

Descripción de la Carga Mental en Oficiales y Suboficiales del grupo Aeronaval Caribe

Proyecto de Investigación Maestría en Gerencia del Talento Humano

Kathy Vanessa Sarmiento Díaz

David Alexander Forero López.

Carlos Andrés Canas Castaño

Director del Proyecto

Título del director

Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano

Facultad Sociedad, Cultura y Creatividad

Escuela de Estudios en Psicología, Talento Humano y Sociedad

Programa Maestría en Gerencia del Talento Humano

09 de septiembre de 2025



Resumen

La presente investigación tuvo como finalidad describir cómo se manifiestan las dimensiones y niveles de carga mental en oficiales y suboficiales del Grupo Aeronaval Caribe. Se define la carga mental como el esfuerzo cognitivo, emocional y organizacional que requiere el cumplimiento de las funciones militares, en las que la responsabilidad y la presión, forman parte del día a día. Este estudio se desarrolló bajo un punto de vista cualitativo, a partir de un grupo focal conformado por 10 participantes en roles operativos, técnicos y administrativos, la información recolectada fue analizada mediante la técnica de análisis de contenido.

Los resultados demostraron que los participantes experimentan niveles de carga mental moderados y altos, estos justificados principalmente por la separación familiar en largos periodos de tiempo, carga laboral por el desarrollo de múltiples tareas, la presión por el cumplimiento de resultados en diferentes escenarios y la responsabilidad sobre la vida de terceros más que todo en el desarrollo de las operaciones. Entre las estrategias de afrontamiento más mencionadas se encuentran la práctica de actividad física, la realización de pausas activas durante la jornada laboral, el apoyo de las familias y la capacidad de diferenciar mentalmente lo operativo de lo administrativo.

Se concluye que la carga mental en este grupo no proviene de un único origen, sino de la interacción entre factores operativos, organizacionales, personales y familiares. Este escenario implica riesgos importantes para la salud psicológica y el rendimiento laboral, lo cual resalta la necesidad de fortalecer políticas institucionales de prevención y apoyo psicosocial, articuladas desde la Gerencia del Talento Humano

Palabras clave: Carga mental, salud mental, oficiales, suboficiales, Armada Nacional, Grupo Aeronaval Caribe.

Abstract

This research aimed to describe the dimensions and levels of mental workload experienced by officers and enlisted personnel of the Caribbean Naval Aviation Group. Mental workload is defined, as the cognitive, emotional, and organizational effort required carrying out military duties, where responsibility and pressure are an integral part of daily life. This study was conducted from a qualitative perspective, using a focus group of 10 participants representing operational, technical, and administrative roles. The collected data was analyzed using content analysis.

The results showed that participants experience moderate to high levels of mental workload, primarily due to prolonged periods of separation from their families, heavy workloads involving multiple tasks, pressure to achieve results in various situations, and responsibility for the safety of others, especially during operations. Among the most frequently mentioned coping strategies were physical activity, taking short breaks during work hours, family support, and the ability to mentally separate operational and administrative tasks.

It was concluded that mental workload in this group does not stem from a single source, but rather from the interaction of operational, organizational, personal, and family factors. This situation poses significant risks to psychological well-being and job performance, highlighting the need to strengthen institutional policies for prevention and psychosocial support, coordinated by the Human Resources Department.



Keywords: Mental workload, mental health, officers, enlisted personnel, Colombian Navy, Caribbean Naval Aviation Group.



Tabla de contenido

Planteamiento del problema	7
Justificación	10
Objetivos generales y específicos	13
<i>Objetivo general</i>	13
<i>Objetivos específicos</i>	13
Antecedentes teóricos y empíricos	14
Carga mental:	14
Dimensiones	14
Modelo teórico esfuerzo- recompensa	15
Modelo teórico demanda- control	16
Antecedentes empíricos	18
Antecedentes internacionales	18
Antecedentes nacionales	20
Diseño metodológico	20
Tipo de investigación	20
Participantes	21
Instrumento de recolección de datos	21
Estructura temática de la guía del grupo focal	21
Rol del moderador	22
Grabación y transcripción	23

Prueba piloto	23
Procedimiento análisis de datos.....	23
Autorización institucional.....	23
Consideraciones éticas	24
Resultados.....	24
Dimensiones de la carga mental identificadas	24
Demandas del entorno organizacional y familiar.....	25
Características del entorno laboral.....	27
Niveles de carga mental reportados.....	27
Estrategias de manejo de utilizada	30
Discusión y conclusiones	32
Implicaciones para la teoría y la práctica	36
Conclusiones	36
Referencias	38



Planteamiento del Problema

La carga mental se conceptualiza como nivel de esfuerzo cognitivo que un individuo debe invertir para llevar a cabo una tarea, en particular cuando dicha tarea requiere atención, memoria, toma de decisiones, concentración, vigilia y resolución de conflictos. En otras palabras, se trata de la cantidad de recursos cognitivos que, como humanos, utilizamos para enfrentar una determinada exigencia. No obstante, cuando se requiere de una capacidad adicional para superar dicha tarea, ya sea por la presión del tiempo o por su nivel de complejidad, es probable que se genere una sobrecarga mental, lo cual puede afectar negativamente el rendimiento, además de intensificar el riesgo de cometer errores y consecuentemente desencadenar fatiga cognitiva (García et al., 2022).

La Armada de Colombia realiza una serie de operaciones que pueden afectar la carga mental de sus miembros, debido a la naturaleza de la misma y al alto nivel de responsabilidad de sus funciones. Estas exigencias han sido documentadas como factores de riesgo psicosocial en estudios como el de Gómez – Tabares et al. (2020), quienes señalan que la separación familiar y la presión operativa afectan significativamente la salud mental del personal militar.

Existen algunas de las actividades que pueden afectar su salud mental, así como las operaciones de seguridad y defensa nacional, estas implican patrullaje y vigilancia en la zona marítima para garantizar la soberanía territorial y requieren estar en constante estado de alerta y tomar decisiones bajo presión, como, por ejemplo:

- La lucha contra el narcotráfico, en este tipo de operaciones deben velar de que no ingresen al país sustancias psicoactivas. Esto implica estar atentos a embarcaciones sospechosas y enfrentarse a situaciones límite como



enfrentar a delincuentes armados que intentan evitar la incautación de su mercancía.

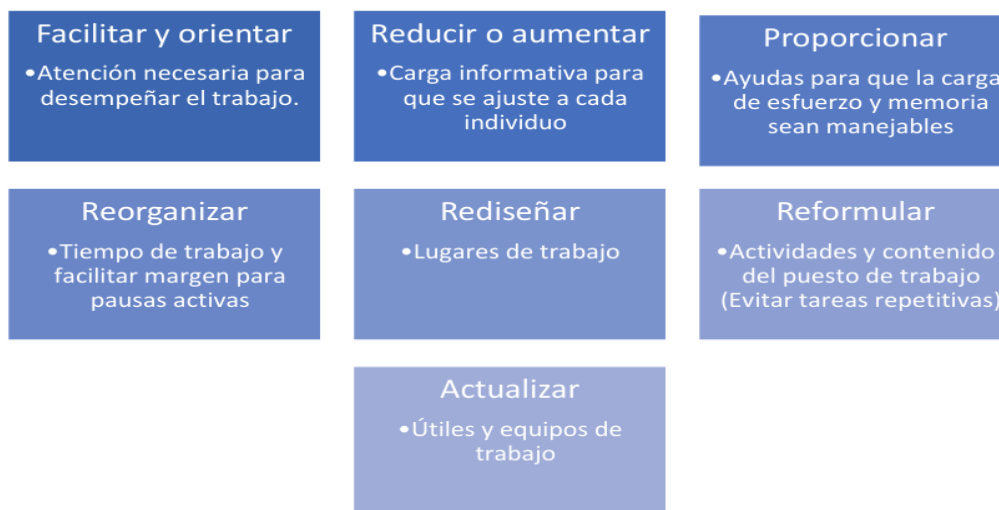
- Las operaciones de rescate y ayuda humanitaria necesitan participación en misiones que demandan un gran esfuerzo físico y mental, en diferentes contextos adversos como desastres naturales o emergencias en altamar.
- En las operaciones de inteligencia y contrainteligencia, algunos miembros deben infiltrarse en organizaciones delincuenciales, lo que representa una alta carga mental, ya que están expuestos constantemente al riesgo de ser descubiertos, lo que pone en peligro sus vidas.

Teniendo en cuenta lo mencionado, el presente trabajo de investigación indaga sobre las dimensiones y niveles de carga mental en Oficiales y Suboficiales del Grupo Aeronaval del Caribe. La resolución 2646 del 2008, define la carga mental de la siguiente manera:

La carga mental está influenciada por el nivel de exigencia cognitiva que requiere una tarea. Entre los factores que inciden en ella se encuentran la precisión necesaria, el grado de concentración, la diversidad de actividades involucradas, la presión temporal, así como la complejidad, cantidad y ritmo de ejecución (Ministerio de la Protección Social, 2008). A partir de esta comprensión, se propone la implementación de estrategias preventivas frente a la carga laboral, entendiendo que identificar las dimensiones y niveles de carga mental dentro de contextos específicos como el de la Armada resulta clave para diseñar e implementar acciones preventivas adecuadas. Ver figura 1.



