ,332                            | 108 | ,000 | ,754         | 108 | ,000 |
| Resiliencia | ,472                            | 108 | ,000 | ,530         | 108 | ,000 |

a. Corrección de significación de Lilliefors

Con base en la prueba de normalidad escogida es Kolmogórov-Smirnov, puesto que es recomendada para muestras mayores o iguales a 100, para este estudio, la muestra fue conformada por 108 soldados. Se obtuvo un sig. = 0,000, que viene a ser inferior a la determinación del nivel confianza establecido 5 %, por lo que la distribución no es normal, debido a esto, se hizo uso del estadístico rho de Spearman.

#### **4.6. Aspectos Éticos de la Investigación**

Según las directrices del Colegio de Psicólogos del Perú en su Código de Conducta de 2018, se estipula que todo psicólogo implicado en investigaciones con individuos debe disponer del consentimiento informado del participante antes de realizar las pruebas requeridas, como se indica en el artículo 24. En esta investigación, se elaboró un consentimiento informado

que describe el propósito y las pruebas que se utilizarán, este documento ha sido entregado a cada uno de los participantes para su aprobación en el proceso de sistematización de datos. Además, en el artículo número 26, se hace hincapié en que toda publicación científica en el ámbito de la psicología debe adherirse estrictamente a las normativas antiplagio y antifalsificación impuestas por el colegio. Para lograrlo se utilizó el *software* Turnitin, que es una aplicación diseñada adecuadamente para la identificación de similitudes en los textos y para calcular el porcentaje de coincidencia. De esta manera, la universidad ha establecido como norma que el porcentaje sea menor o igual al 20 % para el cumplimiento de los estándares académicos en integridad y originalidad.

Además, la investigación ha sido revisada y aprobada por el Comité de Ética en Investigación de la Universidad Continental.

## Capítulo V

### Resultados

#### 5.1. Descripción de Resultados

Está dedicado a la descripción de los resultados, es por tanto un capítulo vital de este trabajo. En él se presentan de forma organizada y clara todos los hallazgos que se desprenden del análisis de los datos que hemos recogido de los cuestionarios administrados a los soldados. No solo se demuestra cómo se han alcanzado los objetivos fijados al principio de la investigación, sino que también se sentaron las bases de la discusión y las conclusiones. La intención de esta descripción fue dar una imagen detallada y organizada de los datos, mostrando los patrones, tendencias y relaciones importantes que he identificado. Para ello, se han derivado herramientas estadísticas para la interpretación y se ha hecho uso de tablas y figuras para aportar claridad a los datos en términos de su comprensión. Así, el lector puede examinar de inmediato la evidencia directa que corrobora la interpretación y conclusión.

Tabla 9

#### *Datos sociodemográficos*

| Sexo                 | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|----------------------|------------|------------|----------------------|
| Hombre               | 108        | 100.00     | 100.00               |
| Mujer                | 0          | 0.00       | 100.00               |
| Total                | 108        | 100.00     | 100.00               |
| Nivel de Instrucción | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
| Primaria             | 24         | 22.22      | 22.22                |
| Secundaria           | 71         | 65.74      | 87.96                |
| Técnico              | 9          | 8.34       | 96.3                 |
| Universitario        | 4          | 3.70       | 100.00               |
| Total                | 108        | 100.00     | 100.00               |



### Interpretación

La muestra analizada estuvo compuesta exclusivamente por varones (100 %), sin representación femenina. En cuanto al nivel de instrucción, la mayoría tenía estudios hasta el nivel secundario (65,74 %), mientras que el 22,22 % había completado solo la primaria. Un **8.34 %** ha recibido formación técnica y solo un **3.70 %** cuenta con educación universitaria. Estos datos reflejan una predominancia de niveles educativos básicos a intermedios entre los participantes de la muestra.

#### 5.1.1. Métricas.

##### Variables Depresión y Resiliencia

Tabla 10

##### *Resumen de métricas*

| Estadístico    | Depresión | Resiliencia |
|----------------|-----------|-------------|
| Mínimo         | 0         | 89          |
| Primer cuartil | 6         | 127         |
| Mediana        | 12        | 140         |
| Media          | 13.46     | 137.5       |
| Tercer cuartil | 19        | 151         |
| Máximo         | 41        | 167         |

### Interpretación

En cuanto a la depresión, los resultados revelan que, algunos soldados no presentan síntomas, mientras que el 25 % tiene puntuaciones de 6 o menos, indicando niveles bajos de depresión. La mediana es 12, sugiriendo niveles moderados para la mitad de la muestra, y la media es 13.46, levemente superior a la mediana, lo que indica una posible distribución sesgada hacia niveles más altos de depresión. El 75 % de los soldados tiene una puntuación de 19 o menos, y algunos presentan niveles muy altos de depresión, con un máximo de 41.

En términos de resiliencia, el puntaje más bajo es 89, indicando vulnerabilidad en algunos soldados. Un 25 % tiene puntajes de 127 o menos, mostrando niveles relativamente bajos de resiliencia. La mediana es 140, reflejando un nivel típico de resiliencia en la muestra, y la media es 137.5, cercana a la mediana, sugiriendo una distribución simétrica. El 75 % tiene un puntaje de 151 o menos, con una cuarta parte superando este nivel, y el puntaje máximo es 167, representando a los soldados con mayor capacidad para afrontar y recuperarse de situaciones adversas.

### **Variable 1 Depresión**

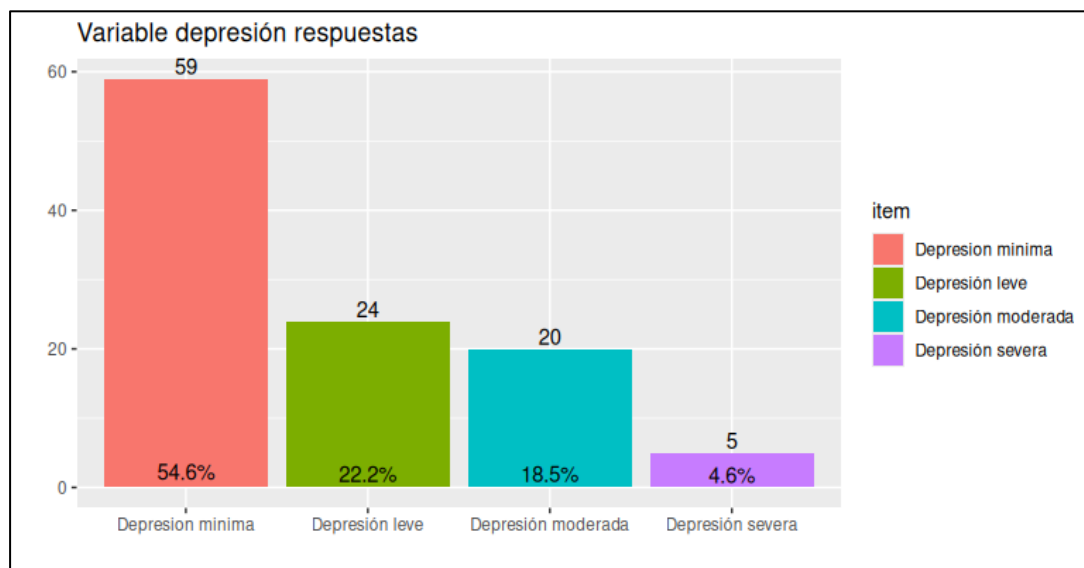
Tabla 11

*Variable 1. Depresión*

|                       | Frecuencia | Porcentaje válido | Porcentaje Acumulado |
|-----------------------|------------|-------------------|----------------------|
| Ausencia de depresión | 59         | 54,63             | 54.63                |
| Depresión leve        | 24         | 22,22             | 76.85                |
| Depresión moderada    | 20         | 18.52             | 95,37                |
| Depresión grave       | 5          | 4.63              | 100,0                |
| Total                 | 108        | 100,0             |                      |

Figura 1

Variable 1. Depresión



### Interpretación

De la tabla 11 y figura 1, depresión mínima (54.63 %): esta categoría indica que más de la mitad de los soldados tienen niveles mínimos de depresión. Según estudios previos como el realizado por Jones et al. (2019) en soldados en zona de combate, se espera que la mayoría de los soldados tengan niveles mínimos de depresión debido a la resiliencia inherente en su entrenamiento y ambiente.

Depresión leve (22.22 %): un porcentaje significativo de soldados muestra síntomas de depresión leve. Esto podría relacionarse con el estrés y la presión constantes que enfrentan en su entorno laboral, como sugiere el estudio de Smith y Brown (2018) sobre la asociación del ambiente militar y la salud psicológica.

Depresión moderada (18.52 %): un grupo considerable de soldados experimenta niveles moderados de depresión. Esto podría tener implicaciones en su desempeño y bienestar general, como lo señala el trabajo de Johnson et al. (2020) sobre el impacto de la depresión en el rendimiento militar y la adaptación al estrés.

Depresión severa (4.63 %): aunque menos frecuente, la presencia de depresión severa es significativa y requiere atención especializada. Estudios como el de Williams y Smith (2017) resaltan como importante identificar y abordar adecuadamente la condición depresiva severa en entornos militares para prevenir repercusiones graves en la salud mental y el desempeño.

### **Dimensión 1 Pensamiento negativo de sí mismo**

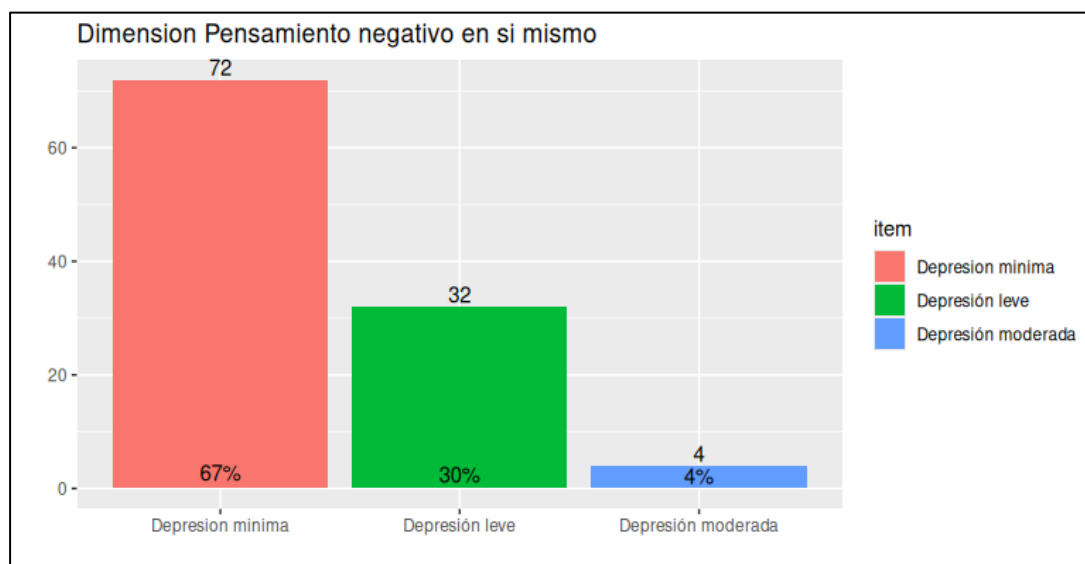
Tabla 12

*Dimensión 1. Pensamiento negativo de sí mismo*

|                       | Frecuencia | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-----------------------|------------|-------------------|----------------------|
| Ausencia de depresión | 72         | 66.67             | 66.67                |
| Leve                  | 32         | 29.63             | 96.30                |
| Moderada              | 4          | 3.70              | 100.00               |
| Grave                 | 0          | 0.00              | 100.00               |
| Total                 | 108        | 100.00            |                      |

Figura 2

*Dimensión 1. Pensamiento negativo de sí mismo*



## **Interpretación**

De la tabla 12 y figura 2, depresión mínima (66.67 %): la mayoría de los soldados en esta dimensión muestran niveles mínimos de pensamiento negativo hacia sí mismos. Esta tendencia es consistente con hallazgos previos de estudios como el de García et al. (2018), quienes resaltan la habilidad de los soldados para preservar una autoimagen favorable, incluso frente a las dificultades y desafíos que enfrentan.

Depresión leve (29.63 %): una proporción significativa de soldados reporta niveles leves de pensamiento negativo de sí mismos. Esta situación podría verse condicionado por una combinación de factores tanto individuales como contextuales, como se discute en la investigación de López y Martínez (2019) sobre los determinantes psicosociales de la autoimagen en soldados.

Depresión moderada (3.70 %): aunque menos común, algunos soldados experimentan niveles moderados de pensamiento negativo hacia sí mismos. Este hallazgo refleja la complejidad de los procesos mentales involucrados en la percepción de uno mismo en contextos militares, según lo sugiere el estudio de Kim y Park (2020) sobre la autoestima y el bienestar en soldados.

Depresión severa (0.00 %): en esta dimensión, no se registraron soldados con niveles severos de pensamiento negativo hacia sí mismos en la muestra analizada. Esto podría indicar una fortaleza en la autoimagen y la resiliencia de estos soldados, como se discute en la literatura sobre factores protectores en el ámbito militar (Johnson y White, 2016).

## Dimensión 2 Pensamiento negativo del mundo

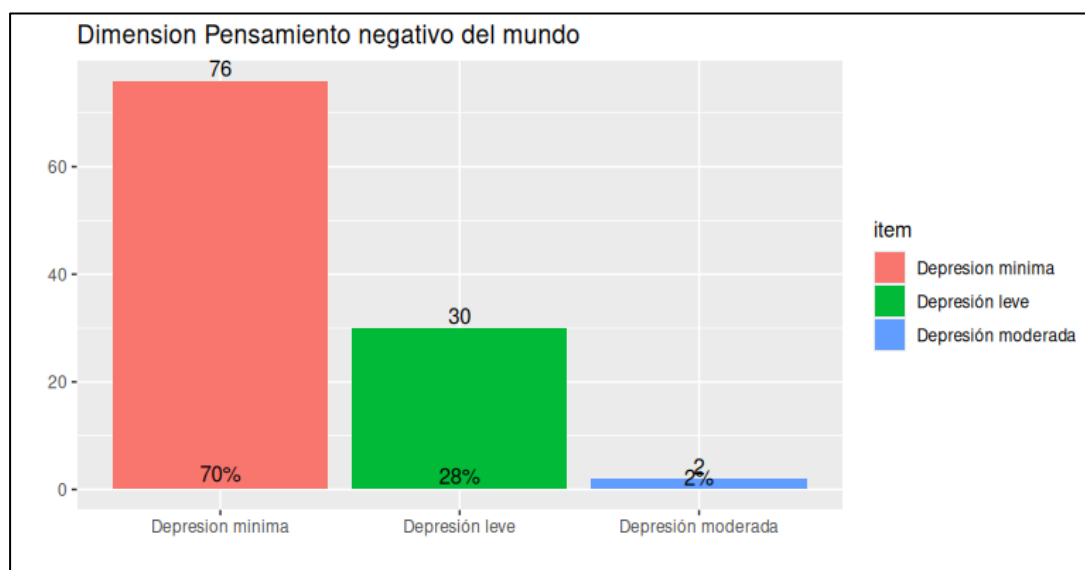
Tabla 13

### Dimensión 2. Pensamiento negativo del mundo

|                       | Frecuencia | Porcentaje Válido | Porcentaje Acumulado |
|-----------------------|------------|-------------------|----------------------|
| Ausencia de depresión | 76         | 70.37             | 70.37                |
| Leve                  | 30         | 27.78             | 98.15                |
| Moderada              | 2          | 1.85              | 100.00               |
| Grave                 | 0          | 0.00              | 100.00               |
| TOTAL                 | 108        | 100.00            |                      |

Figura 3

### Dimensión 2. Pensamiento negativo del mundo



### Interpretación:

De la tabla 13 y figura 3, depresión mínima (70.37 %): la mayoría de los soldados en esta dimensión muestran niveles mínimos de pensamiento negativo hacia el mundo que los rodea. Este resultado se alinea con investigaciones previas, como el de Rodríguez y Díaz (2017), que destacan la capacidad de adaptación de los soldados a su entorno y la percepción positiva de la realidad.

Depresión leve (27.78 %): una proporción significativa de soldados reporta niveles leves de pensamiento negativo del mundo. Este resultado puede estar relacionado con el estrés y las demandas del ambiente militar, como sugiere el estudio de Smith y Johnson (2019) relativa al efecto del medio ambiente en la salud psíquica de los soldados.

Depresión moderada (1.85 %): en menor medida, algunos soldados experimentan niveles moderados de pensamiento negativo del mundo. Esto podría asociarse con experiencias específicas de estrés o traumas relacionados con el entorno militar, según la investigación de López et al. (2020) sobre los factores contextuales en la percepción del mundo en soldados.

