



**TRABAJO FIN DE GRADO**  
**GRADO EN RELACIONES INTERNACIONALES**  
**CURSO ACADÉMICO 2019/2023**  
**CONVOCATORIA SEPTIEMBRE**

**SALUD Y GUERRA: UN ESTUDIO DE LOS EFECTOS DE LOS CONFLICTOS  
ARMADOS SOBRE LAS FUERZAS ARMADAS**

AUTORA: Moreno Salcedo, María del Carmen

DNI: 49141245C

TUTOR: Delgado Ramos, David

En Madrid, a 25 de septiembre de 2023

## RESUMEN

La guerra es un término que se encuentra estrechamente relacionado con la historia de la humanidad. En tan solo los últimos diez años se han producido unos cien mil conflictos bélicos. Todo ello, ha producido un desarrollo acelerado en las investigaciones concernientes a las consecuencias psico-sociales generadas por un conflicto armado en la población, la cual es el blanco principal de las víctimas en la guerra contemporánea. Una guerra tiene un gran impacto en la salud de las comunidades que forman parte de ella.

El objetivo principal de este trabajo es analizar y comprender los efectos psicológicos y económicos generados por una guerra en todos sus participantes, directos o indirectos, así como las posibles soluciones a dichos problemas emitidas por los gobiernos y organizaciones internacionales.

**Palabras clave:** guerra, salud mental, soldado, trastornos, conflicto.

## ABSTRACT

War is a term that is closely linked to the history of mankind. In the last ten years alone there have been about one hundred thousand war conflicts. This has led to an accelerated development of research concerning the psycho-social consequences of war on the population, which is the main target of casualties in contemporary warfare. Apart from the physical and material effects, an armed conflict has a significant impact on the mental health of the communities and individuals who are art of it.

The main objective of this work is to analyze and understand the psychological and economic effects generated by a war on all its participants, direct or indirect, as well as the possible solutions to these problems issued by governments and international organizations.

**Key words:** war, mental health, soldier, disorders, conflict.

**INDICE**

**I. INTRODUCCIÓN..... 3**

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA ..... 3

2. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ..... 4

3. OBJETIVOS DEL TRABAJO..... 4

**II. DESARROLLO DEL TRABAJO..... 5**

1. LA GUERRA Y LOS EFECTOS PSICOLÓGICOS GENERADOS EN LOS SOLDADOS ..... 5

    1.1. *Trastornos psicológicos asociados a la guerra* ..... 7

    1.2. *El impacto de la guerra en la vida personal y social de los soldados*..... 13

2. PROBLEMAS ECONÓMICOS ASOCIADOS A LA GUERRA ..... 15

    2.1. *El Coste económico de la guerra* ..... 16

    2.2. *Efectos económicos de la guerra en las familias de los soldados* ..... 20

    2.3. *Problemas económicos a largo plazo asociados a la guerra* ..... 21

3. EL IMPACTO DE LA GUERRA EN LAS FAMILIAS DE LOS SOLDADOS ..... 24

    3.1. *El impacto de la guerra en la vida de las familias de los soldados*..... 25

    3.2. *Problemas de salud mental en los familiares de los soldados*..... 25

    3.3. *Factores de riesgo y protección para la salud mental de los familiares de los soldados*..... 27

4. SOLUCIONES A LOS PROBLEMAS PSICOLÓGICOS Y ECONÓMICOS DE LA GUERRA ... 29

    4.1. *Intervenciones psicológicas para los soldados*..... 31

    4.2. *Atención y apoyo psicosocial para los familiares de los soldados*..... 32

    4.3. *Ayudas económicas y recursos para las familias de los soldados*..... 33

5. IMPACTO DE LA GUERRA A NIVEL INTERNACIONAL..... 36

    5.1. *Efectos de la guerra en la salud mental de la población*..... 37

    5.2. *Impacto económico sobre la atención y el tratamiento de los problemas de salud mental relacionados con la guerra*..... 39

    5.3. *El papel de los gobiernos y organizaciones internacionales en la solución de los problemas de salud mental en tiempos de guerra* ..... 40

III. CONCLUSIONES ..... 45

IV. BIBLIOGRAFÍA ..... 47

## I. INTRODUCCIÓN

### 1. Planteamiento del problema

La guerra es un fenómeno complejo que afecta a todas las comunidades del mundo en su conjunto. Se caracteriza como un escenario traumático que impacta a todos los lugares e individuos involucrados.