Figura 1: Medidas de prevención para la carga laboral



Nota: (Pérez et al., 2022)

La Armada constituye una de las fuerzas militares más representativas del país, junto con el Ejército Nacional, la Fuerza Aérea Colombiana y demás componentes de las Fuerzas Militares. La misión principal es garantizar la soberanía marítima de Colombia. Para esto sus integrantes reciben formación castrense, obtienen grados jerárquicos y se rigen por el Código Penal Militar. Cabe destacar, que esta entidad también desempeña funciones destacables en situaciones de emergencia, como la atención de desastres naturales, facilitando la evacuación de personas y realizando operaciones de rescate. Además, llega a territorios apartados y de difícil acceso para brindar ayuda humanitaria. (Armada Nacional, 2025).

Partiendo de lo anterior, el talento humano de las fuerzas armadas es un pilar fundamental para que esta institución permanezca en el tiempo y de resultados satisfactorios en procura del bienestar nacional. Empero, debido a la responsabilidad

que recaen en ellos, su salud mental se ve comprometida al lidiar con situaciones de estrés, falta de tiempo para sí mismos, distanciamiento con familiares y amigos, todo lo anterior repercute en su estado anímico.

Recordemos que, desde la antigüedad las fuerzas militares cumplen un papel principal en la conquista y dominación de los territorios, desde los romanos y los griegos, se instauró una narrativa, en la cual quienes hacían parte del cuerpo militar debían ser fuertes, líderes, disciplinados y organizados. Así como también, tener un fuerte sentido de pertenencia hacía su país y sus conciudadanos. A medida que la sociedad fue evolucionando y la tecnología ganó protagonismo al personal de las instituciones militares también se les exigió capacitarse y poder adquirir competencias que les permitieran solucionar problemas de abastecimiento y mecánicos.

Es decir, que los miembros de la milicia están sujetos a un proceso de adaptabilidad constante, que, si bien hace parte de su desarrollo y crecimiento profesional, también los mantiene al vilo de demostrar siempre que se requiera, que son “capaces”, Teniendo en cuenta los elementos mencionados, surge el siguiente interrogante: ¿De qué manera se configura y experimenta la carga mental en oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe?

Justificación

El motivo de este estudio investigativo radica en la escasa disponibilidad de estudios descriptivos, que aborden de manera específica la problemática de la carga mental en oficiales y suboficiales de la Armada Nacional. Aunque en Colombia se han realizado estudios sobre riesgos psicosociales y carga laboral en contextos empresariales y de salud, estos no completan las actividades particulares en el

contexto militar, las cuales se caracterizan por condiciones extremas de exigencia física, emocional y cognitiva. Por tal razón, nos atrevemos a señalar que se trata de un tema casi inexplorado dentro del ámbito académico y científico, ya que durante la búsqueda y recolección de información se evidenció una notoria ausencia de investigaciones centradas en esta población particular.

La Asociación Colombiana de Facultades de Psicología (ASCOFAPSI, 2023), publicó que, durante la vida militar, los militares están expuestos a una serie de experiencias que pueden aumentar el riesgo de problemas de salud mental, tales como exposición a la violencia y el trauma, la separación de la familia y los amigos, los cambios en el estilo de vida y los factores personales, el consumo de sustancias, la depresión, el estrés postraumático, matoneo dentro de la fuerza, resiliencia, ansiedad y manejo de la ira (Sánchez, Escarria, Lara, Rodríguez y Garavito, 2019). Esta enunciación es respaldada por el estudio de Orozco Murcia (2014), quien encontró que el 61,74% del personal en unidades militares en Bogotá, compuesto en su mayoría por oficiales y suboficiales, presenta niveles altos de riesgo psicosocial y síntomas de estrés, exponiendo la urgente necesidad de atender esta problemática desde una perspectiva académica, clínica y organizacional.

La relevancia del tema se evidencia claramente en investigaciones recientes como la realizada por Pérez et al., (2022), quienes abordan la problemática de los riesgos psicosociales asociados a la carga mental en contextos laborales colombianos. A través de un enfoque cualitativo, los autores proponen diversas estrategias orientadas a reducir estos riesgos, especialmente en entornos empresariales donde las exigencias cognitivas y emocionales del trabajo tienden a ser elevadas. Uno de los hallazgos más preocupantes de este estudio señala que aproximadamente el 40,1 % de la población trabajadora en Colombia ha

manifestado algún tipo de trastorno mental vinculado a su actividad laboral. Esta cifra no solo es significativa desde el punto de vista de medición, sino que también en evidencia una realidad estructural que afecta la salud mental de una parte importante de la fuerza productiva del país, convirtiéndose en un desafío urgente para el diseño de políticas de prevención y cuidado en el ámbito organizacional.

Asimismo, en los últimos años las Fuerzas Militares, han comenzado a implementar estrategias de intervención y prevención en salud mental, como la Línea en Defensa de la Vida, que son campañas psicoeducativas en las escuelas de formación, y actividades de promoción del bienestar emocional (Armada Nacional, 2023; Dirección General de Sanidad Militar, 2023). Sin embargo, no se cuenta con evidencia sistematizada que permita evaluar el impacto de estas estrategias ni identificar con claridad las fuentes de carga mental específicas en el personal militar, lo cual limita su eficacia y sostenibilidad en el tiempo.

Este vacío se vuelve más crítico si se considera que, según cifras divulgadas por el Ministerio de Defensa en 2022, acuerdo con la Procuraduría La Armada Nacional refleja aproximadamente un 12% de personal que requiere atención psicológica especializada, lo que pone de relieve una problemática que trasciende lo individual y que afecta estructuralmente a las Fuerzas Armadas (Infobae, 2022).

En este sentido, la presente investigación busca contribuir a cerrar dicha brecha, aportando información relevante que permita no solo dimensionar el impacto de la carga mental en oficiales y suboficiales de la Armada, sino también generar insumos útiles para futuras investigaciones y el diseño de estrategias de prevención, acompañamiento psicosocial y promoción del bienestar emocional dentro de contextos militares.

Objetivos Generales y Específicos

Objetivo General

Describir las dimensiones y los niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe

Objetivos Específicos

Identificar las principales dimensiones que componen la carga mental en el entorno laboral de los oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe, tales como exigencias cognitivas, toma de decisiones, multitarea y vigilancia constante.

Determinar los niveles de carga mental percibidos por los oficiales y suboficiales en relación con sus funciones, jerarquía, tiempo de servicio y tipo de unidad.

Explorar cómo el contexto operativo y las demandas específicas del grupo Aeronaval Caribe influyen en la manifestación de las dimensiones y los niveles de carga mental en sus oficiales y suboficiales



Antecedentes Teóricos y Empíricos

Dentro del acervo teórico se considera importante abordar los siguientes postulados

Carga mental:

La carga mental tiene que ver con las exigencias que plantea el trabajo y la capacidad de respuesta del trabajador, dentro de los factores que determinan la carga mental se encuentran: el contenido de trabajo, las condiciones ambientales, aspectos psicosociales y organizativos, diseño del puesto, factores personales, condiciones extra laborales. Por ello, cuando se habla de carga mental es indispensable traer a colación la capacidad de responder del trabajador, la cual esta mediada por su edad, estilo de aprendizaje, características de la personalidad y la actitud con la que dispone para cumplir la tarea.

Esto requiere que el tratamiento de la carga mental no puede estigmatizarse únicamente en ajustar tareas o tiempos, sino que debe tratarse desde una perspectiva integral que contemple tanto el diseño del trabajo, como el bienestar del trabajador. Es fundamental que las organizaciones reconozcan estas variables y promuevan entornos que favorezcan la autorregulación, el desarrollo de habilidades y el apoyo psicosocial, ya que una carga mental mal gestionada no solo impacta en el desempeño, sino también en la salud física y emocional de quien trabaja (García et al., 2022).

Dimensiones

En investigación cualitativa o cuantitativa, una dimensión es un componente o aspecto específico del fenómeno estudiado que agrupa indicadores relacionados.

Sirve para desglosar una variable amplia en partes más manejables y medibles



(Hernández Sampieri, 2018). Ver tabla con las dimensiones a tener en cuenta en la temática objeto de estudio.

Tabla 1: Dimensiones a evaluar en el análisis focal

DIMENSIÓN	DEFINICIÓN	AUTOR / REFERENTE
Exigencias Cognitivas	Demandas de atención, memoria y toma de decisiones.	Leplat y Cuny (1977)
Exigencias Emocionales	Tensión psicológica derivada de situaciones de riesgo.	Karasek y Theorell (1990)
Exigencias Físicas	Fatiga muscular y esfuerzo corporal prolongado.	OIT (2010)
Organización del Trabajo	Desequilibrio entre esfuerzo y recompensa en el trabajo.	Siegrist (1996)

Nota: Elaboración Propia, 2025.

Modelo teórico esfuerzo- recompensa

El modelo esfuerzo- recompensa contribuye a entender las implicaciones de la carga mental, esta teoría fue propuesta por Johannes Siegrist, que sostiene que el estrés laboral surge cuando existe un desequilibrio entre el esfuerzo realizado por el trabajador y las recompensas recibidas, ya sean económicas, sociales o emocionales (Siegrist,1996). En este contexto militar, este desequilibrio se manifiesta en la percepción de injusticia por parte del personal, que considera insuficiente el reconocimiento institucional frente a sus sacrificios.