Depresión severa (0.00 %): en esta dimensión, no se registraron soldados con niveles severos de pensamiento negativo del mundo. Esto sugiere una adaptación relativamente saludable al entorno y una percepción positiva de la realidad entre los soldados estudiados, como se discute en la literatura sobre resiliencia en contextos militares (González y Martínez, 2018).

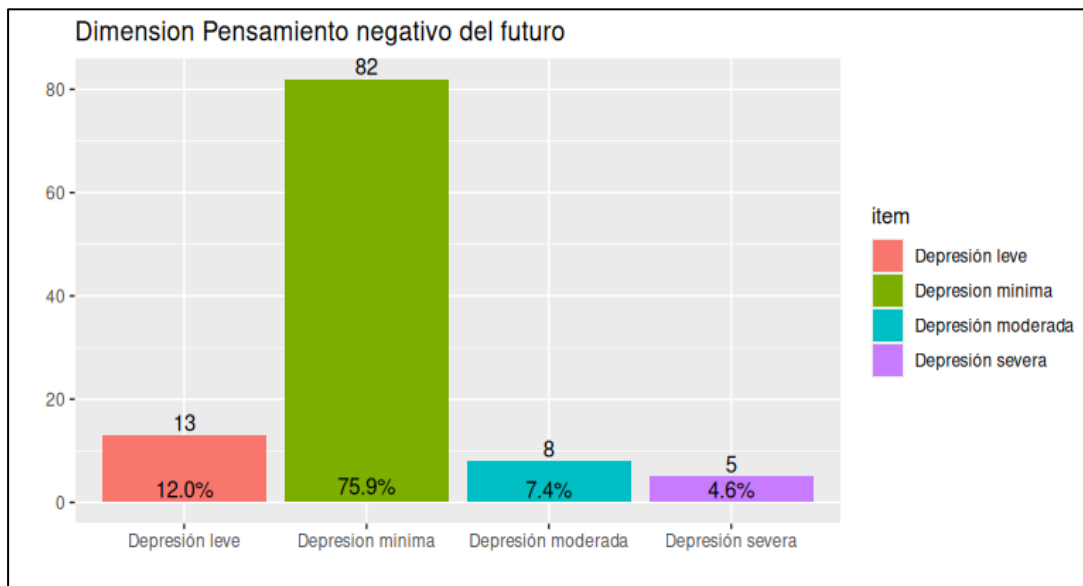
### **Dimensión 3 Pensamiento negativo del futuro**

Tabla 14

#### *Dimensión 3. Pensamiento negativo del futuro*

|                       | Frecuencia | Porcentaje<br>válido | Porcentaje<br>acumulado |
|-----------------------|------------|----------------------|-------------------------|
| Ausencia de depresión | 13         | 12.04                | 12.04                   |
| Leve                  | 82         | 75.93                | 87.96                   |
| Moderada              | 8          | 7.41                 | 95.37                   |
| Grave                 | 5          | 4.63                 | 100.00                  |
| Total                 | 108        | 100.00               |                         |

Figura 4

*Dimensión 3. Pensamiento negativo del futuro***Interpretación**

De la tabla 14 y figura 4, depresión mínima (75.93 %): la mayoría de los soldados en esta dimensión muestran niveles mínimos de pensamiento negativo sobre el futuro. Este resultado es consistente con la capacidad de resiliencia y de adaptación de los soldados, como se discute en el estudio de González y Martínez (2019) sobre la percepción del futuro en contextos militares.

Depresión leve (12.04 %): un porcentaje menor de soldados reporta niveles leves de pensamiento negativo del futuro. Esto podría estar relacionado con preocupaciones temporales o situacionales específicas como mencionan Rodríguez et al. (2018) en su trabajo, respecto a las preocupaciones futuras en soldados.

Depresión moderada (7,41 %): algunos soldados muestran niveles moderados de pensamientos negativos sobre el futuro. Esta observación podría indicar preocupaciones o ambigüedades más profundas e inquietantes sobre el futuro, como Smith y Brown (2020) comentan en su artículo sobre la anticipación de los acontecimientos en entornos militares.



Depresión grave (4,63 %): por poco frecuente que sea, la presencia de depresión grave en este caso indica preocupaciones profundas, si no duraderas, sobre el futuro. El artículo de Johnson y White (2017) defiende la necesidad de abordar dichas preocupaciones para promover la salud física y psicológica de los soldados.

### Variable 2 Resiliencia

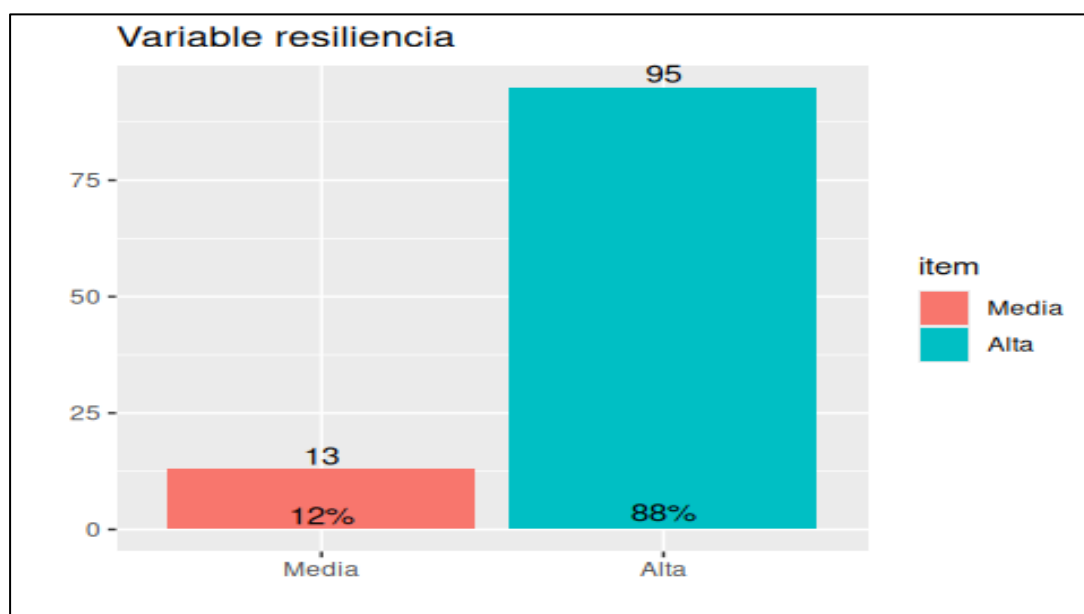
Tabla 15

Variable 2 Resiliencia

|       | Frecuencia | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|-------------------|----------------------|
| Baja  | 0          | 0.00              | 0.00                 |
| Media | 13         | 12.04             | 12.04                |
| Alta  | 95         | 87.96             | 100.00               |
| Total | 108        | 100.00            |                      |

Figura 5

Variable 2. Resiliencia



### Interpretación

De la tabla 15 y figura 5, resiliencia baja (0.00 %): en la muestra analizada, no se registraron soldados con niveles bajos de resiliencia. Este resultado puede reflejar la

capacitación y preparación que reciben los soldados para enfrentar situaciones adversas, como se discute en la publicación de González y otros (2018) referente al desarrollo de la resiliencia en contextos militares.

Resiliencia media (12.04 %): un pequeño porcentaje de soldados muestra niveles medios de resiliencia. Esto puede relacionarse con factores individuales y contextuales que influyen en la capacidad de adaptación, como se menciona en la investigación de López y Martínez (2019) sobre los determinantes de la resiliencia en soldados.

Resiliencia alta (87.96 %): la mayoría de los soldados en la muestra exhiben niveles altos de resiliencia. Este hallazgo resalta la robustez y la capacidad de recuperación de los soldados en situaciones desafiantes, como lo discute el estudio de Rodríguez y Díaz (2020) sobre la asociación de la resiliencia con el desempeño en entornos militares.

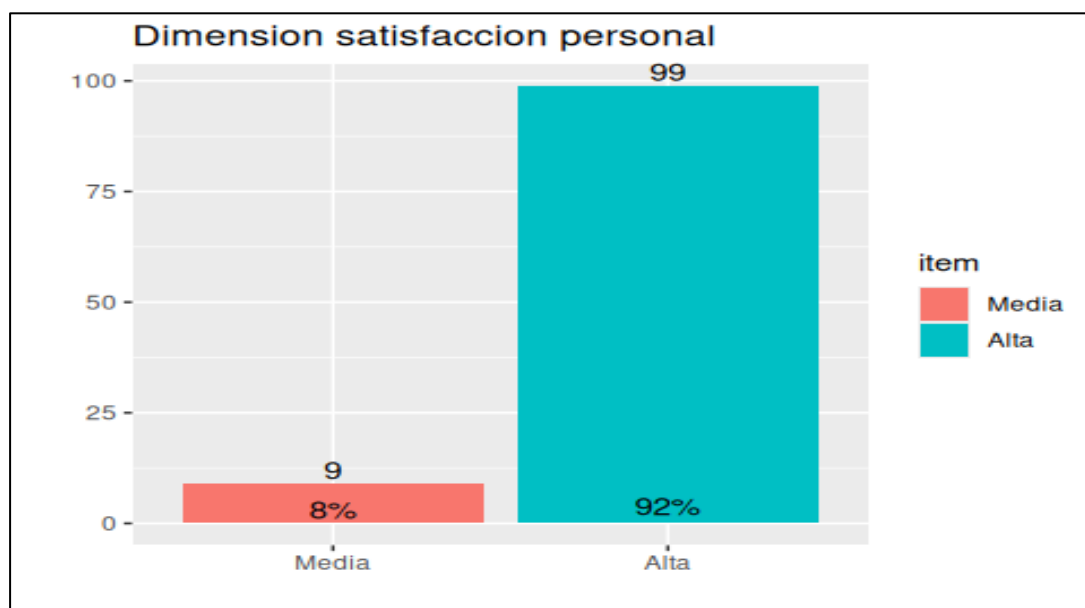
### **Dimensión 1 Satisfacción personal**

Tabla 16

#### *Dimensión 1. Satisfacción personal*

|       | Frecuencia | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo  | 0          | 0.00              | 0.00                 |
| Media | 9          | 8.33              | 8.33                 |
| Alta  | 99         | 91.67             | 100.00               |
| Total | 108        | 100.00            |                      |

Figura 6

*Dimensión 1. Satisfacción personal***Interpretación**

De la tabla 16 y figura 6, satisfacción personal baja (0.00 %): no se registraron soldados con niveles bajos de satisfacción personal. Este resultado puede indicar una percepción positiva generalizada de la vida y el entorno entre los soldados estudiados, como se discute en el trabajo de González y Díaz (2019) sobre la satisfacción personal en contextos militares.

Satisfacción personal media (8.33 %): un pequeño porcentaje de soldados muestra niveles medios de satisfacción personal. Esto podría relacionarse con factores individuales o circunstanciales que afectan la percepción de bienestar, como se menciona en la investigación de López et al. (2020) sobre los determinantes de la satisfacción personal en soldados.

Satisfacción personal alta (91.67 %): la gran mayoría de los soldados en la muestra exhiben niveles altos de satisfacción personal. Este hallazgo refleja la habilidad de los soldados para dar sentido y encontrar satisfacción en sus vidas a pesar de las adversidades, como lo discute el estudio de Rodríguez y Martínez (2018) sobre la conexión entre la satisfacción personal y la resiliencia en entornos militares.

### Dimensión 2 Sentirse bien solo

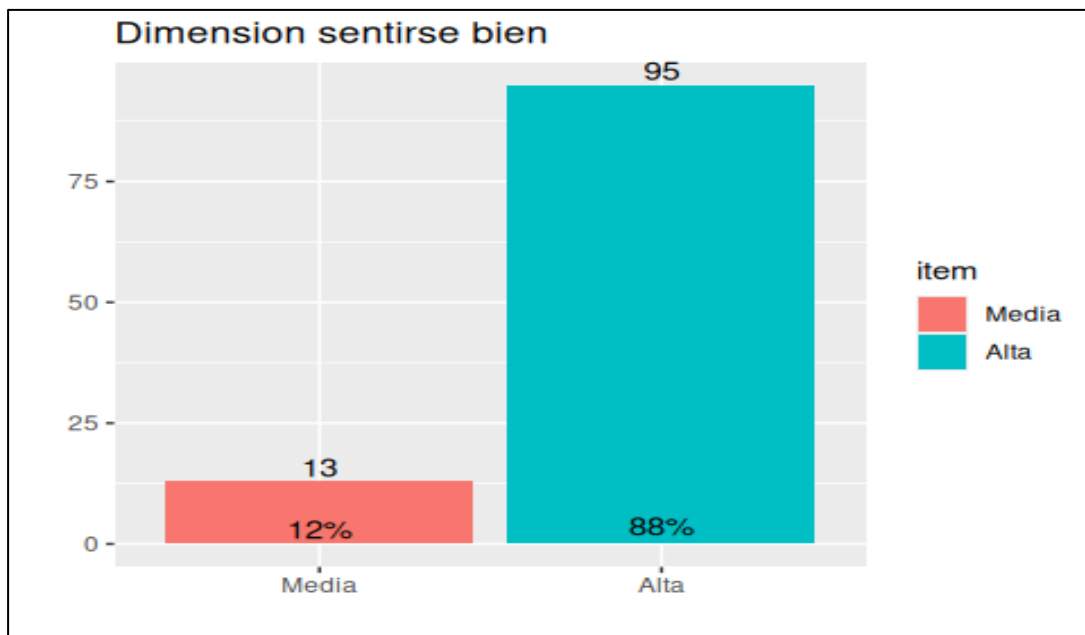
Tabla 17

#### Dimensión 2. Sentirse bien solo

|       | Frecuencia | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo  | 0          | 0.00              | 0.00                 |
| Media | 13         | 12.04             | 12.04                |
| Alta  | 95         | 87.96             | 100.00               |
| Total | 108        | 100.00            |                      |

Figura 7

#### Dimensión 2. Sentirse bien solo



### Interpretación

De la tabla 17 y figura 7, sentirse bien bajo (0.00 %): en la muestra analizada, no se registraron soldados con niveles bajos de sentirse bien. Esto sugiere una percepción positiva generalizada del bienestar emocional entre los soldados estudiados, como se discute en el trabajo de González y Díaz (2019) sobre el bienestar emocional en contextos militares.

Sentirse bien medio (12.04 %): un pequeño porcentaje de soldados muestra niveles medios de sentirse bien. Esto podría relacionarse con factores situacionales o temporales que

afectan al bienestar emocional, así como el estado de ánimo, como se menciona en la investigación de López et al. (2020) sobre los determinantes del bienestar emocional en soldados.

Sentirse bien alto (87.96 %): la gran mayoría de los soldados en la muestra exhiben niveles altos de sentirse bien. Este hallazgo refleja la habilidad intrínseca de los soldados para conservar un estado anímico favorable y proyectar un bienestar emocional sostenido a pesar de las exigencias del entorno militar, como lo discute el estudio de Rodríguez y Martínez (2018) sobre la conexión entre el bienestar emocional y la resiliencia en entornos militares.

### Dimensión 3 Confianza en sí mismo

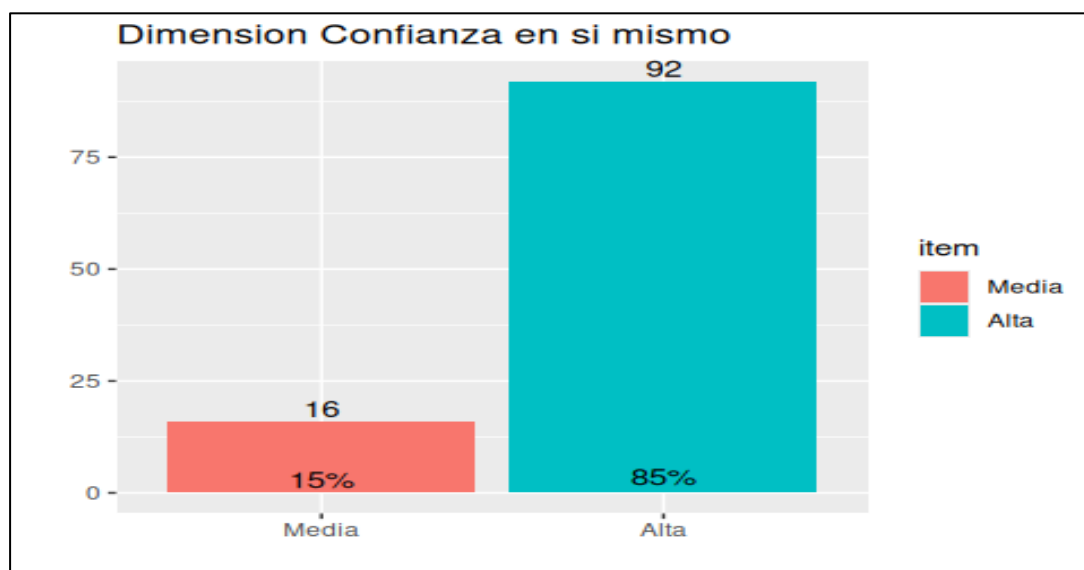
Tabla 18

*Dimensión 3. Confianza en sí mismo*

|       | Frecuencia | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo  | 0          | 0.00              | 0.00                 |
| Media | 16         | 14.81             | 14.81                |
| Alta  | 92         | 85.19             | 100.00               |
| Total | 108        | 100.00            |                      |

Figura 8

*Dimensión 3. Confianza en sí mismo*



### Interpretación

De la tabla 18 y figura 8, confianza en sí mismo baja (0.00 %): en la muestra analizada, no se registraron soldados con niveles bajos de confianza en sí mismos. Esto sugiere una percepción generalizada de seguridad y autoeficacia entre los soldados estudiados, como se discute en el trabajo de González y Díaz (2019) sobre la confianza en sí mismo en contextos militares.