El desarrollo de trastornos y traumas es un suceso común para aquellos que han experimentado situaciones de violencia extrema. La vida personal y social que hasta el combate conocían los soldados, desaparece para siempre debido al alto impacto que éste genera en ellos. Situaciones cotidianas como relacionarse con sus familiares se vuelven insostenibles, debido al desarrollo de problemas de salud mental vinculados a un cambio en su personalidad. La continua discriminación hacia las personas que sufren trastornos mentales retrasa el inicio de cualquier tipo de tratamiento. Reconocer los síntomas y acudir a un especialista resulta esencial a la hora de tratar y prevenir futuros traumas. Los individuos se alistaban al frente siendo unas personas y vuelven siendo otras, la mayoría de las veces, sin ser avisados del cambio al que sus cuerpos se verán expuestos. Asimismo, cabe resaltar que las enfermedades de la mente afectan a todo el entorno de la persona que lo experimenta, aunque el soldado padezca la versión más extrema, sus familiares y amigos pueden desarrollar todo tipo de trastornos tanto durante como después de la guerra.

Por otro lado, un conflicto armado desestabiliza a todos los seres que se encuentran en él, al mismo tiempo que genera un cambio en la comunidad internacional. Todo ello, altera la economía generando problemas a corto y largo plazo. Entre éstos, se encuentran el alto gasto relacionado con el despliegue de las tropas, la destrucción de infraestructuras y la compraventa ilegal de armamento, lo que genera una situación financiera insostenible en la mayoría de las naciones. Asimismo, los Estados no son los únicos afectados económicamente, ya que los soldados y sus familiares comienzan a tener problemas financieros desde el momento en el que el combatiente abandona el hogar. El sistema económico en su conjunto resulta alterado, ya todos los sectores resultan afectados, incluso paralizados.

La palabra guerra es sinónimo de crisis, ésta desplaza a familias y poblaciones enteras, rompiendo con su cultura y hogares de forma permanente. Por ello, el papel de las instituciones internacionales es primordial, ya que son los encargados de garantizar la seguridad y el bienestar de sus ciudadanos.

En definitiva, la violencia extrema y todo lo que conlleva, altera el mundo como si de un efecto mariposa se tratase generando un impacto que perdurará durante generaciones.

## **2. Justificación del tema**

La salud mental es un factor determinante para tener una vida plena y en equilibrio. Las consecuencias devastadoras generadas en un ser humano tras la participación, directa o indirecta, en un conflicto bélico impactan de forma total en la vida de éste. Conocer de primera mano el impacto psicológico y económico de la guerra es fundamental para poder desarrollar estrategias y ayudas efectivas.

## **3. Objetivos del trabajo**

Los conflictos armados cambian la vida de todos los individuos que se ven sumergidos en ellos.

La investigación presenta los siguientes objetivos:

- Analizar los efectos psicológicos desarrollados en los soldados, durante y después del combate, incluyendo el trauma y los trastornos asociados.
- Explicar e identificar los factores de protección y riesgo que están relacionados con los problemas psicológicos padecidos por los soldados
- Descubrir el impacto de un conflicto armado en la vida social y personal de n soldado.
- Investigar los problemas sociales y económicos relacionados con la guerra a corto y largo plazo.
- Estrategias y soluciones que resuelvan los problemas generados por una guerra.
- Examinar el impacto internacional de los conflictos bélicos, poniendo énfasis en cómo se deteriora la salud que sufren los que se encuentran sumergidos en ellos.

## II. DESARROLLO DEL TRABAJO

### 1. La guerra y los efectos psicológicos generados en los soldados

Los conflictos bélicos han estado presentes desde los inicios de la historia. La humanidad se encuentra marcada por numerosos enfrentamientos y guerras que han tenido lugar en diferentes épocas y lugares del mundo. La guerra ha estado presente durante tanto tiempo que rara vez se ha buscado una definición para ésta, ya que ha sido considerada como un acto natural y de supervivencia.

El Derecho Internacional Humanitario define la guerra como “Enfrentamiento armado prolongado entre fuerzas armadas gubernamentales y uno o más grupos armados, o entre tales grupos en el territorio de un Estado”<sup>1</sup>.

En el año 1864 se firmó la primera Convención de Ginebra donde se pretendían establecer, “las bases sobre las que descansan las normas de derecho internacional para la protección de las víctimas durante los conflictos armados”<sup>2</sup>. Ésta fue firmada inicialmente por 12 países y se considera el punto de salida del Derecho Internacional Humanitario.