Si bien en la sociedad actual, se ha humanizado la figura del trabajador, no se puede desconocer que, a pesar los beneficios de seguridad social, estabilidad laboral, dinero y estima, las cuales se validan por medio de un contrato laboral las

relaciones entre empleador y trabajador tienden a ser injustas porque existe una jerarquización de poder que inhibe a los colaboradores a desarrollarse personal y profesionalmente.

El modelo esfuerzo-recompensa de Johannes Siegrist permite comprender cómo el desequilibrio entre las exigencias laborales y las compensaciones recibidas puede incidir directamente en la percepción de carga mental, según este enfoque, el estrés laboral y por ende la sobrecarga cognitiva, se producen cuando el trabajador realiza un alto nivel de esfuerzo ya sea físico, cognitivo o emocional sin recibir una retribución proporcional, ya sea en forma de salario, estabilidad, reconocimiento o posibilidades de desarrollo profesional.

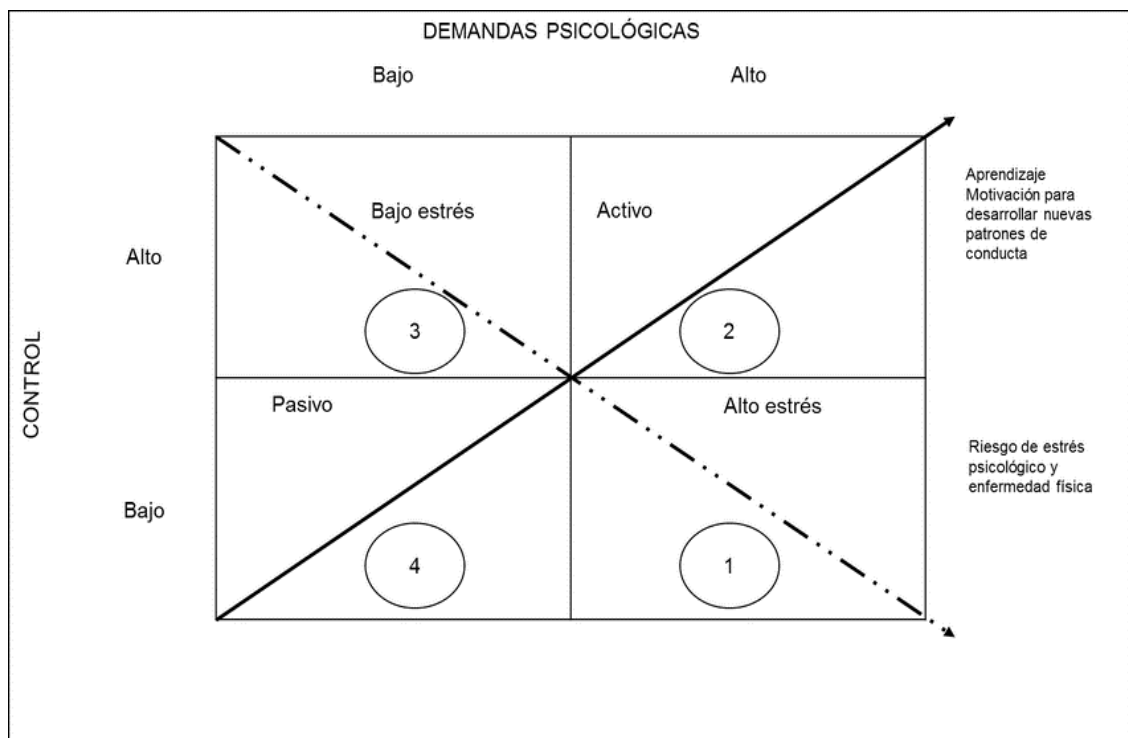
Esta falta de equilibrio genera una sensación de injusticia y de frustración lo que incrementa poco a poco el malestar psicológico y acaba mentalmente al tripulante y se manifiesta como una percepción elevada de carga mental. Aunque en la actualidad se han realizado discursos sobre la dignificación del trabajo y se ofrecen ciertos beneficios contractuales como la seguridad social o el reconocimiento formal, todavía muchas relaciones laborales continúan marcadas por irregularidades de poder. Esta pirámide jerárquica limita la capacidad del trabajador para poder desarrollarse plenamente, lo que aumenta el desequilibrio percibido y agudiza los efectos de la carga mental.

Teniendo en cuenta este panorama, el esfuerzo constante sin recompensa equitativa puede ser interpretado por el trabajador como una inversión perdida, intensificando la percepción de exigencia, insatisfacción y agotamiento cognitivo.

Modelo teórico demanda- control

El modelo teórico demanda- control propuesto por Karasek, que es mencionado en el trabajo de (Soares & Mello, 2020) tiene en cuenta tres dimensiones en el trabajo: la demanda psicológica, la libertad de decisión y apoyo social en el trabajo. La primera tiene que ver con las restricciones de tiempo, la velocidad y cantidad de trabajo, las contradicciones en las demandas que se le exigen al colaborador, la segunda hace énfasis en la autonomía del trabajador y la capacidad que tiene para resolver situaciones, la tercera, se refiere al reconocimiento que puede obtener por parte de sus pares o superiores. En la siguiente imagen se ilustra Modelo de control de la demanda de Karasek. Ver figura 2

Figura 2: Modelo de control- demanda



Fuente: (Soares & Mello Soares, 2020)

Desde la perspectiva del modelo demanda-control desarrollado por Karasek, uno de los elementos clave que incide en la aparición de carga mental en el trabajo es la exigencia psicológica a la que están expuestos los empleados. Esta se manifiesta en

aspectos como la rapidez con que deben realizar sus tareas, la presión constante por cumplir plazos, el volumen elevado de trabajo y la complejidad de las funciones asignadas.

Cuando las exigencias son bastante altas, el trabajador se esfuerza a hacer un uso intensivo de sus capacidades mentales y emocionales para lograr responder adecuadamente, invirtiendo un esfuerzo considerable en términos de concentración, toma de decisiones y memoria operativa, esto va provocando con el tiempo una sobrecarga mental, que se refleja en el agotamiento cognitivo, una reducción en el rendimiento y un incremento en el porcentaje de incurrir en errores.

La situación es más compleja cuando estas altas demandas coinciden con condiciones laborales en las que el trabajador tiene escasa autonomía para organizar su trabajo o tomar decisiones y donde el respaldo de compañeros o superiores es limitado o inexistente. En estos contextos, el impacto negativo sobre la salud mental y física del trabajador es más severo y sus efectos pueden extenderse también al desempeño global dentro de la institución.

Antecedentes Empíricos

Antecedentes internacionales

En el ámbito internacional se revisó el trabajo de (Ponce, 2021). El autor se centra en el hecho de que la vida militar tiene sus propias dinámicas y a diferencia de un trabajo convencional en el que existen turnos, horarios y una compensación monetaria, elementos con los que también cuenta la labor militar, hay una característica distintiva de esta labor y eso tiene que ver con que los miembros del ejército ponen en riesgo constantemente su vida, pero es tan intrínseco a la naturaleza del oficio que se ha normalizado. El trabajo tiene como escenario Perú, en el Batallón contraterrorista número 331, perteneciente a la cuarta división. Ponce,

analiza el hecho de que la dependencia militar objeto de estudio lidia con situaciones de estrés diariamente, ya que enfrentan problemas sociales de gran envergadura como lo son: el narcotráfico, bandas delincuenciales, transporte ilegal de armas, entre otros. Por ello, señala que una de las consecuencias que enfrentan los militares el síndrome de Burnout.

Por su parte, (Prado, 2022) en su artículo “Gestión de estrés y salud mental en las fuerzas armadas” toma contexto a las fuerzas armadas del Estado de Chile y señala que los integrantes de las fuerzas armadas se les prepara para mantener la calma a pesar de que las condiciones del ambiente externo sean hostiles. Sin embargo, señala que la salud mental debe estar por encima del régimen interno y el cumplimiento de órdenes, sin duda los cambios que se dieron a mediados del siglo XX contribuyeron a que los problemas de salud mental se conviertan en un pilar fundamental, en el cual se les da los individuos la posibilidad de un proceso de autoconocimiento y retroalimentación para el manejo de sus emociones (Ponce, 2022). Aunque podría parecer que el personal militar muestra poca sensibilidad frente a situaciones de alta exigencia, en realidad deben desarrollar una sólida inteligencia emocional para enfrentar los retos inherentes a su labor, la cual va mucho más allá de un simple empleo y se convierte en una forma de vida. El manejo de equipos humanos, el trabajo colaborativo y el ejercicio del liderazgo exigen mantener un balance entre la toma de decisiones con determinación y la capacidad de actuar con empatía. Este equilibrio resulta fundamental dentro de las fuerzas armadas para lograr cohesión y cumplir con eficacia las misiones encomendadas. Así lo plantea el profesor Moskos en su obra *Military: More Than Just a Job*, donde resalta que la vida militar trasciende todos los ámbitos y demanda un compromiso

total, pues, como indica el título, no se trata únicamente de un oficio, sino de una vocación permanente

Antecedentes nacionales

En el contexto nacional, se encontró el trabajo de Medina et al., 2020, el cual lleva por título “Presencia y afectación del síndrome burnout en instructores de TH – 67 de la Escuela de Helicópteros para la Fuerza Armada de Colombia” Los autores utilizaron el test de Maslach burnout inventory, con la finalidad de medir el desgaste de los trabajadores a causa del excesivo trabajo administrativo y operativo. Por medio de la prueba se tienen en consideración tres elementos; despersonalización, realización personal y agotamiento emocional. El síndrome Burnout, es un concepto anglosajón que significa “estar quemado en el trabajo” y ello es preocupante, ya que cuando se padece este síndrome las personas suelen experimentar la sensación de fracaso, aunado al hecho de que somatizan de forma física lo que la mente no puede sobrellevar, teniendo síntomas como fatiga, trastornos gastrointestinales, problemas cardiovasculares entre otros. Si bien está enfocado en el Burnout y no en la carga mental, no se puede pasar por alto que la carga mental es un factor psicosocial determinante en las causas del Burnout.