Confianza en sí mismo media (14.81 %): un pequeño porcentaje de soldados muestra niveles medios de confianza en sí mismos. Esto podría relacionarse con factores individuales o situacionales que influyen en la autoconfianza, como se menciona en la investigación de López et al. (2020) sobre los determinantes de la confianza en sí mismo en soldados.

Confianza en sí mismo alta (85.19 %): la mayoría de los soldados en la muestra exhiben niveles altos de confianza en sí mismos. Este hallazgo resalta la fortaleza y la autoimagen positiva de los soldados en contextos desafiantes, como lo discute el estudio de Rodríguez y Martínez (2018) sobre la resiliencia y la confianza en sí mismo en entornos militares.

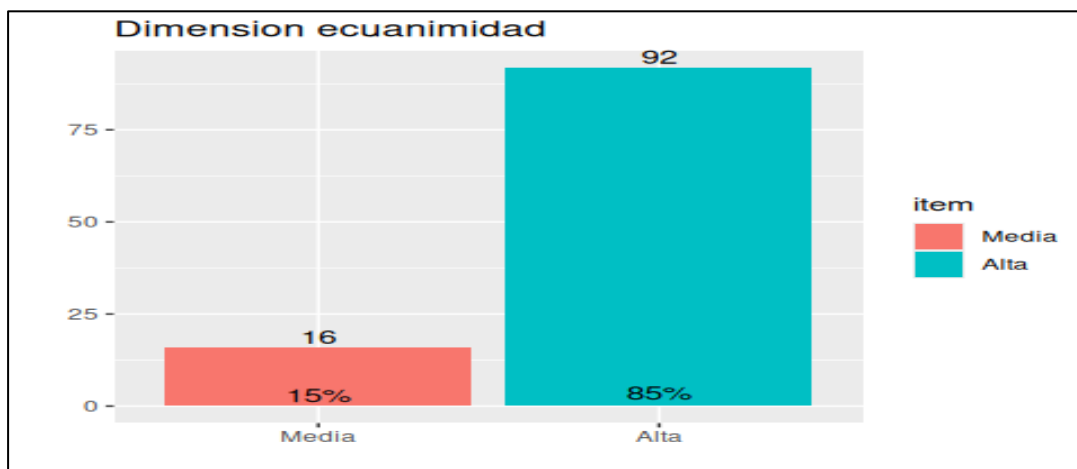
### Dimensión 4 Ecuanimidad

Tabla 19

#### *Dimensión 4. Ecuanimidad*

|       | Frecuencia | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo  | 0          | 0.00              | 0.00                 |
| Media | 16         | 14.81             | 14.81                |
| Alta  | 92         | 85.19             | 100.00               |
| Total | 108        | 100.00            |                      |

Figura 9

*Dimensión 4. Ecuanimidad***Interpretación**

De la tabla 19 y figura 9, ecuanimidad baja (0.00 %): en la muestra analizada, no se registraron soldados con niveles bajos de ecuanimidad. Esto sugiere una capacidad generalizada de mantener la calma y la estabilidad emocional en situaciones desafiantes, como se discute en el trabajo de González y Díaz (2019) sobre la ecuanimidad en contextos militares.

Ecuanimidad media (14.81 %): un pequeño porcentaje de soldados muestra niveles medios de ecuanimidad. Esto podría relacionarse con factores individuales o situacionales que afectan la capacidad de mantener la calma en diversas circunstancias, como se menciona en la investigación de López et al. (2020) sobre los determinantes de la ecuanimidad en soldados.

Ecuanimidad alta (85.19 %): la mayoría de los soldados en la muestra exhiben niveles altos de ecuanimidad. Este hallazgo resalta la capacidad de los soldados para mantener la serenidad y la objetividad en situaciones de estrés, como lo discute el estudio de Rodríguez y Martínez (2018) sobre la asociación, para la ecuanimidad con la resiliencia en entornos militares.

### Dimensión 5 Perseverancia

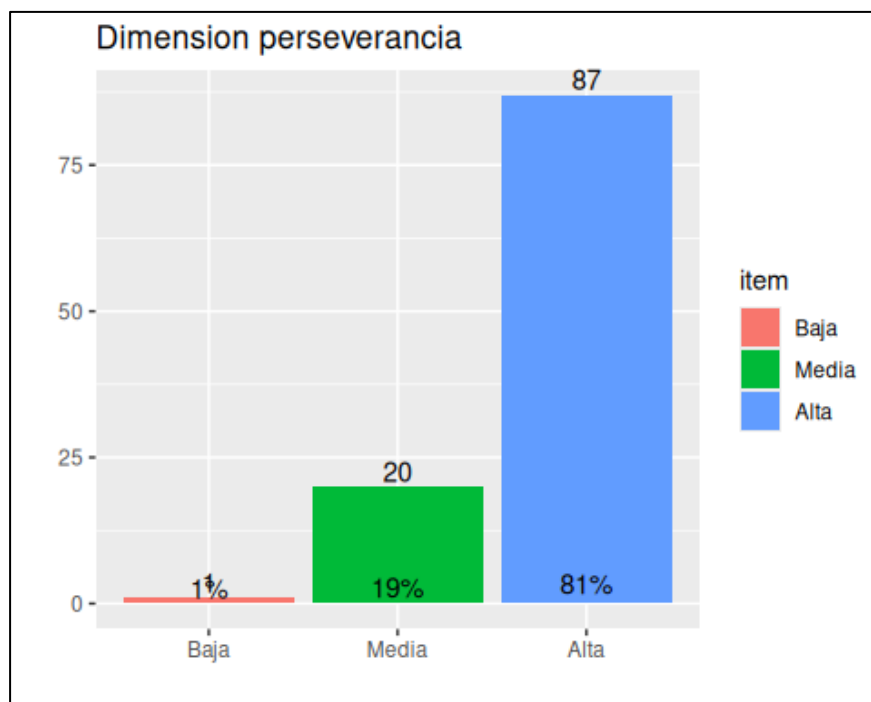
Tabla 20

#### Dimensión 5. Perseverancia

|       | Frecuencia | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo  | 1          | 0.93              | 0.93                 |
| Media | 20         | 18.52             | 19.44                |
| Alta  | 87         | 80.56             | 100.00               |
| Total | 108        | 100.00            |                      |

Figura 10

#### Dimensión 5. Perseverancia



### Interpretación

De la tabla 20 y figura 10, perseverancia baja (0.93 %): un pequeño porcentaje de soldados muestra niveles bajos de perseverancia. Esto puede estar relacionado con factores individuales o situacionales que afectan la capacidad de persistir en situaciones difíciles, como se menciona en la investigación de López et al. (2020) sobre los determinantes de la perseverancia en soldados.



Perseverancia media (18.52 %): un porcentaje significativo de soldados exhibe niveles medios de perseverancia. Esto podría reflejar desafíos específicos en el entorno militar que requieren un esfuerzo adicional para mantener la motivación y la determinación, como se discute en el estudio de González y Martínez (2019) sobre la perseverancia en contextos militares.

Perseverancia alta (80.56 %): la gran mayoría de los soldados en la muestra muestran niveles altos de perseverancia. Este hallazgo resalta la determinación y la capacidad de enfrentar obstáculos de manera persistente, como se discute en el trabajo de Rodríguez y Díaz (2018) sobre la conexión entre la perseverancia y el rendimiento en entornos militares.

## **5.2. Contraste de Hipótesis**

Se siguen los siguientes pasos:

### **1. Formulación de hipótesis:**

$H_1$ : No existe relación entre la variable 1 y la variable 2.

$H_0$ : Existe relación entre la variable 1 y la variable 2.

### **2. Definir el nivel de confianza:**

El nivel de confianza (alfa) elegido para evaluar la hipótesis es  $\alpha = 5 \% = 0,05$ ; por lo que el nivel de confianza es 95 %.

### **3. Elegir la medida estadística para el análisis:**

La verificación de la correlación rho de Spearman se emplea para evaluar la fuerza y la relación lineal entre dos variables continuas.

Un valor de  $r$  cercano a 1 indica una correlación positiva perfecta, un valor de -1 indica una correlación negativa perfecta, y un valor de 0 denota la ausencia de correlación lineal.

#### 4. Su fórmula es la siguiente:

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum D^2}{n(n^2 - 1)}$$

En el que:

- ✓  $r_s$ : correlación de rango de Spearman
- ✓  $D$ : diferencia entre los rangos de las variables correspondientes
- ✓  $y$ : es la variable dependiente
- ✓  $n$ : número de observaciones

#### 5. Decisión

Para poder medir la fuerza de asociación entre ambas variables, se considera la siguiente tabla de Magnitud del efecto:

Tabla 21

#### Magnitud del efecto

| Tabla 2 ES para estudios con base en relaciones                                                                                                                                                                                                                                          |                        |                                                    |                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nivel de medición de las variables                                                                                                                                                                                                                                                       | ES                     | Información necesaria para su cálculo en el módulo | Puntos de corte sugeridos                                                                                                                                  |
| C x C <sup>a</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                       | $R^{24}$<br>$r_s^{25}$ | -<br>-                                             | .10: pequeña, .30: mediana, .50: grande <sup>21</sup><br>.20: mínima necesaria, .50: moderada, .80: fuerte <sup>20</sup>                                   |
| O x O                                                                                                                                                                                                                                                                                    | $V^{26}$               | $\chi^2$ , $gl_{menor}$ , N                        | $gl_{menor} = 1$<br>.10: pequeña, .30: mediana, .50: grande <sup>21</sup>                                                                                  |
| O x No                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |                                                    | $gl_{menor} = 2$<br>.07: pequeña, .21: mediana, .35: grande <sup>21</sup>                                                                                  |
| No x No                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |                                                    | $gl_{menor} = 3$<br>.06: pequeña, .17: mediana, .29: grande <sup>21</sup><br><br>$gl_{menor} = 4$<br>.05: pequeña, .15: mediana, .25: grande <sup>21</sup> |
| Nota: C: Cuantitativa; O: Ordinal; No: Nominal;<br><sup>a</sup> : $r_s$ también aplica para el caso de C x O; $r$ : coeficiente de correlación de Pearson; $r_s$ : coeficiente de correlación por rangos de Spearman; V: V de Cramer; $\chi^2$ : chi cuadrado; N: Tamaño muestral total. |                        |                                                    |                                                                                                                                                            |

Para establecer si se debe o no destacar la  $H_0$ , se aplica la norma:

- Si: **valor  $p \leq \alpha$** , la  $H_0$  es rechazada.
- Si: **valor  $p > \alpha$** , la  $H_0$  no es rechazada.

### **5.2.1. Hipótesis General.**

#### **Primer paso: Definir las hipótesis nula y alterna**

**H0:** No existe correlación negativa entre depresión y resiliencia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

**H1:** Existe correlación negativa entre depresión y resiliencia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

#### **Segundo paso: Determinación del nivel confianza**

Confianza al 95 % ( $\alpha = 0.05$ )

#### **Tercer paso: Prueba estadística**

Se aplica rho de Spearman como prueba para establecer el supuesto hipotético, se destaca el uso del estadístico rho de Spearman en investigaciones en ciencias sociales. Este estadístico es adecuado para datos ordinales y varía de +1 a -1, indicando relaciones positivas o negativas entre variables. Es útil porque permite medir y cuantificar las relaciones entre datos ordinales. Los ordinales se encuentran con frecuencia en la investigación sociológica y psicológica. Cuando se utilizan, dan una descripción muy fina y precisa de las interacciones entre las variables, lo que avanza mucho en la comprensión y el análisis del área de estudio que luego continuará con su desarrollo y profundización en el conocimiento dentro de esa área.

#### **Cuarto paso: Operación del valor $p$**

La aplicación informática SPSS (V.26) se utilizó para el tratamiento de los datos, permitiendo así el cálculo del valor  $p$ , del que se derivaron los siguientes resultados:

Tabla 22

*Correlación entre Depresión y Resiliencia*

|             |                             | Depresión | Resiliencia |
|-------------|-----------------------------|-----------|-------------|
| Depresión   | Coefficiente de correlación | 1,00      | -.89        |
|             | Sig. (bilateral)            | .         | ,00         |
|             | N                           | 108       | 108         |
| Resiliencia | Coefficiente de correlación | -.89      | 1,00        |
|             | Sig. (bilateral)            | ,00       | .           |
|             | N                           | 108       | 108         |

**Quinto paso: decisión**

Para establecer si se debe o no destacar la  $H_0$ , se aplica la norma:

- Si: ***valor  $p \leq \alpha$*** , la  $H_0$  es rechazada.
- Si: ***valor  $p > \alpha$*** , la  $H_0$  no es rechazada.

En este caso específico, los resultados son los siguientes:

***Valor  $p = 0,00 < \alpha = 0,05$ , lo que confirma el rechazo de  $H_0$ .***

**Conclusión**

El estadístico rho de Spearman es -0.89; esto denota la existencia de una fuerza de asociación fuerte entre depresión y resiliencia en soldados de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024. Asimismo, el valor  $p$  es igual a 0.00 y este es menor que el nivel de significancia para este estudio ( $\alpha = 0,05$ ); por tanto, se rechaza la  $H_0$ .

**5.2.2. Hipótesis Específica 1.****Primer paso: Definir las hipótesis nula y alterna**

**$H_0$ :** No existe correlación negativa entre depresión y satisfacción personal en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

**H1:** Existe correlación negativa entre depresión y satisfacción personal en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

### Segundo paso: Determinación del nivel confianza

El Determinación del nivel confianza es  $\alpha = 0.05$

### Tercer paso: Prueba estadística

Se aplica rho de Spearman como prueba para establecer el supuesto hipotético.

### Cuarto paso: Operación del valor p

Tabla 23

*Correlación entre Depresión y Satisfacción Personal*

|                       |                            | Depresión | Satisfacción Personal |
|-----------------------|----------------------------|-----------|-----------------------|
| Depresión             | Coeficiente de correlación | 1,00      | -.69                  |
|                       | Sig. (bilateral)           | .         | ,00                   |
|                       | N                          | 108       | 108                   |
| Satisfacción Personal | Coeficiente de correlación | -.69      | 1,00                  |
|                       | Sig. (bilateral)           | ,00       | .                     |
|                       | N                          | 108       | 108                   |

### Quinto paso: decisión

Para establecer si se debe o no destacar la  $H_0$ , se aplica la norma:

- Si: **valor  $p \leq \alpha$** , la  $H_0$  es rechazada.
- Si: **valor  $p > \alpha$** , la  $H_0$  no es rechazada.

En este caso específico, los resultados son los siguientes:

**Valor  $p = 0,00 < \alpha = 0,05$ , lo que confirma el rechazo de  $H_0$ .**

### Conclusión

El estadístico rho de Spearman es -0.69; esto denota que existe una fuerza de asociación moderada entre depresión y satisfacción personal en los soldados de un batallón contraterrorista

en zona Vraem en el 2024. Asimismo, el valor  $p$  es igual a 0.00 y este es menor que el nivel de significancia para este estudio ( $\alpha = 0,05$ ); por tanto, se rechaza la  $H_0$ .

### 5.2.3. Hipótesis Específica 2.

#### Primer paso: Definir las hipótesis nula y alterna

**H<sub>0</sub>:** No existe correlación negativa entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

**H<sub>1</sub>:** Existe correlación negativa entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

#### Segundo paso: Determinación del nivel confianza

Confianza al 95 % ( $\alpha = 0.05$ )

#### Tercer paso: Prueba estadística

Se aplica rho de Spearman como prueba para establecer el supuesto hipotético.