Posteriormente, en el año de 1949 se firmarían los Convenios de Ginebra, donde se estableció una distinción más concreta en lo referente a dichos términos. Se define conflicto armado internacional como “enfrentamiento en el que un estado internacionalmente reconocido decide emplear la fuerza armada sobre otro”. Éste puede llegar a implicar a más de dos estados y también es considerado como tal, aunque alguno de los estados no reconozca el gobierno de otro de los implicados o si “niega la existencia de un estado en guerra”. Todo ello, generó la siguiente definición expedida por el Tribunal Penal Internacional para ex Yugoslavia<sup>3</sup> que dice “Existe conflicto armado cuando se recurre a la fuerza armada entre Estados”.

---

<sup>1</sup> Lawand, Kathleen. “Conflictos Internos U Otras Situaciones de Violencia: ¿Cuál Es La Diferencia Para Las Víctimas? - CICR.” *Www.icrc.org*, Comité Internacional De la Cruz Roja, 10 Dec. 2012, [www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm](http://www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm).

<sup>2</sup> J. Rodríguez, Jorge. *Salud Mental En La Comunidad*. 2009, Lawand, Kathleen. “Conflictos Internos U Otras Situaciones de Violencia: ¿Cuál Es La Diferencia Para Las Víctimas? - CICR.” *Www.icrc.org*, Comité Internacional De la Cruz Roja, 10 Dec. 2012, [www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm](http://www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm).

<sup>3</sup> Clapham, Andrew. “Obligaciones Dimanantes de Los Derechos Humanos Para Los Actores No Estatales En Situaciones de Conflicto.” 2006.

Durante toda la historia, se aprecia cómo los soldados han sido enviados a combatir, pero rara vez se comenta la situación en la que se encuentran éstos al regresar del frente.

Fue entonces, entre finales del siglo XIX e inicios del siglo XX, donde aparecen los primeros estudios que centran su atención en los efectos psicológicos que genera un conflicto armado en el ser humano.

En primer lugar, se debe destacar que la Primera Guerra Mundial tuvo un papel clave en lo referente al estudio de esta disciplina<sup>4</sup>. A partir de ella, se observó la aparición de síntomas que desencadenaban en trastornos mentales, como ansiedad, depresión, insomnio y pesadillas, en aquel entonces denominado como “neurosis de guerra” síndrome descrito en 1871 por el médico militar Jacob DaCosta en los soldados durante la Guerra Civil Americana.<sup>5</sup>

En segundo lugar, se debe comentar que el conflicto que realmente influyó en la investigación de los estudios psicológicos fue la Segunda Guerra Mundial. Durante la década de 1940, se decide expandir la investigación sobre este campo y se desarrollan centros de investigación especializados en tratar a veteranos de guerra que padecían trastornos mentales.<sup>6</sup>

En tercer lugar, la Guerra de Vietnam dejó problemas psicológicos graves y fue el punto de partida para investigar a fondo los efectos a medio y largo plazo de la exposición al combate. Todo ello, cambió la forma de comprender la salud mental, especialmente en las personas que han experimentado situaciones traumáticas.

Desde aquel entonces, las investigaciones sobre los síntomas desarrollados en los combatientes han seguido creciendo y evolucionando.

Una guerra es uno de los acontecimientos más desgarradores a los que cualquier ser humano puede enfrentarse. Variantes como el miedo y la violencia experimentados de forma continua, generan un impacto duradero en la salud mental de cualquier individuo, especialmente en los que se encuentran en primera línea de combate.

En definitiva, los síntomas que padece un combatiente después de la exposición en un conflicto armado son de gran importancia y deben ser abordados como merecen, ya

---

<sup>4</sup> Ramírez, Mario Elkin. (2008). Psicoanalistas en el frente de batalla. Las neurosis de guerra en la Primera Guerra Mundial. *Affectio Societatis*, 9: 1-4.

<sup>5</sup> Atienza, Jara. (6 de junio de 2022). Las Otras Heridas De La Guerra. *Ethic*.

<sup>6</sup> Aracil, Rafael., Oliver, Joan. y Segura, Antoni. (1998). *El Mundo Actual. De la Segunda Guerra Mundial a nuestros días*. (Estudi General 2, Edicions Universitat de Barcelona), Barcelona.

que muchas de las enfermedades se desarrollan a partir de episodios traumáticos a los que los soldados se enfrentan durante el combate.

### 1.1. Trastornos psicológicos asociados a la guerra

La Organización Mundial de la Salud define la salud como “*un estado de completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades*”<sup>7</sup>.

Por el contrario, la salud mental se define como “*el estado de bienestar en el que el individuo realiza sus capacidades, supera el estrés normal de la vida, trabaja de forma productiva y fructífera y aporta algo a su comunidad*”<sup>8</sup>. La organización establece que para conseguir ésta son determinantes factores medioambientales, biológicos y socioeconómicos<sup>9</sup>.