Diseño Metodológico

Tipo de Investigación

Esta investigación se desarrolla desde una perspectiva cualitativa, la cual permite indagar en profundidad las vivencias, percepciones y significados que construyen los participantes en torno al fenómeno estudiado. A diferencia del enfoque cuantitativo, que según Sampieri (2014) sigue un proceso secuencial y estructurado desde la formulación de la idea hasta la validación de hipótesis, el



enfoque cualitativo se caracteriza por su apertura y flexibilidad metodológica. Esta elección responde a la necesidad de comprender los contextos sociales y subjetivos en los que se sitúan los actores, permitiendo una aproximación más rica y contextualizada que da cuenta de las complejidades del entorno investigado.

Participantes

10 miembros del grupo aeronaval Caribe

Instrumento de Recolección de Datos

La técnica que se utilizará para la presente investigación es un grupo focal, en palabras de Sutton y Varela (2013), sostienen que la técnica resulta especialmente valiosa para indagar en los saberes y vivencias de las personas dentro de un entorno interactivo, que posibilita comprender qué piensan, cómo lo hacen y cuáles son las razones detrás de ello. La dinámica grupal fomenta el diálogo y motiva a los participantes a expresar sus ideas y puntos de vista, incluso sobre temas considerados tabú, lo que enriquece notablemente la variedad de testimonios recopilados.

Estructura temática de la guía del grupo focal

La guía se estructurará en torno a tres ejes temáticos principales, que permitirán abarcar de forma integral las dimensiones de la carga mental, así:

Demandas emocionales del trabajo

- Pregunta inicial: ¿Cuáles son las principales situaciones en su labor diaria que considera mental o emocionalmente exigentes?
- Pregunta de seguimiento: Describa una situación reciente en la que haya sentido sobrecargado mentalmente.

Factores organizacionales y operacionales



- Pregunta inicial: ¿Cuáles aspectos en esta institución cree que influyen más en su bienestar mental?
- Pregunta de seguimiento: ¿Cómo percibe el apoyo de la institución en momentos con mucha exigencia?

Estrategias personales y colectivas de afrontamiento:

- Pregunta inicial: ¿Qué estrategias personales utiliza para manejar el estrés o la fatiga mental?
- Pregunta de seguimiento: ¿Ha identificado espacios de apoyo en la institución a los que acudir para manejar las situaciones de alta tensión?

Las preguntas anteriores fueron realizadas de esta forma, para así tener una conversación más fluida, abierta y respetuosa, que lograra facilitar la obtención de respuestas espontáneas y significativas.

Rol del moderador

El grupo focal será dirigido por dos moderadores en este caso Kathy Sarmiento y David Forero, estudiantes del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano, cuyos roles serán:

- Presentar los objetivos del estudio de manera clara para los participantes.
- Establecer un ambiente ameno de confianza y confidencialidad.
- Promover la participación equitativa de todos los integrantes.
- Ahondar más en las respuestas a través de preguntas de seguimiento sin dirigir o sesgar las intervenciones.
- Controlar el tiempo y mantener la discusión dentro de los ejes temáticos establecidos.



Durante la sesión se registrarán aspectos no verbales relevantes y se tomarán notas de campo.

Grabación y transcripción

La reunión será grabada en un audio y con la aprobación previa de los participantes, a través de la firma de un formato de consentimiento. Luego, se realizará una transcripción textual completa y anónima, asegurando fidelidad al discurso original. Para garantizar la exactitud de la información, se aplicará una verificación entre el audio y la transcripción.

Prueba piloto

Antes de comenzar la reunión del grupo focal definitivo, se hará una prueba piloto con 2 a 3 participantes pertenecientes a un perfil similar al de la muestra principal, permitiendo evaluar la claridad, pertinencia y secuencia de las preguntas, además nos ayudará a ajustar aspectos logísticos y de moderación para garantizar la efectividad del instrumento.

Procedimiento Análisis de Datos

Para procesar la información se utilizará el análisis de contenido, ya que es una técnica pertinente para estudios de enfoque cualitativo, permitiendo comprender y analizar la transcripción del análisis focal. Además de permitirnos extraer patrones de las respuestas de la población participante.

Autorización institucional

Como parte de los requerimientos éticos y logísticos principales es la gestión y obtención de la autorización oficial, por parte del grupo Aeronaval Caribe para la realización del grupo focal. Esta autorización es un condicional para llevar a cabo el trabajo de campo y será adjuntada como soporte documental de la legitimidad de la investigación.



Consideraciones éticas

- **Consentimiento informado:** Cada persona que acepte ser parte de la investigación recibirá y firmará un documento donde se explique el objetivo del estudio y la voluntad de su participación, la posibilidad de retirarse del estudio en el momento que no se sienta cómodo /a y el uso exclusivo académico de la información.
- **Confidencialidad y anonimato:** Cada participante tiene derecho a mantener la privacidad de sus datos, por tal razón los datos personales durante la investigación no serán recolectados y los nombres serán reemplazados si así lo desean. La información obtenida será almacenada de forma segura y solo tendrá accesibilidad el equipo investigador.

Resultados

El análisis realizado dentro del grupo focal a los 10 Oficiales y Suboficiales del Grupo Aeronaval del Caribe permitió analizar e identificar diferentes manifestaciones de la carga mental generada en el contexto operativo y administrativo. Nos permitimos presentar los hallazgos evidenciados según las dimensiones discutidas con los grupos.

Esta muestra fue tomada a Oficiales y Suboficiales, los cuales mantenían roles de pilotos, técnicos de mantenimiento y administrativos, con diferentes niveles de experiencia dentro del tiempo de servicio desde 2 años de experiencia en adelante.

Dimensiones de la Carga Mental Identificadas

Exigencias en tareas operacionales



Es importante destacar que los militares en la gran mayoría del tiempo están sometidos a realizar decisiones bajo presión, para este caso, los participantes entre los que se encuentran pilotos y técnicos manifestaron, que en las operaciones aéreas de vuelo tienen una exigencia cognitiva compleja, teniendo en cuenta que deben saber manejar la emociones adecuadamente con el fin de cumplir el objetivo o la tarea asignada. Así mismo durante el desarrollo de operaciones deben estar en constante atención y concentración, manteniendo una alerta ante varias variables simultaneas como son condiciones meteorológicas, instrumentos de navegación, comunicaciones y seguridad de pasajeros y tripulación. Estos hallazgos están basados conforme lo expuesto en la literatura de Mark, et al (2024), donde se identifica un monitoreo constante en tareas críticas las cuales las cuales generan sobrecargas mentales en momentos de decisión y presión.

Por otra parte, no solo dan cumplimiento a roles operativos, este personal también debe cumplir con funciones y responsabilidades administrativas, en este caso se identificó que la mayoría de personal debe combinar actividades operacionales con actividades administrativas, lo cual incluye documentación, reportes, planificación, manejo de contratos, cumplimiento de sus roles administrativos en diferentes departamentos o divisiones.

Demandas del entorno Organizacional y Familiar

Los grupos focales enfatizaron en que el alto mando les exige presión por resultados y plazos, los cuales se presentan tanto en la parte operativa como en la administrativa, así como lo menciona Duclos, et al (2022), donde el personal militar está sometido a situaciones cognitivas complejas en condiciones únicas de estrés, por las mismas condiciones de la profesión, el personal del Grupo Aeronaval del

Caribe en todo momento requiere dar cumplimiento de plazos y resultados, donde se puede estar en vuelo durante todo el día pero debe llegar a cumplir roles administrativos posteriores a los vuelos, lo cual genera una sobrecarga y sobre exigencia mental para cumplir con todo evitando sanciones por parte del alto mando.

Esto inevitablemente conlleva a que los militares deban adaptarse al ambiente organizacional, es así que los participantes describieron que constantemente deben atender objetivos operacionales y administrativos paralelamente, sin descuidar ningún aspecto, esto los afecta cuando las ordenes son cambiantes ya que conllevan a cambios mentales acelerados, como por ejemplo estar trabajando en un documento administrativo y al recibir una llamada por parte del encargado de operaciones toque salir corriendo a cumplir un vuelo operativo, dejando un documento sin terminar y iniciando una planeación inmediata del plan de navegación del vuelo, esto en especial genera cambios significativos adicionando el tipo de misión que se pida hacer ya que muchas veces van a ser misiones complejas como rescates, o entrar a áreas de combate a apoyar con fuego a tropa en tierra.

Empero es importante mencionar que todos los participantes coincidieron en que una separación prolongada con su entorno familiar, afecta en sus emociones en un alto grado, así como lo señalado por Gomez-tabares, et al (2020), una separación prolongada genera disfuncionalidades familiares, principalmente en la estabilidad marital y en todo lo relacionado con la crianza de los hijos, siendo este factor el más importante para cada miembro generando así una carga adicional, especialmente en despliegues o comisiones.