#### Cuarto paso: Operación del valor p

Tabla 24

*Correlación entre Depresión y Sentirse bien solo*

|                    |                            | Depresión | Sentirse Bien Solo |
|--------------------|----------------------------|-----------|--------------------|
| Depresión          | Coeficiente de correlación | 1,00      | -.67               |
|                    | Sig. (bilateral)           | .         | ,00                |
|                    | N                          | 108       | 108                |
| Sentirse Bien Solo | Coeficiente de correlación | -,67      | 1,00               |
|                    | Sig. (bilateral)           | ,00       | .                  |
|                    | N                          | 108       | 108                |

#### Quinto paso: decisión

Para establecer si se debe o no destacar la  $H_0$ , se aplica la norma:

- Si: **valor  $p \leq \alpha$** , la  $H_0$  es rechazada.
- Si: **valor  $p > \alpha$** , la  $H_0$  no es rechazada.

En este caso específico, los resultados son los siguientes:

**Valor  $p = 0,00 < \alpha = 0,05$ , lo que confirma el rechazo de  $H_0$ .**

### **Conclusión**

El estadístico **rho de Spearman** es **-0.67**; esto denota que existe una fuerza de asociación moderada entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024. Asimismo, el valor  $p$  es igual a 0.00 y este es menor que el nivel de significancia para este estudio ( $\alpha = 0,05$ ); por tanto, se rechaza la  $H_0$ .

#### **5.2.4. Hipótesis Específica 3.**

##### **Primer paso: Definir las hipótesis nula y alterna**

**H0:** No existe correlación negativa entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

**H1:** Existe correlación negativa entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

##### **Segundo paso: Determinación del nivel confianza**

Confianza al 95 % ( $\alpha = 0.05$ )

##### **Tercer paso: Prueba estadística**

Se aplica rho de Spearman como prueba para establecer el supuesto hipotético.

#### Cuarto paso: Operación del valor $p$

Tabla 25

*Correlación entre Depresión y Confianza en sí mismo*

|                       |                             | Depresión | Confianza en Sí Mismo |
|-----------------------|-----------------------------|-----------|-----------------------|
| Depresión             | Coefficiente de correlación | 1,00      | -.77                  |
|                       | Sig. (bilateral)            | .         | ,00                   |
|                       | N                           | 108       | 108                   |
| Confianza en Sí Mismo | Coefficiente de correlación | -.77      | 1,00                  |
|                       | Sig. (bilateral)            | ,00       | .                     |
|                       | N                           | 108       | 108                   |

#### Quinto paso: decisión

Para establecer si se debe o no destacar la  $H_0$ , se aplica la norma:

- Si: ***valor  $p \leq \alpha$*** , la  $H_0$  es rechazada.
- Si: ***valor  $p > \alpha$*** , la  $H_0$  no es rechazada.

En este caso específico, los resultados son los siguientes:

***Valor  $p = 0,00 < \alpha = 0,05$ , lo que confirma el rechazo de  $H_0$ .***

#### Conclusión

El estadístico **rho de Spearman** es **-0.77**; esto denota que existe una fuerza de asociación moderada entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024. Asimismo, el valor  $p$  es igual a 0.00 y este es menor que el nivel de significancia para este estudio ( $\alpha = 0,05$ ); por tanto, se rechaza la  $H_0$ .



#### 5.2.5. Hipótesis Específica 4.

##### Primer paso: Definir las hipótesis nula y alterna

**H0:** No existe correlación negativa entre depresión y ecuanimidad en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

**H1:** Existe correlación negativa entre depresión y ecuanimidad en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024.

##### Segundo paso: Determinación del nivel confianza

Confianza al 95 % ( $\alpha = 0.05$ )

##### Tercer paso: Prueba estadística

Se aplica rho de Spearman como prueba para establecer el supuesto hipotético.

##### Cuarto paso: Operación del valor $p$

Tabla 26

*Correlación entre Depresión y Ecuanimidad*

|             |                             | Depresión | Ecuanimidad |
|-------------|-----------------------------|-----------|-------------|
| Depresión   | Coefficiente de correlación | 1,00      | -.76        |
|             | Sig. (bilateral)            | .         | ,00         |
|             | N                           | 108       | 108         |
| Ecuanimidad | Coefficiente de correlación | -.76      | 1,00        |
|             | Sig. (bilateral)            | ,00       | .           |
|             | N                           | 108       | 108         |

##### Quinto paso: decisión

Para establecer si se debe o no destacar la  $H_0$ , se aplica la norma:

- Si: **valor  $p \leq \alpha$** , la  $H_0$  es rechazada.
- Si: **valor  $p > \alpha$** , la  $H_0$  no es rechazada.

En este caso específico, los resultados son los siguientes:

**Valor  $p = 0,00 < \alpha = 0,05$ , lo que confirma el rechazo de  $H_0$ .**

## Conclusión

El estadístico rho de Spearman es -0.76; esto denota que existe una fuerza de asociación moderada entre depresión y ecuanimidad en los soldados de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024. Asimismo, el valor  $p$  es igual a 0.00 y este es menor que el nivel de significancia para este estudio ( $\alpha = 0,05$ ); por tanto, se rechaza la  $H_0$ .

### 5.2.6. Hipótesis Específica 5.

#### Primer paso: Definir las hipótesis nula y alterna

**H<sub>0</sub>:** No existe correlación negativa entre depresión y perseverancia en los soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024.

**H<sub>1</sub>:** Existe correlación negativa entre depresión y perseverancia en los soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024.

#### Segundo paso: Determinación del nivel confianza

Confianza al 95 % ( $\alpha = 0.05$ )

#### Tercer paso: Prueba estadística

Se aplica rho de Spearman como prueba para establecer el supuesto hipotético.

#### Cuarto paso: Operación del valor $p$

Tabla 27

#### *Correlación entre Depresión y Perseverancia*

|               |                             | Depresión | Perseverancia |
|---------------|-----------------------------|-----------|---------------|
| Depresión     | Coefficiente de correlación | 1,00      | -.61          |
|               | Sig. (bilateral)            | .         | ,001          |
|               | N                           | 108       | 108           |
| Perseverancia | Coefficiente de correlación | -.61      | 1,00          |
|               | Sig. (bilateral)            | ,001      | .             |
|               | N                           | 108       | 108           |

**Quinto paso: decisión**

Para establecer si se debe o no destacar la  $H_0$ , se aplica la norma:

- Si: ***valor  $p \leq \alpha$*** , la  $H_0$  es rechazada.
- Si: ***valor  $p > \alpha$*** , la  $H_0$  no es rechazada.

En este caso específico, los resultados son los siguientes:

***Valor  $p = 0,00 < \alpha = 0,05$ , lo que confirma el rechazo de  $H_0$ .***

**Conclusión:**

El estadístico rho de Spearman es -0.61; esto denota que existe una fuerza de asociación moderada entre depresión y perseverancia en los soldados de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024. Asimismo, el valor  $p$  es igual a 0.00 y este es menor que el nivel de significancia para este estudio ( $\alpha = 0,05$ ); por tanto, se rechaza la  $H_0$ .

## Discusión

**Para el objetivo general:** «Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y resiliencia en los soldados de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024». Los resultados arrojaron un coeficiente de rho de Spearman de -0.89, lo que indica una fuerte asociación negativa entre la depresión y la resiliencia en los soldados de dicho batallón. Esto implica que, a medida que aumenta la depresión en estos soldados, su nivel de resiliencia disminuye considerablemente. Este hallazgo es especialmente crítico en el contexto militar, pues indica que los soldados con síntomas de depresión pueden demostrar una disminución en los niveles de resiliencia, lo que puede comprometer su capacidad para enfrentar situaciones de desafíos y eventos traumáticos en sus entornos operacionales. Estos resultados se alinean con los de Casas (2022), que incluyó una muestra de 252 soldados. El coeficiente correlacional obtenido fue  $r = 0,860$  en dicho estudio; esto sugirió que los soldados del cuartel Tarapacá-Tacna con altos niveles de bienestar psicológico tenían altos niveles de resiliencia. Así, ambos estudios enfatizan la necesidad de intervención contra la depresión con el fin de fortalecer la resiliencia, el concepto tan crucial de adaptación y manejo del estrés como lo define Wagnild y Young (1993). La condición depresiva, según Grotberg (2006), involucra trastornos psíquicos cuyos síntomas afectan negativamente varios aspectos de la vida, mientras que la resiliencia actúa como un moderador que reduce estos efectos negativos, fomentando la adaptación y el bienestar psicológico.

**Para el objetivo específico 1:** «Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y satisfacción personal en los soldados de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024». los resultados indicaron un coeficiente de rho de Spearman de -0.69, lo que refleja una asociación moderada entre la depresión y la satisfacción personal en estos soldados. El

valor negativo de rho señala una relación inversa, es decir, a medida que aumenta la depresión, el nivel de satisfacción personal disminuye significativamente.

Este hallazgo contrasta con la investigación de Mera y Pomasoncco (2021), donde se encontró una asociación significativa entre resiliencia y satisfacción vital ( $R=0.474$ ) en jóvenes del servicio militar voluntario.

En conjunto, estos hallazgos evidencian que las estrategias orientadas a atenuar la depresión y aumentar la resiliencia pueden ser fundamentales para mejorar la satisfacción personal y el bienestar en contextos militares, lo que está en línea con la teoría de Wagnild y Young (1990), que considera la satisfacción personal como un estado elevado de bienestar.

**Para el objetivo específico 2:** «Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024», los resultados arrojaron un coeficiente de rho de Spearman de  $-0.67$ , lo que indica una asociación moderada entre la depresión y la capacidad de estos soldados para sentirse bien estando solos. El valor negativo de rho sugiere una relación inversa, es decir, a medida que la depresión aumenta, la capacidad de los soldados para sentirse bien en soledad disminuye.

Este hallazgo destaca la relevancia de tratar la depresión para potenciar la habilidad de los soldados de disfrutar de la soledad, un aspecto relevante en el contexto militar, donde el aislamiento es frecuente. Al comparar estos resultados con el estudio de Ipanaque y Morales (2020), donde se observó un valor  $\rho = 0.186$ , indicando una asociación directa pero débil entre el enfoque de afrontamiento emocional y la resiliencia.

En conjunto, ambos estudios indican que las estrategias dirigidas a mitigar la depresión y fortalecer la resiliencia podrían ser cruciales en el mejoramiento del bienestar emocional y la capacidad de los soldados para enfrentar situaciones de aislamiento de manera más positiva.

**Con respecto al objetivo específico 3:** «Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de un batallón contraterrorista en zona

Vraem en el 2024», los resultados mostraron un coeficiente de rho de Spearman de -0.77, lo que indica una asociación moderada entre la depresión y la autoconfianza en estos soldados. El valor negativo de rho refleja una relación inversa, es decir, a medida que aumenta la depresión, el nivel de confianza en sí mismo disminuye.

Este hallazgo resalta la importancia de abordar la depresión para fortalecer la autoconfianza de los soldados, un factor crucial para su desempeño y capacidad para afrontar situaciones desafiantes. Al comparar estos resultados con el estudio de Cancho y Herrera (2019), quienes analizaron la relación entre depresión y resiliencia en militares afectados por el VIH, se utilizó la prueba de chi-cuadrado de independencia. Los resultados mostraron un valor de 54.608 y un valor  $p$  de 0.000, lo que permitió la aceptación de la hipótesis nula ( $H_0$ ) por la significancia estadística. Estos resultados coinciden con lo argumentado por Wagnild y Young (1990), que sostienen que «la autoconfianza está asociada con la resiliencia, el convencimiento y la solidaridad, reconociendo así las fuerzas y debilidades de manera realista sin caer en la arrogancia». En conjunto, ambos estudios sugieren que intervenciones dirigidas a reducir la depresión pueden ser fundamentales para mejorar tanto la autoconfianza como la resiliencia para hacer mejor frente y adaptarse al estrés en situaciones desafiantes.

**Para el objetivo específico 4:** «Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y ecuanimidad en los soldados de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024», Los resultados mostraron un coeficiente rho de Spearman de -0,76, lo que indica una asociación moderada entre la depresión y la ecuanimidad en estos soldados. La relación inversa sugiere que, a medida que aumentan los niveles de depresión, la capacidad de los soldados para proyectar ecuanimidad y mantener el equilibrio emocional se ve significativamente afectada.

Este hallazgo es muy importante, ya que la ecuanimidad ayuda a los soldados a afrontar situaciones estresantes y traumáticas. Estos resultados se compararon con los de Guevara (2019) donde se encontró una asociación moderadamente significativa  $\rho=0,59$  entre

resiliencia e inteligencia emocional. Así, este estudio encontró que un aumento de la resiliencia facilitaría el desarrollo de la inteligencia emocional con beneficios, especialmente, en términos de manejo del estrés y el estado de ánimo de la vida del estudiante.

Esto está en línea con la definición nacional dada por Wagnild y Young (1990): «un estado de estabilidad y equilibrio personal que modula las respuestas mediante la autodisciplina, la iniciativa y la persistencia frente a las dificultades». En conclusión, tratar la depresión en los soldados es crucial no solo para mejorar su salud mental sino también para mejorar su capacidad de mantener la calma y la resiliencia en entornos operacionales desafiantes como el área del Vraem.

**Para el objetivo específico 5:** «Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y perseverancia en los soldados de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024», Este hallazgo mostró un coeficiente rho de Spearman de -0,61, lo que significa una asociación moderada entre la depresión y la perseverancia en estos soldados. Esta correlación negativa implica que a medida que aumenta la depresión, la capacidad de los soldados para permanecer perseverantes o constantes frente a los desafíos y situaciones adversas tiende a disminuir.

Este hallazgo es pertinente porque la perseverancia es muy importante en los entornos militares para garantizar el compromiso y la eficacia operativa. En comparación con estos resultados, el estudio de Huanay (2019), donde se encontró una asociación significativa entre las variables con un valor  $p$  de 0,000, lo que indica que los altos niveles de resiliencia estarían relacionados con mejores mecanismos de afrontamiento del estrés en los soldados de infantería.

Ambos estudios enfatizaron lo crucial que sería desarrollar la resiliencia y combatir la depresión para fomentar conductas adaptativas y efectivas en entornos militares y de servicio voluntario. El análisis se correlaciona bien con la descripción de Wagnild y Young (1990) en la que se hace referencia a la perseverancia como «capacidad de perseverancia, la capacidad

de mantener el rumbo con un propósito o plan de acción frente a los desafíos y las dificultades hacia una meta definida». En resumen: mejorar la salud mental y desarrollar la resiliencia entre los soldados puede reducir la depresión al tiempo que mejora la perseverancia y la eficacia durante las tareas operativas dentro del Vraem y escenarios similares.



## Conclusiones

1. El análisis con el coeficiente de correlación rho arrojó un valor de -0,89, lo que indica la presencia de una fuerte correlación negativa entre la resiliencia y la depresión en los soldados de un batallón antiterrorista en la zona del Vraem durante el año 2024. En términos prácticos, esto significa que cuanto mayor es la resiliencia de estos soldados, menor es la depresión, y viceversa. Además, el valor  $p$  de 0,000 es menor que el umbral de significancia de  $\alpha=0,05$ , lo que sugiere que esta relación es estadísticamente significativa. En consecuencia, se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ), es decir, que la correlación observada no se debe al azar, sino que representa una verdadera relación entre las dos variables en estudio.
2. El análisis utilizando el coeficiente de correlación rho mostró un valor de -0.69, lo que sugiere una correlación negativa entre la depresión y la satisfacción personal en los soldados de un batallón contraterrorista en la zona Vraem en 2024. Esto implica que, a medida que aumenta la depresión, la satisfacción personal tiende a disminuir, y viceversa. El valor  $p$  obtenido fue de 0.000, que es menor que el nivel de significancia de  $\alpha = 0.05$ , lo que permite rechazar la hipótesis nula ( $H_0$ ). En otras palabras, la relación observada es estadísticamente significativa, lo que indica que no es un resultado aleatorio, sino que existe una relación real entre la depresión y la satisfacción personal en este grupo de soldados.
3. El análisis con el coeficiente de correlación rho arrojó un valor de -0,67 par con una correlación negativa entre la depresión y los sentimientos de bienestar al estar solos en soldados de un batallón antiterrorista de la zona Vraem, 2024. Esto significa que, a medida que los niveles de depresión aumentan, la capacidad o sensación de bienestar estando solo disminuye, y viceversa. El valor  $p$  de 0.000, siendo menor que el umbral de significancia de  $\alpha = 0.05$ , permite rechazar la hipótesis nula ( $H_0$ ), confirmando que la relación observada es

estadísticamente significativa, es decir, no es producto del azar, sino una conexión real entre estas dos variables en el grupo de estudio.