En tal sentido el grupo reporto situaciones familiares complejas en especial cuando se planean actividades familiares dentro de un permiso o inclusive estando de vacaciones, las cuales deben cancelarse debido a necesidades operacionales



urgentes, lo cual genera inconformidad y afectación en la carga mental y familiar, lo cual algunos participantes manifestaron que no es comprendido por las familias en muchas ocasiones generando una tensión adicional.

Características del Entorno Laboral

Se analizó dentro de lo descrito por los participantes, que en el ámbito de aviación se mantiene un entorno competitivo entre pares, ya que el desempeño individual es constantemente evaluado y comparado con otros en maniobras de vuelo como despegues, aterrizajes o situaciones que se presentan bajo presión.

Por otra parte, expresaron la responsabilidad constante sobre terceros los cuales son tripulación y pasajeros, ya que la responsabilidad de llevar seguras esas vidas abordo es una presión muchas veces autoimpuesta durante las operaciones.

Además, manifestaron que está ingresando mucho personal nuevo sin la capacitación adecuada, esto genera que los que llevan más tiempo tengan una función adicional en cuanto a la enseñanza de ese personal, ya que se debe dedicar tiempo a capacitaciones mientras se continúan con actividades regulares dentro de sus labores diarias.

Niveles de Carga Mental Reportados

Tabla 1 Frecuencia de Menciones acuerdo dimensión

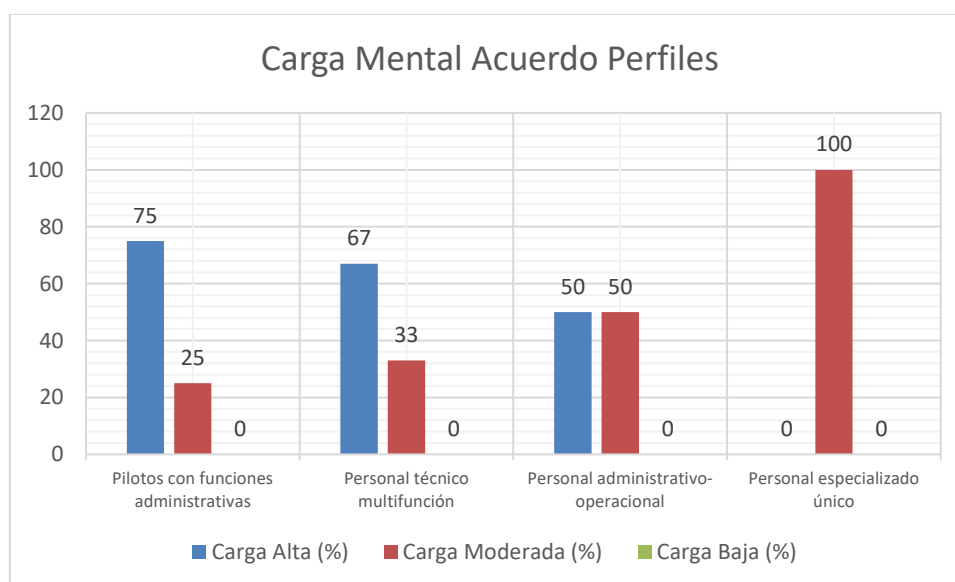
Dimensión	Cantidad de Menciones	Porcentaje	Nivel
Separación Familiar	8	32%	Alto



Multitareas	6	24%	Alto
Responsabilidad por terceros	4	16%	Moderado
Presión por resultados	4	16%	Moderado
Capacitación Personal sin experiencia	3	12%	Moderado
Total	25	100%	N/A

Nota: Elaboración Propia

Tabla 2 Nivel de Carga Mental por perfil de participante



Nota: Elaboración Propia

Se identificaron cuatro dimensiones principales, que son la emocional, cognitiva, organizacional y familiar, esto lo extrajimos del análisis de contenido de las narraciones del grupo focal.

Adicional, a partir de la frecuencia de menciones en las entrevistas, por ejemplo, “separación familiar” fue mencionada 8 de los 10 participante, lo que nos indica un nivel alto de carga emocional.

Los resultados reflejan una tendencia a niveles altos y moderados de carga mental en los perfiles analizados, lo cual refuerza los resultados evidenciados en los grupos focales, en donde el personal se encuentra sometido a demandas cognitivas, emocionales y organizacionales elevadas.

Pilotos con funciones Administrativas: Este grupo presenta la sobrecarga mental más alta, teniendo en cuenta las responsabilidades mixtas operacionales y administrativas que tienen, como lo mencionaron en los grupos focales es difícil mantener una vida operacional, administrativa y familiar en donde tienen que buscar cumplir con todo, por lo cual es importante determinar hasta qué punto las múltiples funciones reducen significativamente el rendimiento cognitivo en cada miembro. (Cárdenas Vélez, 2016).

Personal Técnico Multifunción: Se evidencio que este personal al igual que los pilotos deben cumplir roles distintos de forma paralela, lo cual divide la atención y aumenta la saturación de trabajo. Así mismo se evidencia que estas cargas impuestas generan presiones por cumplir múltiples tareas las cuales repercuten en el rendimiento y estado emocional.

Personal Administrativo: Se refleja un equilibrio entre cargas altas y moderadas, a pesar que este grupo no tiene funciones directamente operacionales, si apoyan administrativamente la operación, la carga administrativa también dependiendo el cargo puede llegar a ser tensionaste, principalmente cuando no son especializados en un cargo asignado, lo cual incrementa el esfuerzo de capacitación ya sea del tripulante o de la persona que lo debe instruir.

Personal especializado Único: Dentro de lo encontrado en el grupo focal tuvo menciones apropiadas, pero dentro del análisis no fue tan significativo, ya que al ser grupos muy especializados los participantes perciben menor presión esto se debe a que esa especialización en alguna tarea en especifica el tripulante que llega ahí ya ha tenido experiencia dentro del contexto laboral, lo cual facilita la enseñanza y aprendizaje.

En un contexto operativo los participantes describieron como la duplicidad de funciones genera sobrecarga y se evidenció que el ingreso de personal sin experiencia añade presión adicional.

Estrategias de Manejo de Utilizada



Nota: Elaboración Propia 2025

Todo el personal hizo referencia dentro de este aspecto en donde cada uno maneja sus cargas mentales de distintas maneras, dentro de las cuales mencionaron las siguientes:

- **Actividad Física:** Todo el personal concordó que el manejo de cargas se libera a través de actividades deportivas, principalmente salir a correr o trotar como mejor método de liberación de cargas, esto también lo encontramos en algunas literaturas españolas de manejo de estrés de las fuerzas armadas, donde la actividad física es un componente fundamental para mantener el bienestar mental en el personal militar. (Bermejo Ruiz, 2015).
- **Pausas programadas:** Durante la jornada laboral el personal que este en labores administrativas tiende a tomar descansos durante jornadas extensas.
- **Separación mental:** El personal que tiene tareas operacionales y administrativas, menciono que a la hora de irse a un vuelo operacional trata de evitar pensar en lo que deja en tierra, compartimentando oportunamente la atención, lo cual es muy bueno ya que en algunas literaturas como la del (colegio de psicólogos, 2024), efectuar una compartimentación es un mecanismo mental que permite separar distintas actividades, permitiendo de esta manera un equilibrio emocional en el deber que se debe cumplir para el caso de los militares, por tal motivo si la misión a desarrollar es operacional solamente se enfoca en cumplir con la misión y posterior al aterrizar si continua con las responsabilidades administrativas.
- **Apoyo Familiar:** El pilar fundamental para realizar las tareas adecuadamente es el apoyo de las familias, ya que sin este soporte sobrellevar todas las cargas que presentan los oficiales y suboficiales del Grupo Aeronaval del Caribe sería demasiado complejo.

Finalmente, los descubrimientos de la investigación permitieron identificar que los Oficiales y Suboficiales pertenecientes al Grupo Aeronaval del Caribe, experimentan cargas mentales en ocasiones con picos moderados y altos, debido a



las exigencias operacionales, administrativas, organizacionales y familiares, que viven en su día a día.

Factores analizados como separaciones familiares, duplicidad de cargas laborales o varios roles, responsabilidad por terceros y presiones por resultados son los principales detonantes de sobrecargas mentales, así mismo los principales mecanismos de afrontamiento encontramos que el grupo decide realizar actividades físicas, buscan apoyo en sus familias y realizan pausas estratégicas entre otros.

Este análisis permite entender que las cargas mentales no son un único factor, sino la interacción constante de demandas externas, auto exigencias internas, recursos personales y colectivos de afrontamiento es por eso que desde la alta gerencia o alto mando se debe buscar fortalecer las políticas organizacionales de apoyo y generar estrategias preventivas que estén en el ámbito militar.

Discusión y Conclusiones

Basado en la investigación realizada, se logró comprender las manifestaciones presentadas por oficiales y suboficiales del grupo aeronaval del caribe, donde se evidencia una problemática generada dentro de múltiples factores tanto en ámbitos organizacionales, operacionales, familiares y personales complejos.

Estos factores encontrados van de la mano con cargas mentales identificadas, así mismo es un ámbito poco estudiado dentro de la cultura militar, lo cual esta escasamente documentado en esta población en específico.

La identificación obtenida de niveles de carga mental moderados y altos dentro de la muestra estudiada, es coherente con los resultados obtenidos por otros autores en contextos militares similares. La investigación se ha estudiado en su



mayoría en tesis de grado y artículos de revistas indexadas y su enfoque principal ha sido en lo relacionado con la cantidad de situaciones complejas a las que se enfrentan los militares colombianos (Vallejo, et al, 2019).

Se evidencio en el estudio que la separación familiar, es el factor que genera mayor impacto dentro del personal militar y coincide con lo mencionado por Gomez-tabares et al (2020), en donde documentaron como las dinámicas militares afectan la estabilidad marital, la crianza y la cohesión familiar. Estas manifestaciones generan preocupación por el bienestar de los seres queridos, como una culpabilidad emocional asociada en ausencias en momentos significativos de la vida familiar. Es así como se evidencio por lo dado por los participantes del grupo focal que este aspecto, genera una tensión permanente que acompaña las operaciones de vuelo como las actividades administrativas.

Por otra parte el tener multitareas y duplicidad en funciones o cargos, fue descrito por los participantes como una sobrecarga mental, ya que deben estar constantemente alternando responsabilidades y muchas son indispensables en donde se requiere concentración absoluta y precisión técnica, estas alternaciones sin periodos adecuados de transición o descansos adecuados, genera lo que García et al (2022) denomino como fatiga cognitiva, donde la mente se agota no solo por la intensidad de tareas individuales, sino por la demanda de reorganización mental que se debe realizar constantemente, especialmente implicando cambios significativos de roles de procesos operacionales a procesos administrativos.

Igualmente dentro del contexto aeronaval esa responsabilidad por terceros al ser una responsabilidad absoluta genera picos de alta demanda mental, teniendo en cuenta las decisiones que se deben tomar las cuales son irreversibles y afectan en gran proporción dentro de la complejidad operacional o administrativa, esta

principalmente es una tensión que puede describirse como autoimpuesta, ya que esta siempre en todas las fases operacionales y donde el que toma las decisiones puede estar constantemente diciéndose a el mismo si lo esta haciendo bien, este factor se intensifica aún más cuando en operaciones de rescate o misiones de alto riesgo, lo cual es caracterizado por realizar una hipervigilancia en el entorno, lo cual hace que este todo el tiempo en estado de alerta sostenido generando un agotamiento mental.

Dentro de los modelos teóricos estudiados en este proyecto como es el de esfuerzo-recompensa de Siegrist (1996), donde se nota un desequilibrio entre altas exigencias cognitivas, emocionales y físicas a las cuales están expuestos los participantes contra las compensaciones dadas por su labor. Esto quiere decir que, aunque se tiene una estabilidad laboral y algunos beneficios, se analizó que no son equilibradas con el nivel de sacrificio personal y familiar determinado. Es así que se hace referencia a como la institución interfiere frecuentemente en compromisos familiares previamente establecidos, lo cual genera una sensación de injusticia intensificando así la carga mental.

Desde la otra perspectiva de demanda-control de Karasek y Theorell (1990), se revela un resultado en donde las altas demandas psicológicas coinciden con niveles relativamente bajos de control sobre las condiciones de trabajo. Esto se evidencia por los cambios abruptos de ordenes, donde se requiere reorganización inmediata de actividades y prioridades, sin tener la posibilidad de modificar plazos o condiciones. Esta falta de autonomía se ve reflejada dentro de la jerarquía militar, donde el cuestionar órdenes no es viable acaso que sean inconstitucionales o violen políticas y vulneren a la persona, lo cual genera carga mental moderada por querer dar cumplimiento por todo siempre al superior.

Es importante describir que dentro del contexto aeronaval la responsabilidad operacional de alta precisión combinada con exigencias administrativas, crean un perfil alto y muy diverso, donde la persona debe tener competencias actualizadas en ámbitos muy diversos, esto también se refleja en el ingreso de nuevo personal aunque dentro del análisis se ve en una menor proporción es significativo, ya que al tener que enseñarle a esa nueva persona se genera una carga adicional, asumiendo un rol de mentor y supervisor mientras se mantiene responsabilidades administrativas y operacionales normales.

Los militares de esta unidad son únicos y observamos como con sus estrategias propias de afrontamiento buscan equilibrar cargas, con estrategias propias como son actividades físicas, coincide a lo contemplado por Bermejo Ruiz (2025), donde se demuestran efectos positivos del ejercicio sobre el rendimiento cognitivo.

Es importante mencionar que dentro de la discusión dada una de los aspectos que más llamaron la atención fue la compartimentación, ya que el tener la capacidad mental de separar las situaciones y acciones de la vida cotidiana, les permite tener una mayor concentración y enfoque a lo que deben realizar en su momento, es así como esta estrategia disminuye la interferencia entre diferentes tipos de demanda, permitiendo al personal gestionar la transición entre contextos de alta y baja intensidad sin perder efectividad en ninguno de ellos.

Los hallazgos coinciden con estudios previos como el de Gómez - Tabares et. al. (2020), que señalan la separación familiar como un factor crítico. El modelo de esfuerzo – recompensa de Siegrist (1996) se refleja en la percepción de injusticia por parte de los participantes, en comparación con estudios internacionales como el de Duclos et. al. (2022), se observa que la carga cognitiva es una constante en

contextos militares, lo que valida la necesidad de políticas de apoyo psicosocial específicas para este entorno.

Implicaciones para la teoría y la práctica

Los resultados encontrados sugieren que la definición de carga mental, que es desarrollada principalmente en contexto civiles, necesita adaptaciones para el contexto militar. Debido a que en este ambiente la constante exposición al riesgo, la responsabilidad de posibles afectaciones a terceros y los altos niveles de exigencia cognitiva, conforman o construyen un perfil de carga mental que sobrepasa la bibliografía organizacional tradicional.

Desde la perspectiva del talento humano, varios de estos hallazgos indican que las intervenciones deben ser sistemáticas y multinivel, abordando la cultura organizacional del trabajo, ayudando a fortalecer los recursos personales y apoyando familiarmente a cada uno de sus tripulantes. La efectividad de estas tácticas de afrontamiento individuales no debe interpretarse como una justificación para mantener condiciones laborales que generen sobrecarga, sino como recursos que tienen que ser potenciados dentro de un marco organizacional que minimice factores de carga mental excesiva.

Conclusiones

Los resultados de esta investigación confirman que los oficiales y suboficiales orgánicos del Grupo Aeronaval del Caribe, constituyen un fenómeno complejo y multifacético, el cual es el resultado de la interacción dinámica entre múltiples factores operacionales, administrativos, organizacionales, personales y familiares.

Los niveles de carga mental con picos moderados y altos en la mayoría de los tripulantes encuestados, demuestran que este fenómeno no forma parte una experiencia excepcional o individual, sino es una característica orgánica del contexto



laboral que se está analizando. Por tal razón se crean estos interrogantes sobre ¿Qué tan sostenible es a largo plazo estas condiciones actuales de trabajo? y ¿Cuáles son sus implicaciones tanto para el bienestar del personal como para la efectividad operacional de la institución?

El identificar las dimensiones de carga mental según los perfiles ocupacionales, revela que las intervenciones organizacionales deben ser específicas y diferenciadas. Los pilotos con funciones administrativas son quienes reportaron los niveles más críticos, por tal motivo se requieren estrategias particulares que aborden la complejidad de mantener competencias operacionales, mientras al mismo tiempo gestionan procesos administrativos los cuales son demandantes. Por ende, se sugiere la necesidad de revisar la organización del trabajo y explorar alternativas que permitan entender mejor los roles o al menos tener una mejor transición en la gestión de responsabilidades, pero esto se debe realizar dentro del nivel gerencial o alto mando naval.

Dentro de las capacidades de afrontamiento reconocidas se evidencia la resiliencia del personal militar y se recalca que esta gestión de carga mental no debe recaer solamente en recursos individuales. La garantía de que estas estrategias sean efectivas deben estar mejor acompañadas y fortalecidas como parte de las políticas institucionales.

Los resultados sugieren que la cultura organizacional militar, la cual se caracteriza por valores como la disciplina, el cumplimiento de órdenes, y la resistencia ante adversidades, puede tanto facilitar como obstaculizar la gestión efectiva de la carga mental. Si bien estos factores dan recursos importantes de afrontamiento ante situaciones complejas, también inhiben la expresión de necesidad de apoyo o la búsqueda de ayuda, cuando la carga mental se vuelve insostenible.

En conclusión, esta investigación tiene la intención de contribuir a la literatura y desarrollo de una comprensión más ambientada de la carga mental en el entorno militar del Grupo Aeronaval del Caribe, suministrando una base empírica que permitan desarrollar intervenciones más acertadas y políticas organizacionales más aterrizadas al medio. Los hallazgos encontrados subrayan la importancia de continuar ampliando líneas de investigación específica y reconozcan la peculiaridad de diferentes especialidades y contextos operacionales, para que de esta forma se contribuya a realizar una gestión más efectiva del talento humano en el Grupo Aeronaval del Caribe y en general en las Fuerzas Militares de Colombia, aportando directamente al bienestar integral del personal que ofrenda su vida al servicio de una nación.