4. El análisis con el coeficiente de correlación rho arrojó un valor de -0.77, lo que indica una correlación negativa entre la depresión y la confianza en sí mismo en los soldados de un batallón contraterrorista en la zona Vraem en 2024. Esto sugiere que, a medida que aumenta la depresión, la confianza en sí mismo disminuye significativamente, y viceversa. El valor  $p$  obtenido fue de 0.000, lo que es menor que el nivel de significancia de  $\alpha = 0.05$ , permitiendo rechazar la hipótesis nula ( $H_0$ ). Esto confirma que la relación observada es estadísticamente significativa, lo que indica que existe una conexión real entre la depresión y la confianza en sí mismo en este grupo de soldados, y no es producto del azar.
5. El análisis que emplea el coeficiente de correlación rho -0,76 mostró una correlación negativa entre la depresión y la ecuanimidad en soldados de un batallón antiterrorista de la región Vraem en 2024. Lo que indica que, a mayor depresión experimentada, menor facilidad o capacidad para mantener un equilibrio emocional saludable, y viceversa. El valor  $p$  de 0,000, que es menor que el nivel de significancia de  $\alpha=0,05$ , permite la hipótesis nula ( $H_0$ ). Edifica que la asociación es verdaderamente estadísticamente significativa, existiendo efectivamente dicha relación entre la depresión y la ecuanimidad entre estos soldados.
6. El análisis con el coeficiente de correlación rho arrojó un valor de -0,61, es decir, una correlación negativa entre depresión y perseverancia en las tropas del batallón antiterrorista de la zona Vraem en el año 2024, es decir, entre mayores niveles de depresión y menores niveles de perseverancia y viceversa. El valor  $p$  de 0,000, siendo menor que el umbral de significancia de  $\alpha = 0,05$ , es una razón para rechazar la hipótesis nula ( $H_0$ ). Esto demuestra que la relación observada es estadísticamente significativa, es decir, que la relación entre depresión y perseverancia es cierta para este grupo de soldados y no se debe al azar.

## Recomendaciones

1. Se recomienda realizar investigaciones continuas sobre la depresión y la resiliencia en los soldados utilizando un enfoque interdisciplinario, que tenga en cuenta la psicología, la sociología y las ciencias militares. Los investigadores deben utilizar herramientas de diagnóstico validadas como el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young para que se puedan evaluar con precisión los niveles de depresión y resiliencia y, por lo tanto, realizar intervenciones que sean efectivas y adecuadas para apoyar a esta población vulnerable.
2. Se deben realizar investigaciones longitudinales a largo plazo con soldados a los que se les haga un seguimiento a lo largo del tiempo para evaluar los cambios en su depresión y resiliencia en condiciones de estrés continuo. Este tipo de estudio podría conducir a una mayor precisión a la hora de juzgar la eficacia de las intervenciones psicológicas en los cambios que promueven en esta población al aumentar su resiliencia y disminuir su depresión.
3. Se recomienda que se proporcione capacitación periódica en salud mental, depresión y resiliencia a todos los miembros del batallón, aumentando así la comprensión de los signos de depresión y la importancia de ser resilientes. Además, es vital proporcionar esquemas de apoyo psicológico que promuevan la satisfacción personal entre los soldados, mejorando así su bienestar general y aumentando su capacidad para enfrentar los desafíos emocionales en entornos de conflicto.
4. Se propone introducir actividades y programas para fortalecer las habilidades de afrontamiento, así como el estado emocional en situaciones de soledad. Estudios previos han indicado que el apoyo social y las estrategias de afrontamiento efectivas pueden aliviar

la soledad en la salud mental, por lo que estos dos elementos podrían impulsar la resiliencia emocional entre los soldados.

5. Se recomiendan intervenciones que fomenten la confianza en sí mismos y la autoestima en los soldados. La literatura indica que la confianza en sí mismos es un factor crucial para prevenir trastornos mentales, como la depresión, y por lo tanto, el fortalecimiento de esta capacidad podría contribuir a una mejor vida emocional y psicológica en el entorno militar.
6. Se recomienda que se proporcione a los soldados capacitación en habilidades de afrontamiento y gestión emocional. La literatura indica que las estrategias de afrontamiento adaptativas reducen los síntomas depresivos y mejoran el bienestar psicológico, por lo que el fortalecimiento de esas habilidades será beneficioso para la salud mental de los soldados.

## Referencias

- Allauca Allauca, M. Y. (2022). *Programa de resiliencia para mejorar la adaptación a la vida militar de cadetes de una escuela militar, 2022.*  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/93068>
- Álvarez, M. (2016). *Astenia crónica en atención primaria. Etiología, epidemiología y factores predictores.* [Tesis doctoral, Universidad Rey Juan Carlos]. Repositorio educativo digital. [https://burjcdigital.urjc.es/bitstream/handle/10115/13592/TESIS %20Mar %20 Alvarez %20Villalba.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://burjcdigital.urjc.es/bitstream/handle/10115/13592/TESIS%20Mar%20Alvarez%20Villalba.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Beck, A. (1979). *Teoría de la triada cognitiva.*
- Bogaert, H. (2012). La depresión; etiología y tratamiento. *Ciencia y Sociedad.* 37(2).  
<https://www.redalyc.org/pdf/870/87024179002.pdf>
- Cancho, J. y Herrera, M. (2018). *Depresión y resiliencia de los pacientes militares con VIH que acuden al Centro Médico Naval, Bellavista-2017.* [Tesis de pregrado en psicología, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Educativo Digital.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12848/1848>
- Cárdenas, et al., (2019). *Depresión y resiliencia en pacientes oncológicos de un hospital de Huancayo-2019.* [Tesis de pregrado en Psicología, Universidad Peruana los Andes]. Repositorio Educativo Digital.  
[https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1343/TESIS%20FINA L%20%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1343/TESIS%20FINAL%20%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cerquera, A., y Matajira, Y. y. (Diciembre de 2020). Estrategias de afrontamiento y nivel de resiliencia presentes en adultos jóvenes víctimas del conflicto armado colombiano: un estudio correlacional. *Psykhé*, 29(2). [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-22282020000200107&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-22282020000200107&script=sci_arttext)

Chávez, C. (2019). *Resiliencia en efectivos policiales pertenecientes a la División de Inteligencia de la Región Policial Lima*. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología. Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega].

[http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4100/008594\\_Trab\\_Suf\\_Prof\\_Chavez%20Carranza%20Camilo.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4100/008594_Trab_Suf_Prof_Chavez%20Carranza%20Camilo.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Colegio de Psicólogos del Perú*. <https://www.cpsp.pe/>

Cornejo, A. E. (2021). *Ansiedad, depresión y estrés postraumático en el Personal Militar involucrado en Misiones de Paz: la experiencia en Prevención de la Salud Mental al Contingente Argentino en Haití 2004, a un mes del paso del huracán Jeanne*. Facultad de la Defensa Nacional.

Defensoría del Pueblo. (2023). *La Defensoría*. <https://www.defensoria.gob.pe/>

Díez, B. (1 de junio de 2020). *BBC Mundo*.

[https://www.bbc.com/mundo/noticias/2013/06/130531\\_estres\\_postraumatico\\_soldados\\_eeuu\\_bd](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2013/06/130531_estres_postraumatico_soldados_eeuu_bd)

El País. (8 de enero de 2019). *La salud*.

[https://elpais.com/diario/2007/01/09/salud/1168297201\\_850215.html?event\\_log=go](https://elpais.com/diario/2007/01/09/salud/1168297201_850215.html?event_log=go)

Etzel, M. J. (2004). *Fundamentos del marketing*. McGraw-Hill.

Fúnez Ñacle, M. (2020). *Calidad de vida relacionada con la salud y resiliencia en militares españoles*. TDR. Tesis Doctorales en Red.

García, M. (2018). *Calidad de vida relacionada con la salud y resiliencia en militares españoles*. [Tesis doctoral para optar al grado de Doctor, Universidad de Lleida] Repositorio Educativo Digital:

<https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/587191/Tmf%C3%B11de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Gómez, E. (2013). *La resiliencia y su correlación con la depresión y el rendimiento académico en estudiantes de la licenciatura en pedagogía de la Universidad Privada del Estado de México, campus Tecámac, septiembre 2011- julio 2012*. [Tesis de grado en salud pública, Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio Educativo Digital. <http://ri.uaemex.mx/oca/bitstream/20.500.11799/13944/2/394684.pdf>
- Guevara, M. (2019). *Resiliencia e inteligencia emocional en los alumnos de la Escuela de Aviación Naval del Perú, Callao-2019*. [Tesis de maestría en psicología educativa. Escuela de Posgrado Programa Académico de Maestría en Psicología Educativa de la Universidad César Vallejo]. Repositorio Educativo Digital. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/41798>
- Hernández, O. (2010). *Estadística Elemental para Ciencias Sociales*. McGraw-Hill.
- Hernández, S., Fernández, C., y Baptista, L. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill Education.
- Huanay, M. (2019). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en zona Vraem del Ejército Peruano*. [Tesis de pregrado en Psicología, Universidad Continental]. Repositorio Educativo Digital. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/6052>
- Ipanaque, K. y Morales, I. (2020). *Estilos de afrontamiento al estrés y resiliencia en personal de tropa de un cuartel militar, Cajamarca - 2020*. [Tesis de pregrado en psicología, Universidad César Vallejo]. Repositorio Educativo Digital. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/56848>
- Lecomte, J. (2013). *Resiliencia y humor*. Editorial Gedisa. <https://elibro.net/es/ereader/upla/61167?page=12>.

- Mera Portilla, M. A., y Pomasoncco Martinez, L. L. (2021). *Resiliencia y satisfacción con la vida en jóvenes de 18 a 25 años del servicio militar voluntario del «Cuartel Cabitos, Segunda Brigada de Infantería – Ayacucho, 2020*. Universidad Autónoma de Ica.
- Montesó Curto, M. P. (2016). *La depresión en las mujeres*. Publicacions Universitat Rovira i Virgili. <https://elibro.net/es/ereader/upla/54822?page=49>.
- Morales, S. S. (2022). *Los jóvenes en el servicio militar voluntario peruano: Principales motivaciones y trayectorias de vida*.
- Mufson, L., et al. (2017). *Superando la depresión*.  
<https://www.apa.org/centrodeapoyo/trastornos-depresivos.pdf>
- Olivares, J. (2007). Psicopatología de los estados de ánimo: Anhedonia. *Informaciones Psiquiátricas*. 189.  
[http://www.informacionespsiquiatricas.com/anteriores/info\\_2007/03\\_189\\_06.htm](http://www.informacionespsiquiatricas.com/anteriores/info_2007/03_189_06.htm)
- Organización Mundial de la Salud. (31 de marzo de 2023). *La depresión*.  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Parra Poli, V. (2023). Resiliencia en el Ejército: Implicancias de la recuperación efectiva de la Fuerza. *Revista Ensayos Militares*.  
<https://revistaensayosmilitares.cl/index.php/acague/article/view/44>
- Pedraza, R. (2018). *Resiliencia y combate: Un estudio con soldados colombianos*. [Tesis para optar al grado de PhD en psicología. Centro de estudios de posgrado doctorado en psicología. Facultad de ciencias sociales de la Universidad de Palermo].  
[https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/1767/Pedraza%20Rocancio\\_CC.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/1767/Pedraza%20Rocancio_CC.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Rodríguez Guillen, D. V. (2021). *Depresión y resiliencia en adolescentes de dos instituciones educativas de San Juan de Miraflores*. Universidad Autónoma del Perú.



- Rocha, L. (2017). *Ansiedad, depresión y resiliencia en personas con Insuficiencia Renal Crónica*. [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio Educativo Digital.  
<https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/2904621>
- Rueda León, L. V. (2019). *Depresión, ira, resiliencia y fortalezas de carácter en mujeres violentadas en situación de refugio*. ICSa-BD-UAEH.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*.
- Schultz, D., y Schultz, S. E. (2010). Teorías de la Personalidad
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de psicodidáctica*, 10 (2), 61-80.  
<https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
- Vinaccia, S., y Gutiérrez, K. y. (2021). Calidad de vida, resiliencia y depresión en adultos mayores de Montería, Colombia. *Diversitas*.

## **Apéndices**

### Apéndice 1: matriz de consistencia

| Planteamiento del problema de investigación                                                                                                             |                                                                                                                                                                   | Marco teórico                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                     | Metodología                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Problema general                                                                                                                                        | Objetivo general                                                                                                                                                  | Antecedentes                                                                                                                                                                                                                                                          | Bases teóricas                                                                                                                     | Hipótesis general                                                                                                                                   | Variables                                                                                                                                              | Marco metodológico                                                                                                                                                                                      |
| ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y resiliencia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024? | Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y resiliencia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024. | Internacional<br>(Cerquera y Matajira, 2020) en su estudio «Estrategias de Afrontamiento y Nivel de Resiliencia Presentes en Adultos Jóvenes Víctimas del Conflicto Armado Colombiano: Un Estudio Correlacional».                                                     | Depresión<br>«Las depresiones son un conjunto de enfermedades psíquicas hereditarias o adquiridas, con una                         | Existe correlación negativa entre depresión y resiliencia en los soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona Vraem en el 2024. | Variable 1:<br>Depresión<br>D1:<br>Pensamiento negativo de sí mismo<br>D2:<br>Pensamiento negativo del mundo<br>D3:<br>Pensamiento negativo del futuro | Tipo y alcance (nivel) de investigación<br>Correlacional: Su propósito es identificar la relación entre la V1 y V2                                                                                      |
|                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                   | (Cornejo, 2021) en su investigación «Ansiedad, depresión y estrés postraumático en el Personal Militar involucrado en Misiones de Paz: la experiencia en Prevención de la Salud Mental al Contingente Argentino en Haití 2004, a un mes del paso del huracán Jeanne». | determinada, a la que se asocian cambios negativos de tipo somático, psicológico, conductual, cognitivo y asertivo». Rojas (2006). |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                        | Diseño de investigación y esquema                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                   | Nacional<br>(Huanay Yauli, 2019) llevó a cabo una investigación titulada «Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en zona Vraem del Ejército Peruano».                                                   | Resiliencia                                                                                                                        |                                                                                                                                                     | Variable 2:<br>Resiliencia<br><br>D1:<br>Satisfacción personal<br>D2: Sentirse bien solo                                                               | Transversal: porque observa los datos de las variables en un determinado tiempo<br>No experimental: ya que no manipula variables.<br><br>Población: 149 soldados.<br>Muestra: 108 soldados<br>Técnica e |

|                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                |                       |                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------|
| Problema específico                                                                                                                                                | Objetivo específico                                                                                                                                                          | Cárdenas, L. y Mendoza, C. (2019)                                                                                                                                                                                                                         | La Resiliencia                                                                                                                           | Hipótesis específica                                                                                                                                           | D3:                   | instrumento:                               |
| - ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y satisfacción personal en los soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024? | - Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y satisfacción personal en los soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024. | realizaron una investigación titulada « <i>Depresión y resiliencia en pacientes oncológicos de un hospital de Huancayo en el 2019</i> ».                                                                                                                  | es «la capacidad de sobreponerse a circunstancias difíciles, afrontar las circunstancias y superar una situación en base a lo sucedido». | - Existe correlación negativa entre depresión y satisfacción personal en los soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024. | Confianza en sí mismo | Inventario de Depresión de Beck (BDI)      |
| - ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024?    | - Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024.    | Cancho, J. y Herrera, M. (2019) investigaron « <i>Depresión y la resiliencia de los pacientes militares con VIH que acuden al Centro Médico Naval, Bellavista-2019</i> »                                                                                  | Wolin y Wolin (1993).                                                                                                                    | - Existe correlación negativa entre depresión y sentirse bien solo en los soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024.    | D4:<br>Ecuanimidad    | Escala de Resiliencia. Wagnild y Young (ER |
| - ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de una compañía de un batallón                                           | - Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona Vraem en el 2024. | (Casas Mogrovejo, 2022) en su estudio: « <i>Resiliencia y bienestar psicológico en el personal de tropa servicio militar del Cuartel Tarapacá – Tacna, 2021</i> ».                                                                                        |                                                                                                                                          | - Existe correlación negativa entre depresión y confianza en sí mismo en los soldados de una compañía de un batallón                                           | D5:<br>Perseverancia  |                                            |
|                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                              | (Mera Portilla y Pomasoncco Martínez, 2021) en su investigación « <i>Resiliencia y satisfacción con la vida en jóvenes de 18 a 25 años de edad del servicio militar voluntario del cuartel Cabitos, Segunda brigada de infantería – Ayacucho, 2020</i> ». |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                |                       |                                            |

|                                                                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| contraterrorista en zona Vraem en el 2024?                                                                       | - Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y ecuanimidad en los soldados de una compañía de un batallón   | contraterrorista en zona Vraem en el 2024.                                                                   |
| - ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y ecuanimidad en los soldados de una compañía de un batallón   | contraterrorista en zona Vraem en el 2024.                                                                                 | - Existe correlación negativa entre depresión y ecuanimidad en los soldados de una compañía de un batallón   |
| contraterrorista en zona Vraem en el 2024?                                                                       | - Determinar cuál es la relación que existe entre depresión y perseverancia en los soldados de una compañía de un batallón | contraterrorista en zona Vraem en el 2024.                                                                   |
| - ¿Cuál es la relación que existe entre depresión y perseverancia en los soldados de una compañía de un batallón | contraterrorista en zona Vraem en el 2024.                                                                                 | - Existe correlación negativa entre depresión y perseverancia en los soldados de una compañía de un batallón |
| contraterrorista en zona Vraem en el 2024?                                                                       |                                                                                                                            | contraterrorista en zona Vraem en el 2024.                                                                   |

## Apéndice 2: Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación titulada: “Depresión y resiliencia en soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona VRAEM, 2024” es conducida por Jesica Sadith Ingaruca Huiza y Grecia Nicole Nieto Lizárraga, bachilleres en psicología de la Universidad Continental. Así mismo el objetivo de esta investigación es determinar cuál es la relación que existe entre depresión y resiliencia en soldados del batallón contraterrorista en zona VRAEM 2024

La aplicación del instrumento no demandará ningún riesgo para su salud, más por el contrario usted se beneficiará de una evaluación clínica, se le informará de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan de la prueba realizada. Los costos y el análisis de las mismas serán cubiertos por el estudio y no le ocasionarán ningún gasto.