Referencias

- Arboleda Medina, A. R. (2020). Presencia y afectación del síndrome burnout en instructores de TH – 67 de la Escuela de Helicópteros para la Fuerza Armada de Colombia”. Revista Ciencia y Poder Aéreo. Obtenido de <https://publicacionesfac.com/index.php/cienciaypoderaereo/article/view/679>
- Delgado, O. S. (2002). Carga mental de Trabajo. Madrid: Centro Nacional de Nuevas Tecnologías. Obtenido de <https://www.insst.es/documents/94886/96076/carga+mental+de+trabajo/2fd91b55-f191-4779-be4f-2c893c2ffe37>
- Hamui Sutton, A. &. (2013). La Técnica de Grupo Focal. Investigación en Educación Médica. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733230009.pdf>
- Jauregui, H. H. (2021). El estrés y su influencia en el ejercicio de las prácticas militares del Ejército de Perú. Perú: Escuela Militar de Chorillos .



- Martínez, E. (2022). Modelo de estrés laboral: funcionamiento e implicaciones para el bienestar psicosocial de las organizaciones. *Revista Electrónica de Psicología*, 12, 17-28. Obtenido de [https://www.zaragoza.unam.mx/wp-content/2022/Publicaciones/revistas/Rev_Elec_Psico/Vol12_No_24/REP12\(24\).pdf#page=17](https://www.zaragoza.unam.mx/wp-content/2022/Publicaciones/revistas/Rev_Elec_Psico/Vol12_No_24/REP12(24).pdf#page=17)
- Nacional, A. (2025). Objetivos y Funciones. Obtenido de <https://www.armada.mil.co/es/content/objetivos-y-funciones>
- Noriega, J. Á., Valdez Tam, J., Contreras Grijalva, E., & Castillo Velasco, S. (2022). Esfuerzo-recompensa, demanda-control y satisfacción con la vida: un estudio con docentes de educación primaria. *Revista Iberoamericana para la investigación y el desarrollo educativo*, 1-24. Obtenido de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74672021000200117&script=sci_arttext
- Prado, V. (2022). Gestión de estrés y salud mental en las fuerzas armadas". *Revista Marina*. Obtenido de https://revistamarina.cl/es/articulo/gestion-de-estres-y-salud-mental-en-las-fuerzas-armadas/1000?utm_source=chatgpt.com
- Soares, S. C., & Mello Soares, I. (2020). Derecho laboral y ergonomía organizacional: prevención del acoso moral y del síndrome de burnout mediante la contribución del modelo de demanda-control de karasek. *R. Ação Ergon*, 1-10. Obtenido de <http://www.abergo.periodikos.com.br/article/10.4322/rae.v14n2.e202010/pdf/abergo-14-2-e202010-trans1-trans2.pdf>
- Mark, J. A., Curtin, A., Kraft, A. E., Ziegler, M. D., & Ayaz, H. (2024). Mental workload assessment by monitoring brain, heart, and eye with six biomedical modalities during six cognitive tasks. *Frontiers in Neuroergonomics*, 5, 1345507. <https://doi.org/10.3389/fnrgo.2024.1345507>
- Duclos, C., Dumont, G. A., Barthelemy, Q., Gilchrist, J., Hanson, E., Scherrer, B., ... & Gagnon, I. (2022). Cognitive resilience to psychological stress in military personnel. *Frontiers in Psychology*, 13, 809003. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.809003>
- Gómez-Tabares, A. S., Núñez, C., Agudelo-Osorio, M. P., & Caballo, V. E. (2020). Estabilidad marital en matrimonios distanciados por la misionalidad de las Fuerzas Militares de Colombia. *Revista Colombiana de Psicología*, 29(2), 115-132. <https://www.redalyc.org/journal/4762/476268269008/>
- Cárdenas Vélez, D. (2016). La condición física como mediador del impacto de la carga mental experimentada por pilotos de aviación militares. Universidad de Granada, Facultad de Ciencias del Deporte. https://www.saberuniversidad.es/investigacion/Estudian-relacion-resistencia-pilotos-militares_0_892710727.html
-

- Bermejo Ruiz, J. L. (2015). Efecto del estrés inducido por el ejercicio físico puntual sobre el rendimiento cognitivo en militares [Tesis doctoral]. Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=118023>
- Colegio de Psicólogos San Juan. (2024). Compartimentalización en psicología: beneficios y desventajas. Revista Digital de Psicología Aplicada.
<https://colegiodepsicologossj.com.ar/compartimentalizacion-psicologia/>
- Siegrist, J. (1996). Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1(1), 27-41.
<https://doi.org/10.1037/1076-8998.1.1.27>
- García, M., López, A., & Martínez, C. (2022). Carga mental y fatiga cognitiva en entornos laborales de alta exigencia. *Revista Colombiana de Psicología del Trabajo*, 15(2), 45-62.
<https://www.revistapsicologiatrabajo.edu.co/index.php/rpt/article/view/156>
- Sánchez, W., Escarria, L., Lara, C., Rodríguez, A., & Garavito, C. (2019). Riesgo psicosocial y salud mental en combatientes colombianos. En ASCOFAPSI. (2023). Riesgos de la salud mental en la milicia. Blog de la Asociación Colombiana de Facultades de Psicología.
<https://blog.ascofapsi.org.co/riesgos-de-la-salud-mental-en-la-milicia/>
- Orozco Murcia, J. A. (2014). *Evaluación del riesgo psicosocial y el estrés en una unidad militar de Bogotá* [Tesis de pregrado, Universidad del Rosario]. Repositorio Institucional Universidad del Rosario.
<https://repository.urosario.edu.co/handle/10336/10102>
- Dirección General de Sanidad Militar. (2023). Línea en Defensa de la Vida. Sanidad Fuerzas Militares.
<https://www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co/entidad/dependencias/grupo-gestion-del-riesgo-salud/promocion-prevencion-salud-mental/linea-vida>
-



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Fecha 22-08-2025

Yo, CFEAN JOSE PORTO MORALES, Comandante del Grupo Aeronaval Caribe (E), con código militar 80041362 en base a lo expuesto en el presente documento, autorizo voluntariamente la participación del personal bajo mi mando en la investigación titulada "Descripción de la Carga Mental en Oficiales y Suboficiales del Grupo Aeronaval Caribe", conducida por los estudiantes Kathy Vanessa Sarmiento Díaz y David Alexander Forero López del programa Maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano, bajo la dirección del Dr. Carlos Andrés Canas.

He sido informado de los objetivos, alcance y resultados esperados de este estudio y de las características de mi participación. Reconozco que la información que provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y anónima. Además, esta no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio.

He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin tener que dar explicaciones ni sufrir consecuencia alguna por tal decisión.

Entiendo que una copia de este documento de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a los Investigadores Responsable del proyecto al correo dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co, o al teléfono 3124463817.



CFEAN JOSE PORTO MORALES
Comandante Grupo Aeronaval del Caribe (E)

Katy Vanessa Sarmiento Diaz
David Alexander Forero López
Investigadores Responsables

Consentimiento Informado

El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Díaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr Carlos Andrés Canas.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.



Firma:

Nombre: TF Giovanni Galindo Balseiro

Cedula: 1.047.495.987

Consentimiento Informado

El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Diaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr Carlos Andrés Canas.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.

A large, stylized handwritten signature in black ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke extending to the right.

Firma:

Nombre: Mateo Posso Marín

Cedula: 1107101271

Consentimiento Informado

El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Díaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr Carlos Andrés Canas.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.



Firma:

Nombre: TN ROGER ANDRES BERTEL ACUÑA

Cedula: 1140856554

Consentimiento Informado

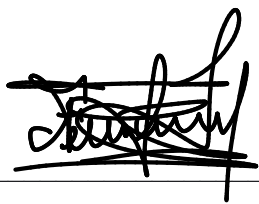
El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Díaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección de la Dra. Sandra Patricia Hernández.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Fabian Andres Torres Leon', written over a horizontal line.

Firma:

Nombre: TN TORRES LEON FABIAN ANDRES

Cedula: 1047447065

Consentimiento Informado

El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Diaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr. Carlos Andrés Cañas Castaño.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

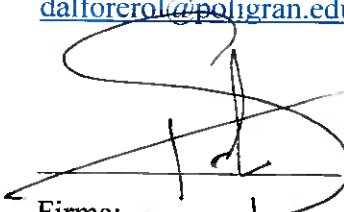
La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.

Firma:

Nombre:

Cedula:


CRISTIAN CARLOS SALS DE LA HOZ.
19.604.320.

Consentimiento Informado

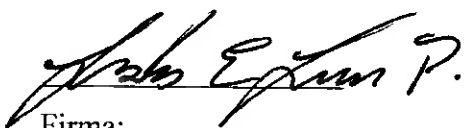
El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Diaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr. Carlos Andrés Cañas Castaño.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.



Firma:

Nombre: **Fernando E. Licono P.**

Cedula:

1128091650

Consentimiento Informado

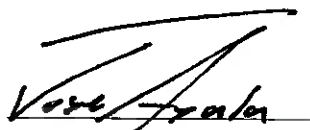
El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Diaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr. Carlos Andrés Cañas Castaño.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.



Firma:

Nombre: *Jose Daniel Ayala Guerra*

Cedula: *1068804121*

Consentimiento Informado

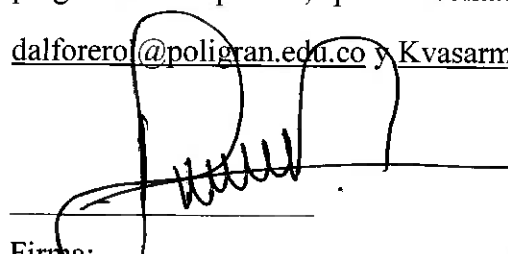
El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Diaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr. Carlos Andrés Cañas Castaño.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforero@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.



Firma:
Nombre: Andrés Camilo Molano Durango
Cedula: 1013604897.

Consentimiento Informado

El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Diaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr. Carlos Andrés Cañas Castaño.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

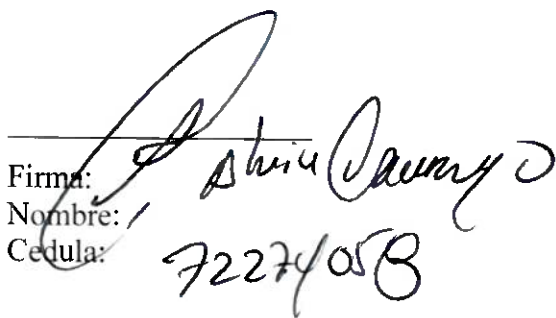
La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.

Firma:

Nombre:

Cedula:


72274058

Consentimiento Informado

El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Díaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr Carlos Andrés Canas.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Jeremias Dussán Téllez', written over a horizontal line.

Firma:

Nombre: Jeremias Dussán Téllez

Cedula: 1026281344

Consentimiento Informado

El presente estudio tiene como objetivo describir las dimensiones y niveles de carga mental experimentados por oficiales y suboficiales del grupo Aeronaval Caribe. La investigación es liderada por los estudiantes Katy Vanessa Sarmiento Díaz y David Alexander Forero López del programa maestría en Gerencia del Talento Humano de la Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano bajo la dirección del Dr Carlos Andrés Canas.

Reconozco que se me ha informado acerca de la aplicación de un grupo focal y del procedimiento a seguir durante la ejecución de esta investigación. He sido informado/a de que participaré de manera voluntaria y que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. Además, comprendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento sin que esto afecte mi relación con los investigadores ni con la institución.

Asimismo, entiendo que la información obtenida durante este estudio será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún propósito diferente al de este estudio. Los datos personales no serán recolectados, y los nombres serán reemplazados por códigos para garantizar el anonimato.

La grabación y transcripción de las sesiones del grupo focal se realizarán con fines académicos exclusivos y se mantendrán bajo estricta seguridad. Se me ha explicado que, en todo momento, se respetará mi privacidad y confidencialidad.

Por lo que, al diligenciar el cuestionario doy mi autorización para participar en la investigación conforme a la Ley de protección de datos personales y la Ley 1581 de 2012 y de tener alguna pregunta o inquietud, puedo contactar a los líderes de investigación en los correos dalforerol@poligran.edu.co y Kvasarmientod@poligran.edu.co.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Jairo Henrique Lopez', written over a horizontal line.

Firma:

Nombre: Jairo Henrique Lopez

Cedula: 1.095.840.933.





Autores.

Kathy Vanessa Sarmiento Díaz.
David Alexander Forero López.

Carga Mental en Oficiales y Suboficiales del Grupo Aeronaval Caribe



Introducción.

- Definición de carga mental: esfuerzo cognitivo, emocional y organizacional.
- Contexto militar: presión constante, responsabilidad sobre vidas humanas.
- Justificación: escasez de estudios específicos en el ámbito militar colombiano.

Objetivos.

Objetivo general:

- Describir las dimensiones y niveles de carga mental en oficiales y suboficiales del Grupo Aeronaval Caribe.

Objetivos Específicos:

- Identificar dimensiones como exigencias cognitivas, multitarea, vigilancia.
- Determinar niveles según funciones, jerarquía y tiempo de servicio.
- Explorar cómo el contexto operativo influye en la carga mental.

Metodología.

- Enfoque cualitativo.
- Técnica: grupo focal con 10 participantes.
- Análisis de contenido.
- Roles: operativos, técnicos y administrativos.

Análisis de resultados.

Los oficiales y suboficiales del Grupo Aeronaval Caribe presentan niveles altos y moderados de carga mental, especialmente en perfiles con funciones mixtas (operativas y administrativas).

Factores principales:

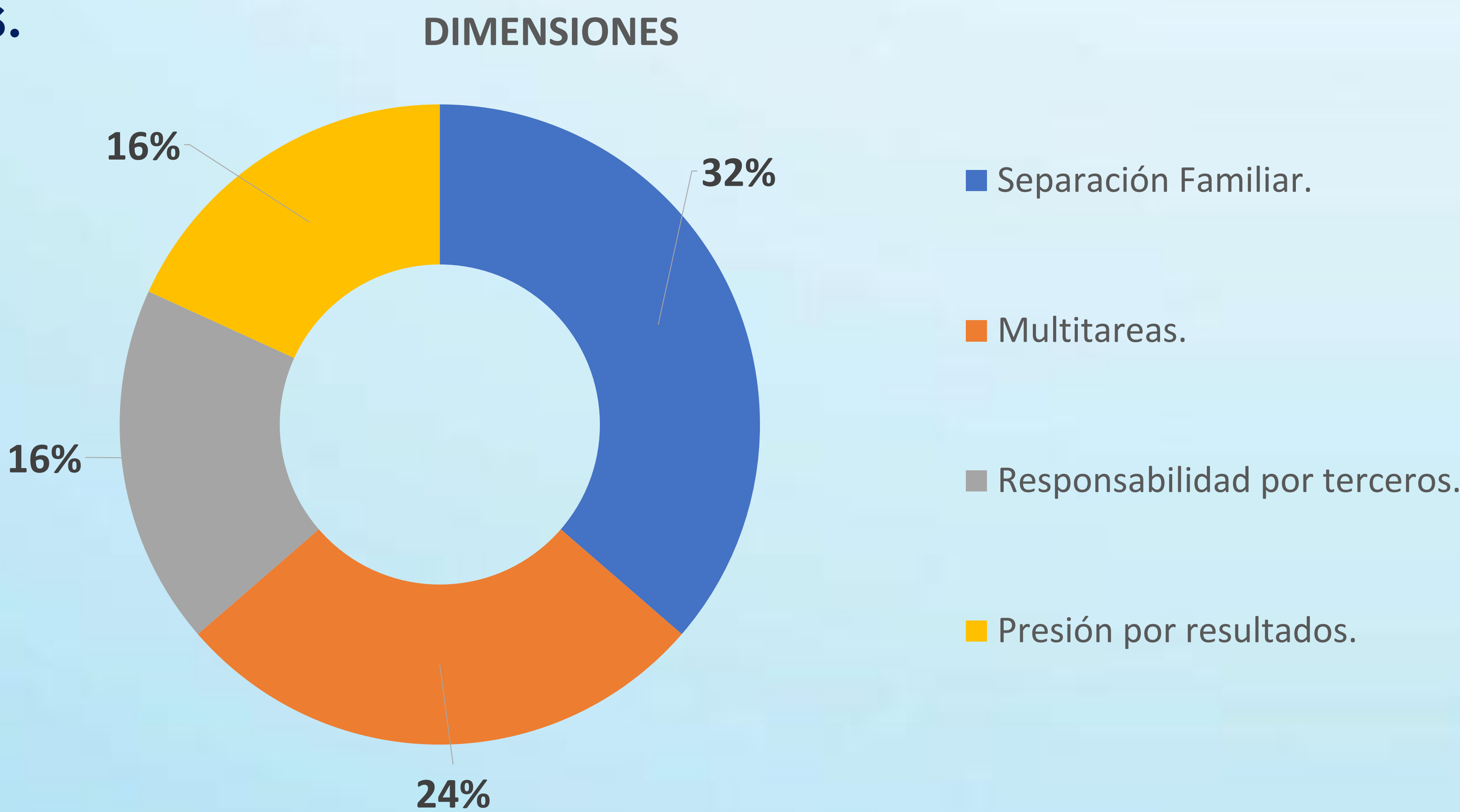
- Separación familiar prolongada
- Multitareas simultáneas
- Responsabilidad sobre terceros
- Presión institucional por resultados
- Capacitación de personal nuevo

Estrategias de afrontamiento:

- Actividad física
- Pausas activas
- Apoyo familiar
- Separación mental entre roles

Estos hallazgos evidencian la necesidad de fortalecer políticas organizacionales que promuevan el bienestar psicológico del personal militar.

Gráfica de resultados.



Conclusiones/Futuras Direcciones

- La carga mental es multifactorial: operativa, organizacional, personal y familiar.
- Se requiere fortalecer políticas institucionales de apoyo psicosocial.
- Las estrategias individuales (actividad física, apoyo familiar, compartimentalización) deben ser respaldadas por la organización.
- Se recomienda adaptar modelos teóricos (esfuerzo-recompensa, demanda-control) al contexto militar.

Referencias

- Bermejo Ruiz, J. L. (2015). Efecto del estrés inducido por el ejercicio físico puntual sobre el rendimiento cognitivo en militares [Tesis doctoral, Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir]. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=118023>
- Colegio de Psicólogos San Juan. (2024). Compartimentalización en psicología: beneficios y desventajas. Revista Digital de Psicología Aplicada. <https://colegiodepsicologossj.com.ar/compartimentalizacion-psicologia/>
- García, M., López, A., & Martínez, C. (2022). Carga mental y fatiga cognitiva en entornos laborales de alta exigencia. Revista Colombiana de Psicología del Trabajo, 15(2), 45–62. <https://www.revistapsicologiatrabajo.edu.co/index.php/rpt/article/view/156>

Agradecimientos

A la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano, al profesor Carlos Andrés Canas Castaño y al Grupo Aeronaval Caribe por su colaboración.