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Yo,.....

....., por medio del presente documento hago constar que acepto voluntariamente participar en esta investigación. Firmo el documento como prueba de mi aceptación, recibiendo previamente la información y objetivo de la investigación, así como la opción de negarme o retirarme en cualquier etapa de esta.

---

**Firma del participante**

**Inventario de Depresión Beck II**  
**Aaron T. Beck**  
**Adaptación peruana: Barreda (2019)**

**Instrucciones:**

Por favor lea cuidadosamente cada una de los 21 grupos de frases. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido en las últimas dos semanas, incluido el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado que ha elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido y marcado más que uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (CHS), y el ítem 18 (CA).

| 1.- T   |                                                                                 | 7.- DUM |                                                                              |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------------------------------|
| 0       | No me siento triste                                                             | 0       | Siento acerca de mí lo mismo de siempre                                      |
| 1       | Me siento triste gran parte del tiempo                                          | 1       | He perdido la confianza en mí mismo                                          |
| 2       | Estoy triste todo el tiempo                                                     | 2       | Estoy decepcionado de mí mismo                                               |
| 3       | Estoy tan triste y tan infeliz                                                  | 3       | No me gusto a mí mismo                                                       |
| 2.- P   |                                                                                 | 8.- AC  |                                                                              |
| 0       | No me siento desanimado respecto a mi futuro                                    | 0       | No me critico ni me culpo más de lo habitual                                 |
| 1       | Me siento más desanimado respecto a mi futuro que antes                         | 1       | Estoy más crítico conmigo mismo que antes                                    |
| 2       | No espero que las cosas funcionen para mí                                       | 2       | Me critico a mí mismo por todos mis errores                                  |
| 3       | Siento que no hay esperanza para mí en el futuro y que las cosas van a empeorar | 3       | Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede                              |
| 3.- F   |                                                                                 | 9.- PDS |                                                                              |
| 0       | No me siento como un fracasado                                                  | 0       | No pienso en matarme                                                         |
| 1       | He fracasado más de lo debido                                                   | 1       | He pensado en matarme, pero no lo haría                                      |
| 2       | Cuando miro hacia atrás miro muchos fracasos                                    | 2       | Descartaría matarme                                                          |
| 3       | Siento que como persona soy un fracaso total                                    | 3       | Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo                              |
| 4.- PP  |                                                                                 | 10.- LI |                                                                              |
| 0       | Obtengo tanta satisfacción de las cosas como antes                              | 0       | No lloro más de lo usual                                                     |
| 1       | No disfruto de las cosas como antes                                             | 1       | Lloro más que antes                                                          |
| 2       | Obtengo muy poco placer de las cosas                                            | 2       | Lloro por cualquier pequeñez                                                 |
| 3       | No puedo obtener ningún placer de las cosas                                     | 3       | Siento ganas de llorar pero no puedo                                         |
| 5.- SCU |                                                                                 | 11.- AG |                                                                              |
| 0       | No me siento culpable                                                           | 0       | No estoy más inquieto o tenso que antes                                      |
| 1       | Me siento culpable respecto a varias cosas que he hecho o debería haber hecho   | 1       | Me siento más inquieto o tenso que antes                                     |
| 2       | Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo                           | 2       | Estoy tan inquieto que me es difícil quedarme tranquilo                      |
| 3       | Me siento culpable todo el tiempo                                               | 3       | Estoy tan inquieto que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo |
| 6.- SCA |                                                                                 | 12.- PI |                                                                              |
| 0       | No siento que esté castigado                                                    | 0       | No he perdido el interés en otras actividades o personas                     |
| 1       | Creo que tal vez estoy siendo castigado                                         | 1       | Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas                   |
| 2       | Espero ser castigado                                                            | 2       | He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas                    |
| 3       | Siento que estoy siendo castigado                                               | 3       | Me es difícil interesarme por algo                                           |

|                |                                                                    |                 |                                                                                             |
|----------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>13.- I</b>  |                                                                    | <b>17.- IRR</b> |                                                                                             |
| <b>0</b>       | Tomo decisiones tan bien como siempre                              | <b>0</b>        | No estoy más irritable que antes                                                            |
| <b>1</b>       | Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones           | <b>1</b>        | Estoy más irritable que antes                                                               |
| <b>2</b>       | Encuentro más dificultad que antes para tomar decisiones           | <b>2</b>        | Estoy mucho más irritable que antes                                                         |
| <b>3</b>       | Tengo problemas para tomar cualquier decisión                      | <b>3</b>        | Estoy irritable todo el tiempo                                                              |
| <b>14.- D</b>  |                                                                    | <b>18.- CA</b>  |                                                                                             |
| <b>0</b>       | Siento que soy valioso                                             | <b>0</b>        | No he experimentado ningún cambio en mi apetito                                             |
| <b>1</b>       | No me considero tan valioso y útil como antes                      | <b>1a</b>       | Mi apetito es un poco menor que antes                                                       |
| <b>2</b>       | Me siento menos valioso cuando me comparo con los demás            | <b>1b</b>       | Mi apetito es un poco mayor que antes                                                       |
| <b>3</b>       | Siento que no valgo nada                                           | <b>2*</b>       | Mi apetito es mucho menor que antes                                                         |
| <b>15.- PE</b> |                                                                    | <b>2b</b>       | Mi apetito es mucho mayor que antes                                                         |
| <b>0</b>       | Tengo tanta energía como siempre                                   | <b>3*</b>       | No tengo apetito en absoluto                                                                |
| <b>1</b>       | Tengo menos energía que antes                                      | <b>3b</b>       | Quiero comer todo el tiempo                                                                 |
| <b>2</b>       | No tengo suficiente energía para hacer algunas cosas               | <b>19.- DC</b>  |                                                                                             |
| <b>3</b>       | No tengo energía suficiente                                        | <b>0</b>        | Puedo concentrarme tan bien como antes                                                      |
| <b>16.-CHS</b> |                                                                    | <b>1</b>        | No puedo concentrarme tan bien como antes                                                   |
| <b>0</b>       | No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño          | <b>2</b>        | Me es difícil mantener la atención en algo por mucho tiempo                                 |
| <b>1a</b>      | Duermo un poco más de lo habitual                                  | <b>3</b>        | Encuentro que no puedo concentrarme en nada                                                 |
| <b>1b</b>      | Duermo un poco menos de lo habitual                                | <b>20.-CoF</b>  |                                                                                             |
| <b>2a</b>      | Duermo muchas más que lo habitual                                  | <b>0</b>        | No estoy más cansado o fatigado de lo habitual                                              |
| <b>2b</b>      | Duermo mucho menos que lo habitual                                 | <b>1</b>        | Me fatigo o me canso más fácilmente que antes                                               |
| <b>3a</b>      | Duermo la mayor parte del día                                      | <b>2</b>        | Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que antes solía hacer     |
| <b>3b</b>      | Me despierto 1 – 2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme | <b>3</b>        | Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que antes solía hacer |
|                |                                                                    | <b>21.- PIS</b> |                                                                                             |
|                |                                                                    | <b>0</b>        | No he notado un cambio reciente en mi interés por el sexo                                   |
|                |                                                                    | <b>1</b>        | Estoy menos interesado en el sexo que antes                                                 |
|                |                                                                    | <b>2</b>        | Ahora estoy mucho menos interesado en el sexo                                               |
|                |                                                                    | <b>3</b>        | He perdido completamente el interés en el sexo                                              |

|     |                                |     |                                 |
|-----|--------------------------------|-----|---------------------------------|
| T   | Tristeza                       | PI  | Pérdida de interés              |
| P   | Pesimismo                      | I   | Indecisión                      |
| F   | Fracaso                        | D   | Desvalorización                 |
| PP  | Pérdida de placer              | PE  | Pérdida de energía              |
| SCU | Sentimiento de culpa           | CHS | Cambios en los hábitos de sueño |
| SCA | Sentimientos de castigo        | IRR | Irritabilidad                   |
| DUM | Disconformidad con uno mismo   | CA  | Cambios en el apetito           |
| AC  | Autocrítica                    | DC  | Dificultad de concentración     |
| PAS | Pensamientos o deseos suicidas | CoF | Cansancio o fatiga              |
| LI  | Llanto                         | PIS | Pérdida de interés en el sexo   |
| AG  | Agitación                      |     |                                 |



**DATOS PERSONALES**

Edad: ..... Sexo: ..... Estado civil: ..... Lugar de procedencia:

.....

**Grado de instrucción:** Primaria      Secundaria      Técnico      Superior      Especial

**Tiempo de servicio:** ..... **Grado militar:** .....

**ESCALA DE RESILIENCIA**

**Wagnild y Young (1993)**

**Adaptación peruana: Gómez, M. (2019)**

**Instrucciones:**

A continuación, encontrará 25 frases que buscan conocer su forma de ser y actuar ante determinadas circunstancias. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones marcando con un aspa (x) la casilla describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

|                            |
|----------------------------|
| Totalmente en desacuerdo   |
| En desacuerdo              |
| Parcialmente en desacuerdo |
| Indiferente                |
| Parcialmente de acuerdo    |
| De acuerdo                 |
| Totalmente de acuerdo      |

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases de manera sincera y rápida. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar.

| N.º | Ítem                                                                | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Parcialmente en desacuerdo | Indiferente | Parcialmente de acuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|-----|---------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------------------|------------|-----------------------|
| 1   | Cuando planifico algo lo realizo                                    |                          |               |                            |             |                         |            |                       |
| 2   | Soy capaz de resolver mis problemas                                 |                          |               |                            |             |                         |            |                       |
| 3   | Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás |                          |               |                            |             |                         |            |                       |
| 4   | Para mí es importante mantenerme interesado (a) en algo             |                          |               |                            |             |                         |            |                       |
| 5   | Si debo hacerlo, puedo estar solo (a)                               |                          |               |                            |             |                         |            |                       |
| 6   | Estoy orgulloso (a) de haber podido alcanzar metas en mi vida       |                          |               |                            |             |                         |            |                       |
| 7   | Generalmente me tomo las cosas con calma                            |                          |               |                            |             |                         |            |                       |
| 8   | Me siento bien conmigo mismo (a)                                    |                          |               |                            |             |                         |            |                       |
| 9   | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo               |                          |               |                            |             |                         |            |                       |
| 10  | Soy decidido (a)                                                    |                          |               |                            |             |                         |            |                       |

|    |                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| 11 | Soy amigo de mí mismo (a)                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 | Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas                                       |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | Considero cada situación de manera detallada                                               |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Soy autodisciplinado (a)                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 | Por lo general, encuentro algo de qué reírme                                               |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 | La confianza en mí mismo (a) me permite atravesar momentos difíciles                       |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 | En una emergencia soy alguien en quien confiar                                             |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 | Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista                            |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 | A veces me obligo a hacer                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |

|    |                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
|    | cosas me gusten o no                                                     |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 | Mi vida tiene sentido                                                    |  |  |  |  |  |  |  |
| 22 | No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control             |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida |  |  |  |  |  |  |  |
| 24 | Tengo suficiente energía para lo que debo hacer                          |  |  |  |  |  |  |  |
| 25 | Acepto que hay personas a las que no les agrado                          |  |  |  |  |  |  |  |

### Apéndice 3: Evidencias de la aplicación del instrumento

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación titulada: "Depresión y resiliencia en soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona VRAEM, 2024", es conducida por Jesica Sadith Ingaruca Huiza y Grecia Nicole Nieto Lizárraga, bachilleres en psicología de la Universidad Continental. Así mismo el objetivo es determinar cual es la relación que existe entre depresión y resiliencia.

La aplicación del instrumento no demandará ningún riesgo para su salud, mas por el contrario usted se beneficiará de una evaluación clínica, se le informará de manera confidencial los resultados que se obtengan de las pruebas realizadas. Los costos y el análisis de las mismas serán cubiertos por el estudio y no le ocasionarán ningún gasto.

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Yo, \_\_\_\_\_

....., por medio del presente documento hago constar que acepto voluntariamente participar en esta investigación. Firmo el documento como prueba de mi aceptación, recibiendo previamente la información y objetivo de la investigación, así como la opción de negarme o retirarme en cualquier etapa de esta.

Firma del participante

Edad: 23..... Sexo: M..... Estado civil: soltero..... Lugar de procedencia: Panagoch.....

Grado de instrucción: Primaria ☐ Secundaria ☒ Técnico ☐ Superior ☐ Especial ☐

Tiempo de servicio: uno y medio..... Grado militar: Sargento 2°.....

Fecha: 12/01/24.....

## ESCALA DE RESILIENCIA

Wagnild y Young (1993)

Adaptación peruana: Gómez, M. (2019)

### Instrucciones:

A continuación encontrará 25 frases que buscan conocer su forma de ser y actuar ante determinadas circunstancias. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones marcando con un aspa (X) la casilla describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

|                            |
|----------------------------|
| Totalmente en desacuerdo   |
| En desacuerdo              |
| Parcialmente en desacuerdo |
| Indiferente                |
| Parcialmente de acuerdo    |
| De acuerdo                 |
| Totalmente de acuerdo      |

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases de manera sincera y rápida. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar.

| Nº | Item                                                                                       | Totalmente en desacuerdo            | En desacuerdo                       | Parcialmente en desacuerdo | Indiferente                         | Parcialmente de acuerdo             | De acuerdo                          | Totalmente de acuerdo               |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1  | Cuando planifico algo lo realizo                                                           |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 2  | Soy capaz de resolver mis problemas                                                        |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 3  | Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás                        |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 4  | Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |                            |                                     |                                     |                                     |                                     |
| 5  | Si debo hacerlo, puedo estar solo(a)                                                       |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |
| 6  | Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida                               |                                     |                                     |                            |                                     |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 7  | Generalmente me tomo las cosas con calma                                                   |                                     |                                     |                            |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |                                     |
| 8  | Me siento bien conmigo mismo(a)                                                            |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |
| 9  | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo                                      |                                     |                                     |                            |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |                                     |
| 10 | Soy decidido(a)                                                                            |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |
| 11 | Soy amigo de mí mismo(a)                                                                   |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |
| 12 | Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas                                       |                                     |                                     |                            | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |                                     |                                     |
| 13 | Considero cada situación de manera detallada                                               |                                     |                                     |                            | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |                                     |                                     |
| 14 | Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares |                                     |                                     |                            |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |                                     |
| 15 | Soy autodisciplinado(a)                                                                    | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |                            |                                     |                                     |                                     |                                     |
| 16 | Por lo general, encuentro algo de qué reírme                                               | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |                            |                                     |                                     |                                     |                                     |
| 17 | La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles                        | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |                            |                                     |                                     |                                     |                                     |
| 18 | En una emergencia soy una alguien en quien pueden confiar                                  |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                            |                                     |                                     |                                     |                                     |
| 19 | Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista                            |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                            |                                     |                                     |                                     |                                     |
| 20 | A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no                                             |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                            |                                     |                                     |                                     |                                     |
| 21 | Mi vida tiene sentido                                                                      |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |
| 22 | No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control                               |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                            |                                     |                                     |                                     |                                     |
| 23 | Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida                   |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |
| 24 | Tengo suficiente energía para lo que debo hacer                                            |                                     |                                     |                            |                                     |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                                     |
| 25 | Acepto que hay personas a las que no les agrado                                            |                                     | <input checked="" type="checkbox"/> |                            |                                     |                                     |                                     |                                     |



**Inventario de Depresión Beck II**  
**Aaron T. Beck**  
**Adaptación peruana: Barreda (2019)**

**Instrucciones:**

Por favor lea cuidadosamente cada una de los 21 grupos de frases. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido en las últimas dos semanas, incluido el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado que ha elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido y marcado más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (CHS), y el ítem 18 (CA).

|                                    |                                                                                   |                                    |                                                                              |
|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1.-T</b>                        |                                                                                   | <b>7.-DUM</b>                      |                                                                              |
| <input checked="" type="radio"/> 0 | No me siento triste                                                               | 0                                  | Siento acerca de mí mismo de siempre                                         |
| <input type="radio"/> 1            | Me siento triste gran parte del tiempo                                            | <input checked="" type="radio"/> 1 | He perdido la confianza en mí mismo                                          |
| <input type="radio"/> 2            | Estoy triste todo el tiempo                                                       | <input type="radio"/> 2            | Estoy decepcionado de mí mismo                                               |
| <input type="radio"/> 3            | Estoy tan triste y tan infeliz que no puedo soportarlo                            | <input type="radio"/> 3            | No me gusta a mí mismo                                                       |
| <b>2.-P</b>                        |                                                                                   | <b>8.-AC</b>                       |                                                                              |
| <input checked="" type="radio"/> 0 | No me siento desanimado respecto a mi futuro                                      | <input checked="" type="radio"/> 0 | No me critico ni me culpo más de lo habitual                                 |
| <input type="radio"/> 1            | Me siento más desanimado respecto a mi futuro que antes                           | <input type="radio"/> 1            | Estoy más crítico conmigo mismo que antes                                    |
| <input type="radio"/> 2            | No espero que las cosas funcionen para mí                                         | <input type="radio"/> 2            | Me critico a mí mismo por todos mis errores                                  |
| <input type="radio"/> 3            | Siento que no hay esperanza para mí en el futuro y que las cosas van a empeorar   | <input type="radio"/> 3            | Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede                              |
| <b>3.-F</b>                        |                                                                                   | <b>9.-PDS</b>                      |                                                                              |
| <input checked="" type="radio"/> 0 | No me siento como un fracasado                                                    | <input checked="" type="radio"/> 0 | No pienso en matarme                                                         |
| <input type="radio"/> 1            | He fracasado más de lo debido                                                     | <input type="radio"/> 1            | He pensado en matarme, pero no lo haría                                      |
| <input type="radio"/> 2            | Cuando miro hacia atrás miro muchos fracasos                                      | <input type="radio"/> 2            | Desearía matarme                                                             |
| <input type="radio"/> 3            | Siento que como persona soy un fracaso total                                      | <input type="radio"/> 3            | Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo                              |
| <b>4.-PP</b>                       |                                                                                   | <b>10.-LI</b>                      |                                                                              |
| 0                                  | Obtengo tanta satisfacción de las cosas como antes                                | 0                                  | No lloro más de lo usual                                                     |
| <input checked="" type="radio"/> 1 | No disfruto tanto de las cosas como antes                                         | <input checked="" type="radio"/> 1 | Lloro más que antes                                                          |
| <input type="radio"/> 2            | Obtengo muy poco placer de las cosas                                              | <input type="radio"/> 2            | Lloro por cualquier pequeñez                                                 |
| <input type="radio"/> 3            | No puedo obtener ningún placer de las cosas                                       | <input type="radio"/> 3            | Siento ganas de llorar pero no puedo                                         |
| <b>5.-SCU</b>                      |                                                                                   | <b>11.-AG</b>                      |                                                                              |
| 0                                  | No me siento culpable                                                             | 0                                  | No estoy más inquieto o tenso que antes                                      |
| <input checked="" type="radio"/> 1 | Me siento culpable respecto a varias cosas que he hecho o que debería haber hecho | <input type="radio"/> 1            | Me siento más tenso o inquieto que antes                                     |
| <input type="radio"/> 2            | Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo                             | <input type="radio"/> 2            | Estoy tan inquieto que me es difícil quedarme tranquilo                      |
| <input type="radio"/> 3            | Me siento culpable todo el tiempo                                                 | <input checked="" type="radio"/> 3 | Estoy tan inquieto que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo |
| <b>6.-SCA</b>                      |                                                                                   | <b>12.-PI</b>                      |                                                                              |
| 0                                  | No siento que esté siendo castigado                                               | <input checked="" type="radio"/> 0 | No he perdido el interés en otras actividades o personas                     |
| <input type="radio"/> 1            | Creo que tal vez estoy siendo castigado                                           | <input type="radio"/> 1            | Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas                   |
| <input checked="" type="radio"/> 2 | Espero ser castigado                                                              | <input type="radio"/> 2            | He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas                    |
| <input type="radio"/> 3            | Siento que estoy siendo castigado                                                 | <input type="radio"/> 3            | Me es difícil interesarme por algo                                           |



|                |                                                                |
|----------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>13.-I</b>   |                                                                |
| 0              | Tomo decisiones tan bien como siempre                          |
| <del>1</del>   | Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones       |
| 2              | Encuentro más dificultad que antes para tomar decisiones       |
| 3              | Tengo problemas para tomar cualquier decisión                  |
| <b>14.-D</b>   |                                                                |
| 0              | Siento que soy valioso                                         |
| <del>1</del>   | No me considero tan valioso y útil como antes                  |
| 2              | Me siento menos valioso cuando me comparo con los demás        |
| 3              | Siento que no valgo nada                                       |
| <b>15.-PE</b>  |                                                                |
| 0              | Tengo tanta energía como siempre                               |
| <del>1</del>   | Tengo menos energía que antes                                  |
| 2              | No tengo suficiente energía para hacer algunas cosas           |
| 3              | No tengo energía suficiente                                    |
| <b>16.-CHS</b> |                                                                |
| 0              | No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño      |
| <del>1</del>   | Duelmo un poco más de lo habitual                              |
| 1b             | Duelmo un poco menos que lo habitual                           |
| 2a             | Duelmo mucho más que lo habitual                               |
| 2b             | Duelmo mucho menos que lo habitual                             |
| 3a             | Duelmo la mayor parte del día                                  |
| 3b             | Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormir |

|                |                                                                                             |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>17.-IRR</b> |                                                                                             |
| 0              | No estoy más irritable que antes                                                            |
| <del>1</del>   | Estoy más irritable que antes                                                               |
| 2              | Estoy mucho más irritable que antes                                                         |
| 3              | Estoy irritable todo el tiempo                                                              |
| <b>18.-CA</b>  |                                                                                             |
| 0              | No he experimentado ningún cambio en mi apetito                                             |
| 1a             | Mi apetito es un poco menor que antes                                                       |
| <del>1b</del>  | Mi apetito es un poco mayor que antes                                                       |
| 2a             | Mi apetito es mucho menor que antes                                                         |
| 2b             | Mi apetito es mucho mayor que antes                                                         |
| 3a             | No tengo apetito en absoluto                                                                |
| 3b             | Quiero comer todo el tiempo                                                                 |
| <b>19.-DC</b>  |                                                                                             |
| 0              | Puedo concentrarme tan bien como siempre                                                    |
| <del>1</del>   | No puedo concentrarme tan bien como antes                                                   |
| 2              | Me es difícil mantener la atención en algo por mucho tiempo                                 |
| 3              | Encuentro que no puedo concentrarme en nada                                                 |
| <b>20.-CoF</b> |                                                                                             |
| <del>0</del>   | No estoy más cansado o fatigado de lo habitual                                              |
| 1              | Me fatigo o me canso más fácilmente que antes                                               |
| 2              | Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que antes solía hacer     |
| 3              | Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que antes solía hacer |
| <b>21.-PIS</b> |                                                                                             |
| 0              | No he notado un cambio reciente en mi interés por el sexo                                   |
| 1              | Estoy menos interesado en el sexo que antes                                                 |
| 2              | Ahora estoy mucho menos interesado en el sexo                                               |
| <del>3</del>   | He perdido completamente el interés en el sexo                                              |

|            |                                |            |                                 |
|------------|--------------------------------|------------|---------------------------------|
| <b>T</b>   | Tristeza                       | <b>PI</b>  | Pérdida de interés              |
| <b>P</b>   | Pesimismo                      | <b>I</b>   | Indecisión                      |
| <b>F</b>   | Fracaso                        | <b>D</b>   | Desvalorización                 |
| <b>PP</b>  | Pérdida de placer              | <b>PE</b>  | Pérdida de energía              |
| <b>SCU</b> | Sentimiento de culpa           | <b>CHS</b> | Cambios en los hábitos de sueño |
| <b>SCA</b> | Sentimientos de castigo        | <b>IRR</b> | Irritabilidad                   |
| <b>DUM</b> | Disconformidad con uno mismo   | <b>CA</b>  | Cambios en el apetito           |
| <b>AC</b>  | Autocrítica                    | <b>DC</b>  | Dificultad de concentración     |
| <b>PAS</b> | Pensamientos o deseos suicidas | <b>CoF</b> | Cansancio o fatiga              |
| <b>LI</b>  | Lanto                          | <b>PIS</b> | Pérdida de interés en el sexo   |
| <b>AG</b>  | Agitación                      |            |                                 |

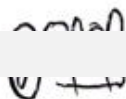
### **CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación titulada: "Depresión y resiliencia en soldados de una compañía de un batallón contraterrorista en zona VRAEM, 2024", es conducida por Jesica Sadith Ingaruca Huiza y Grecia Nicole Nieto Lizárraga, bachilleres en psicología de la Universidad Continental. Así mismo el objetivo es determinar cual es la relación que existe entre depresión y resiliencia.

La aplicación del instrumento no demandará ningún riesgo para su salud, mas por el contrario usted se beneficiará de una evaluación clínica, se le informará de manera confidencial los resultados que se obtengan de las pruebas realizadas. Los costos y el análisis de las mismas serán cubiertos por el estudio y no le ocasionarán ningún gasto.

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Yo,....., por medio del presente documento hago constar que acepto voluntariamente participar en esta investigación. Firmo el documento como prueba de mi aceptación, recibiendo previamente la información y objetivo de la investigación, así como la opción de negarme o retirarme en cualquier etapa de esta.




---

**Firma del participante**

Edad: 19..... Sexo: M..... Estado civil: soltero..... Lugar de procedencia: Moquegua.....

Grado de instrucción: Primaria ☐ Secundaria ☒ Técnico ☐ Superior ☐ Especial ☐

Tiempo de servicio: 1 año..... Grado militar: Cabo.....

Fecha: 19/08/24.....

## ESCALA DE RESILIENCIA

Wagnild y Young (1993)

Adaptación peruana: Gómez, M. (2019)

### Instrucciones:

A continuación encontrará 25 frases que buscan conocer su forma de ser y actuar ante determinadas circunstancias. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones marcando con un aspa (X) la casilla describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

|                            |
|----------------------------|
| Totalmente en desacuerdo   |
| En desacuerdo              |
| Parcialmente en desacuerdo |
| Indiferente                |
| Parcialmente de acuerdo    |
| De acuerdo                 |
| Totalmente de acuerdo      |

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases de manera sincera y rápida. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar.

| Nº | Item                                                                                       | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Parcialmente en desacuerdo | Indiferente | Parcialmente de acuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------------------|------------|-----------------------|
| 1  | Cuando planifico algo lo realizo                                                           |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 2  | Soy capaz de resolver mis problemas                                                        |                          |               |                            |             |                         | X          |                       |
| 3  | Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás                        |                          |               |                            |             |                         | X          |                       |
| 4  | Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo                                     |                          |               |                            | X           |                         |            |                       |
| 5  | Si debo hacerlo, puedo estar solo(a)                                                       |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 6  | Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida                               |                          |               |                            |             |                         | X          |                       |
| 7  | Generalmente me tomo las cosas con calma                                                   |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 8  | Me siento bien conmigo mismo(a)                                                            |                          |               |                            |             |                         | X          |                       |
| 9  | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo                                      |                          |               | X                          |             |                         |            |                       |
| 10 | Soy decidido(a)                                                                            |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 11 | Soy amigo de mí mismo(a)                                                                   |                          |               |                            |             |                         | X          |                       |
| 12 | Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas                                       |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 13 | Considero cada situación de manera detallada                                               |                          |               |                            | X           |                         |            |                       |
| 14 | Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 15 | Soy autodisciplinado(a)                                                                    |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 16 | Por lo general, encuentro algo de qué reírme                                               |                          |               |                            |             |                         | X          |                       |
| 17 | La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles                        |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 18 | En una emergencia soy una alguien en quien pueden confiar                                  |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 19 | Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista                            |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 20 | A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no                                             |                          |               |                            | X           |                         |            |                       |
| 21 | Mi vida tiene sentido                                                                      |                          |               |                            |             |                         | X          |                       |
| 22 | No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control                               |                          |               |                            | X           |                         |            |                       |
| 23 | Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida                   |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 24 | Tengo suficiente energía para lo que debo hacer                                            |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 25 | Acepto que hay personas a las que no les agrado                                            |                          |               |                            | X           |                         |            |                       |



**Inventario de Depresión Beck II**  
**Aaron T. Beck**  
**Adaptación peruana: Barreda (2019)**

**Instrucciones:**

Por favor lea cuidadosamente cada una de los 21 grupos de frases. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido en las últimas dos semanas, incluido el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado que ha elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido y marcado más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (CHS), y el ítem 18 (CA).

|               |                                                                                   |               |                                                                              |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1.-T</b>   |                                                                                   | <b>7.-DUM</b> |                                                                              |
| 0             | No me siento triste                                                               | 0             | Siento acerca de mí lo mismo de siempre                                      |
| <del>1</del>  | Me siento triste gran parte del tiempo                                            | <del>1</del>  | He perdido la confianza en mí mismo                                          |
| 2             | Estoy triste todo el tiempo                                                       | 2             | Estoy decepcionado de mí mismo                                               |
| 3             | Estoy tan triste y tan infeliz que no puedo soportarlo                            | 3             | No me gusta a mí mismo                                                       |
| <b>2.-P</b>   |                                                                                   | <b>8.-AC</b>  |                                                                              |
| <del>0</del>  | No me siento desanimado respecto a mi futuro                                      | 0             | No me critico ni me culpo más de lo habitual                                 |
| 1             | Me siento más desanimado respecto a mi futuro que antes                           | 1             | Estoy más crítico conmigo mismo que antes                                    |
| 2             | No espero que las cosas funcionen para mí                                         | <del>2</del>  | Me critico a mí mismo por todos mis errores                                  |
| 3             | Siento que no hay esperanza para mí en el futuro y que las cosas van a empeorar   | 3             | Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede                              |
| <b>3.-F</b>   |                                                                                   | <b>9.-PDS</b> |                                                                              |
| <del>0</del>  | No me siento como un fracasado                                                    | <del>0</del>  | No pienso en matarme                                                         |
| 1             | He fracasado más de lo debido                                                     | 1             | He pensado en matarme, pero no lo haría                                      |
| 2             | Cuando miro hacia atrás miro muchos fracasos                                      | 2             | Desearía matarme                                                             |
| 3             | Siento que como persona soy un fracaso total                                      | 3             | Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo                              |
| <b>4.-PP</b>  |                                                                                   | <b>10.-LI</b> |                                                                              |
| 0             | Obtengo tanta satisfacción de las cosas como antes                                | 0             | No lloro más de lo usual                                                     |
| <del>1</del>  | No disfruto tanto de las cosas como antes                                         | 1             | Lloro más que antes                                                          |
| 2             | Obtengo muy poco placer de las cosas                                              | 2             | Lloro por cualquier pequeñez                                                 |
| 3             | No puedo obtener ningún placer de las cosas                                       | <del>3</del>  | Siento ganas de llorar pero no puedo                                         |
| <b>5.-SCU</b> |                                                                                   | <b>11.-AG</b> |                                                                              |
| 0             | No me siento culpable                                                             | 0             | No estoy más inquieto o tenso que antes                                      |
| <del>1</del>  | Me siento culpable respecto a varias cosas que he hecho o que debería haber hecho | <del>1</del>  | Me siento mas tenso o inquieto que antes                                     |
| 2             | Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo                             | 2             | Estoy tan inquieto que me es difícil quedarme tranquilo                      |
| 3             | Me siento culpable todo el tiempo                                                 | 3             | Estoy tan inquieto que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo |
| <b>6.-SCA</b> |                                                                                   | <b>12.-PI</b> |                                                                              |
| 0             | No siento que esté siendo castigado                                               | <del>0</del>  | No he perdido el interés en otras actividades o personas                     |
| 1             | Creo que tal vez estoy siendo castigado                                           | 1             | Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas                   |
| 2             | Espero ser castigado                                                              | 2             | He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas                    |
| <del>3</del>  | Siento que estoy siendo castigado                                                 | 3             | Me es difícil interesarme por algo                                           |

|                |                                                                |
|----------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>13.-I</b>   |                                                                |
| 0              | Tomo decisiones tan bien como siempre                          |
| 1              | Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones       |
| <del>2</del>   | Encuentro más dificultad que antes para tomar decisiones       |
| 3              | Tengo problemas para tomar cualquier decisión                  |
| <b>14.-D</b>   |                                                                |
| <del>1</del>   | Siento que soy valioso                                         |
| 1              | No me considero tan valioso y útil como antes                  |
| 2              | Me siento menos valioso cuando me comparo con los demás        |
| 3              | Siento que no valgo nada                                       |
| <b>15.-PE</b>  |                                                                |
| 0              | Tengo tanta energía como siempre                               |
| 1              | Tengo menos energía que antes                                  |
| <del>2</del>   | No tengo suficiente energía para hacer algunas cosas           |
| 3              | No tengo energía suficiente                                    |
| <b>16.-CHS</b> |                                                                |
| 0              | No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño      |
| 1a             | Duermo un poco más de lo habitual                              |
| 1b             | Duermo un poco menos que lo habitual                           |
| 2a             | Duermo mucho más que lo habitual                               |
| <del>2b</del>  | Duermo mucho menos que lo habitual                             |
| 3a             | Duermo la mayor parte del día                                  |
| 3b             | Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormir |

|                |                                                                                             |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>17.-IRR</b> |                                                                                             |
| <del>1</del>   | No estoy más irritable que antes                                                            |
| 1              | Estoy más irritable que antes                                                               |
| 2              | Estoy mucho más irritable que antes                                                         |
| 3              | Estoy irritable todo el tiempo                                                              |
| <b>18.-CA</b>  |                                                                                             |
| 0              | No he experimentado ningún cambio en mi apetito                                             |
| 1a             | Mi apetito es un poco menor que antes                                                       |
| <del>1b</del>  | Mi apetito es un poco mayor que antes                                                       |
| 2a             | Mi apetito es mucho menor que antes                                                         |
| 2b             | Mi apetito es mucho mayor que antes                                                         |
| 3a             | No tengo apetito en absoluto                                                                |
| 3b             | Quiero comer todo el tiempo                                                                 |
| <b>19.-DC</b>  |                                                                                             |
| 0              | Puedo concentrarme tan bien como siempre                                                    |
| <del>1</del>   | No puedo concentrarme tan bien como antes                                                   |
| 2              | Me es difícil mantener la atención en algo por mucho tiempo                                 |
| 3              | Encuentro que no puedo concentrarme en nada                                                 |
| <b>20.-CoF</b> |                                                                                             |
| 0              | No estoy más cansado o fatigado de lo habitual                                              |
| 1              | Me fatigo o me canso más fácilmente que antes                                               |
| <del>2</del>   | Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que antes solía hacer     |
| 3              | Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que antes solía hacer |
| <b>21.-PIS</b> |                                                                                             |
| <del>0</del>   | No he notado un cambio reciente en mi interés por el sexo                                   |
| 1              | Estoy menos interesado en el sexo que antes                                                 |
| 2              | Ahora estoy mucho menos interesado en el sexo                                               |
| 3              | He perdido completamente el interés en el sexo                                              |

|            |                                |            |                                 |
|------------|--------------------------------|------------|---------------------------------|
| <b>T</b>   | Tristeza                       | <b>PI</b>  | Pérdida de interés              |
| <b>P</b>   | Pesimismo                      | <b>I</b>   | Indecisión                      |
| <b>F</b>   | Fracaso                        | <b>D</b>   | Desvalorización                 |
| <b>PP</b>  | Pérdida de placer              | <b>PE</b>  | Pérdida de energía              |
| <b>SCU</b> | Sentimiento de culpa           | <b>CHS</b> | Cambios en los hábitos de sueño |
| <b>SCA</b> | Sentimientos de castigo        | <b>IRR</b> | Irritabilidad                   |
| <b>DUM</b> | Disconformidad con uno mismo   | <b>CA</b>  | Cambios en el apetito           |
| <b>AC</b>  | Autocrítica                    | <b>DC</b>  | Dificultad de concentración     |
| <b>PAS</b> | Pensamientos o deseos suicidas | <b>CoF</b> | Cansancio o fatiga              |
| <b>LI</b>  | Lento                          | <b>PIS</b> | Pérdida de interés en el sexo   |
| <b>AG</b>  | Agitación                      |            |                                 |

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación titulada: "Depresión y resiliencia en soldados de una compañía de un batallón contrterrorista en zona VRAEM, 2024", es conducida por Jesica Sadith Ingaruca Huiza y Grecia Nicole Nieto Lizárraga, bachilleres en psicología de la Universidad Continental. Así mismo el objetivo es determinar cual es la relación que existe entre depresión y resiliencia.

La aplicación del instrumento no demandará ningún riesgo para su salud, mas por el contrario usted se beneficiará de una evaluación clínica, se le informará de manera confidencial los resultados que se obtengan de las pruebas realizadas. Los costos y el análisis de las mismas serán cubiertos por el estudio y no le ocasionarán ningún gasto.

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Yo, .....  
....., por medio del presente documento hago  
constar que acepto voluntariamente participar en esta investigación. Firmo  
el documento como prueba de mi aceptación, recibiendo previamente la  
información y objetivo de la investigación, así como la opción de negarme  
o retirarme en cualquier etapa de esta.

Firma del participante



Edad: 24 Sexo: M Estado civil: soltero Lugar de procedencia: Lima

Grado de instrucción: Primaria ☐ Secundaria ☒ Técnico ☐ Superior ☐ Especial ☐

Tiempo de servicio: 4 Años y 6 meses Grado militar: Cabo

Fecha: 19/07/2024

## ESCALA DE RESILIENCIA

Wagnild y Young (1993)

Adaptación peruana: Gómez, M. (2019)

### Instrucciones:

A continuación encontrará 25 frases que buscan conocer su forma de ser y actuar ante determinadas circunstancias. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones marcando con un aspa (X) la casilla describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

|                            |
|----------------------------|
| Totalmente en desacuerdo   |
| En desacuerdo              |
| Parcialmente en desacuerdo |
| Indiferente                |
| Parcialmente de acuerdo    |
| De acuerdo                 |
| Totalmente de acuerdo      |

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases de manera sincera y rápida. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar.



| Nº | Item                                                                                       | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Parcialmente en desacuerdo | Indiferente | Parcialmente de acuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------------------|------------|-----------------------|
| 1  | Cuando planifico algo lo realizo                                                           |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 2  | Soy capaz de resolver mis problemas                                                        |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 3  | Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás                        |                          |               |                            |             |                         | X          |                       |
| 4  | Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo                                     |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 5  | Si debo hacerlo, puedo estar solo(a)                                                       |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 6  | Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida                               |                          | X             |                            |             |                         |            |                       |
| 7  | Generalmente me tomo las cosas con calma                                                   |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 8  | Me siento bien conmigo mismo(a)                                                            |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 9  | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo                                      |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 10 | Soy decidido(a)                                                                            |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 11 | Soy amigo de mí mismo(a)                                                                   |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 12 | Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas                                       |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 13 | Considero cada situación de manera detallada                                               |                          |               |                            |             | X                       |            | X                     |
| 14 | Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 15 | Soy autodisciplinado(a)                                                                    |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 16 | Por lo general, encuentro algo de qué reírme                                               |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 17 | La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles                        |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 18 | En una emergencia soy una alguien en quien pueden confiar                                  |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 19 | Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista                            |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 20 | A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no                                             |                          | X             |                            |             | X                       |            |                       |
| 21 | Mi vida tiene sentido                                                                      |                          |               |                            |             | X                       |            |                       |
| 22 | No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control                               |                          | X             |                            |             |                         |            |                       |
| 23 | Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida                   |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 24 | Tengo suficiente energía para lo que debo hacer                                            |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |
| 25 | Acepto que hay personas a las que no les agrado                                            |                          |               |                            |             |                         |            | X                     |

**Inventario de Depresión Beck II**  
**Aaron T. Beck**  
**Adaptación peruana: Barreda (2019)**

**Instrucciones:**

Por favor lea cuidadosamente cada una de los 21 grupos de frases. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido en las últimas dos semanas, incluido el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado que ha elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido y marcado más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (CHS), y el ítem 18 (CA).

|                                  |                                                                                   |                                  |                                                                              |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1.-T</b>                      |                                                                                   | <b>7.-DUM</b>                    |                                                                              |
| 0                                | No me siento triste                                                               | 0                                | Siento acerca de mí lo mismo de siempre                                      |
| <input checked="" type="radio"/> | Me siento triste gran parte del tiempo                                            | <input checked="" type="radio"/> | He perdido la confianza en mí mismo                                          |
| 2                                | Estoy triste todo el tiempo                                                       | 2                                | Estoy decepcionado de mí mismo                                               |
| 3                                | Estoy tan triste y tan infeliz que no puedo soportarlo                            | 3                                | No me gusta a mí mismo                                                       |
| <b>2.-P</b>                      |                                                                                   | <b>8.-AC</b>                     |                                                                              |
| 0                                | No me siento desanimado respecto a mi futuro                                      | <input checked="" type="radio"/> | No me critico ni me culpo más de lo habitual                                 |
| 1                                | Me siento más desanimado respecto a mi futuro que antes                           | 1                                | Estoy más crítico conmigo mismo que antes                                    |
| <input checked="" type="radio"/> | No espero que las cosas funcionen para mí                                         | 2                                | Me critico a mí mismo por todos mis errores                                  |
| 3                                | Siento que no hay esperanza para mí en el futuro y que las cosas van a empeorar   | 3                                | Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede                              |
| <b>3.-F</b>                      |                                                                                   | <b>9.-PDS</b>                    |                                                                              |
| 0                                | No me siento como un fracasado                                                    | <input checked="" type="radio"/> | No pienso en matarme                                                         |
| <input checked="" type="radio"/> | He fracasado más de lo debido                                                     | 1                                | He pensado en matarme, pero no lo haría                                      |
| 2                                | Cuando miro hacia atrás miro muchos fracasos                                      | 2                                | Desearía matarme                                                             |
| 3                                | Siento que como persona soy un fracaso total                                      | 3                                | Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo                              |
| <b>4.-PP</b>                     |                                                                                   | <b>10.-LI</b>                    |                                                                              |
| <input checked="" type="radio"/> | Obtengo tanta satisfacción de las cosas como antes                                | 0                                | No lloro más de lo usual                                                     |
| 1                                | No disfruto tanto de las cosas como antes                                         | 1                                | Lloro más que antes                                                          |
| 2                                | Obtengo muy poco placer de las cosas                                              | <input checked="" type="radio"/> | Lloro por cualquier pequeñez                                                 |
| 3                                | No puedo obtener ningún placer de las cosas                                       | 3                                | Siento ganas de llorar pero no puedo                                         |
| <b>5.-SCU</b>                    |                                                                                   | <b>11.-AG</b>                    |                                                                              |
| 0                                | No me siento culpable                                                             | 0                                | No estoy más inquieto o tenso que antes                                      |
| <input checked="" type="radio"/> | Me siento culpable respecto a varias cosas que he hecho o que debería haber hecho | <input checked="" type="radio"/> | Me siento más tenso o inquieto que antes                                     |
| 2                                | Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo                             | 2                                | Estoy tan inquieto que me es difícil quedarme tranquilo                      |
| 3                                | Me siento culpable todo el tiempo                                                 | 3                                | Estoy tan inquieto que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo |
| <b>6.-SCA</b>                    |                                                                                   | <b>12.-PI</b>                    |                                                                              |
| <input checked="" type="radio"/> | No siento que esté siendo castigado                                               | 0                                | No he perdido el interés en otras actividades o personas                     |
| 1                                | Creo que tal vez estoy siendo castigado                                           | <input checked="" type="radio"/> | Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas                   |
| 2                                | Espero ser castigado                                                              | 2                                | He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas                    |
| 3                                | Siento que estoy siendo castigado                                                 | 3                                | Me es difícil interesarme por algo                                           |

|                                        |                                                                |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>13.-I</b>                           |                                                                |
| 0                                      | Tomo decisiones tan bien como siempre                          |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1  | Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones       |
| 2                                      | Encuentro más dificultad que antes para tomar decisiones       |
| 3                                      | Tengo problemas para tomar cualquier decisión                  |
| <b>14.-D</b>                           |                                                                |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1  | Siento que soy valioso                                         |
| 1                                      | No me considero tan valioso y útil como antes                  |
| 2                                      | Me siento menos valioso cuando me comparo con los demás        |
| 3                                      | Siento que no valgo nada                                       |
| <b>15.-PE</b>                          |                                                                |
| 0                                      | Tengo tanta energía como siempre                               |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1  | Tengo menos energía que antes                                  |
| 2                                      | No tengo suficiente energía para hacer algunas cosas           |
| 3                                      | No tengo energía suficiente                                    |
| <b>16.-CHS</b>                         |                                                                |
| 0                                      | No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño      |
| 1a                                     | Duermo un poco más de lo habitual                              |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1b | Duermo un poco menos que lo habitual                           |
| 2a                                     | Duermo mucho más que lo habitual                               |
| 2b                                     | Duermo mucho menos que lo habitual                             |
| 3a                                     | Duermo la mayor parte del día                                  |
| 3b                                     | Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormir |

|                                        |                                                                                             |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>17.-IRR</b>                         |                                                                                             |
| <input checked="" type="checkbox"/> 0  | No estoy más irritable que antes                                                            |
| 1                                      | Estoy más irritable que antes                                                               |
| 2                                      | Estoy mucho más irritable que antes                                                         |
| 3                                      | Estoy irritable todo el tiempo                                                              |
| <b>18.-CA</b>                          |                                                                                             |
| 0                                      | No he experimentado ningún cambio en mi apetito                                             |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1a | Mi apetito es un poco menor que antes                                                       |
| 1b                                     | Mi apetito es un poco mayor que antes                                                       |
| 2a                                     | Mi apetito es mucho menor que antes                                                         |
| 2b                                     | Mi apetito es mucho mayor que antes                                                         |
| 3a                                     | No tengo apetito en absoluto                                                                |
| 3b                                     | Quiero comer todo el tiempo                                                                 |
| <b>19.-DC</b>                          |                                                                                             |
| <input checked="" type="checkbox"/> 0  | Puedo concentrarme tan bien como siempre                                                    |
| 1                                      | No puedo concentrarme tan bien como antes                                                   |
| 2                                      | Me es difícil mantener la atención en algo por mucho tiempo                                 |
| 3                                      | Encuentro que no puedo concentrarme en nada                                                 |
| <b>20.-CoF</b>                         |                                                                                             |
| 0                                      | No estoy más cansado o fatigado de lo habitual                                              |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1  | Me fatigo o me canso más fácilmente que antes                                               |
| 2                                      | Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que antes solía hacer     |
| 3                                      | Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que antes solía hacer |
| <b>21.-PIS</b>                         |                                                                                             |
| <input checked="" type="checkbox"/> 0  | No he notado un cambio reciente en mi interés por el sexo                                   |
| 1                                      | Estoy menos interesado en el sexo que antes                                                 |
| 2                                      | Ahora estoy mucho menos interesado en el sexo                                               |
| 3                                      | He perdido completamente el interés en el sexo                                              |

|     |                                |     |                                 |
|-----|--------------------------------|-----|---------------------------------|
| T   | Tristeza                       | PI  | Pérdida de interés              |
| P   | Pesimismo                      | I   | Indecisión                      |
| F   | Fracaso                        | D   | Desvalorización                 |
| PP  | Pérdida de placer              | PE  | Pérdida de energía              |
| SCU | Sentimiento de culpa           | CHS | Cambios en los hábitos de sueño |
| SCA | Sentimientos de castigo        | IRR | Irritabilidad                   |
| DUM | Disconformidad con uno mismo   | CA  | Cambios en el apetito           |
| AC  | Autocrítica                    | DC  | Dificultad de concentración     |
| PAS | Pensamientos o deseos suicidas | CoF | Cansancio o fatiga              |
| LI  | Lento                          | PIS | Pérdida de interés en el sexo   |
| AG  | Agitación                      |     |                                 |