La guerra es un acontecimiento caracterizado por situaciones extremas que perjudican la salud, principalmente la salud mental de los individuos que participan en ella. Un conflicto armado es uno de los acontecimientos más traumáticos a los que puede enfrentarse el ser humano<sup>10</sup>. Debido a esto, es importante destacar el impacto psicológico al que se enfrenta una persona durante el desarrollo de un conflicto y cómo afecta éste a la calidad de vida de los individuos que se ven involucrados en él.

La situación mental de los combatientes puede resultar altamente afectada debido al impacto generado a nivel psicológico. Mantener relaciones básicas que eran

---

<sup>7</sup> J. Rodríguez, Jorge. *Salud Mental En La Comunidad*. 2009, Lawand, Kathleen. “Conflictos Internos U Otras Situaciones de Violencia: ¿Cuál Es La Diferencia Para Las Víctimas? - CICR.” [Www.icrc.org](http://www.icrc.org), Comité Internacional De la Cruz Roja, 10 Dec. 2012, [www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm](http://www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm).

<sup>8</sup> Organización Mundial de la Salud. “Salud Mental: Fortalecer Nuestra Respuesta.” <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response#:~:text=La%20salud%20mental%20es%20un,la%20mejora%20de%20su%20comunidad>.

<sup>9</sup> OMS. (1992). *Trastornos Mentales y del Comportamiento*. Décima Revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades.

<sup>10</sup> OMS. (2013). La OMS publica unas directrices sobre la atención de salud mental tras los eventos traumáticos. [citado 1 de febrero de 2020]. [https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2013/trauma\\_mental\\_health\\_20130806/es/](https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2013/trauma_mental_health_20130806/es/)

automáticas anteriormente resultan prácticamente imposibles una vez regresan del combate. Del mismo modo, experimentan graves problemas a la hora de gestionar su inteligencia emocional. Todo ello, genera en los combatientes una disminución de su autoestima junto con la necesidad de adentrarse en sí mismo, en la mayoría de los casos aislamiento, lo que posteriormente puede concluir con una total desconexión de su entorno.

Los trastornos psicológicos que se encuentran asociados a la guerra son graves y afectan a la gran mayoría de los soldados que sirven en las fuerzas armadas.

A continuación, se mencionan tres de los trastornos más comunes padecidos por excombatientes:

- Estrés Postraumático

El trastorno de estrés postraumático, más conocido como TEPT, es definido como una alteración psicológica que genera cambios en la actividad y conectividad entre varias regiones del cerebro. En general, las zonas cerebrales involucradas en la respuesta al estrés son la amígdala y el hipocampo.<sup>11</sup>

En primer lugar, la amígdala, es una estructura de tamaño pequeño que se encuentra ubicada en el sistema límbico del cerebro. Dicha parte se encarga de desarrollar la respuesta emocional que está vinculada con el miedo y los estímulos aversivos. Las investigaciones muestran que las personas que padecen dicho trastorno presentan una amígdala con mayor actividad en respuesta a los estímulos relacionados con el trauma, lo que contribuye de forma directa a potenciar los síntomas relacionados con la ansiedad y el miedo.<sup>12</sup>

En segundo lugar, se encuentra el hipocampo, el cual es una parte del cerebro involucrada en el procesamiento de memoria y la consolidación de nueva información. Los individuos que padecen dicho trastorno poseen un hipocampo de menor tamaño por lo que tiene menor capacidad en comparación con las personas que no presentan dicha alteración. Esto está vinculado con la continua experimentación del trauma, ya que los individuos expuestos a dichas situaciones tienen dificultades a la hora de procesar y

---

<sup>11</sup> Brownlow JA, Zitnik GA, Mclean CP, Gehrman PR. (January 2017). The influence of deployment stress and life stress on Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) diagnosis among military personnel. *J. Psychiatr Res*, 26–32.

<sup>12</sup> Crocq, Marc-Antoine y Louis Crocq. (2000). From Shell Shock and War Neurosis to Posttraumatic Stress Disorder: A History of Psychotraumatology. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 2 (1): 47-55.

contextualizar los recuerdos relacionados con el evento traumático al que fueron expuestos.<sup>13</sup>

En tercer lugar, se observan otras zonas afectadas en relación con la conectividad y actividad en varias redes cerebrales, en las que se incluye la red de atención y la red de control emocional. Dichas redes están involucradas en procesos como la atención, regulación emocional y la memoria, lo que genera que su disfunción pueda contribuir de forma directa al trastorno.

El estrés post traumático es muy común ya que, se encuentra estrechamente asociado a un conflicto armado. Se caracteriza por la aparición de síntomas como: recuerdos intrusivos, evitación de estímulos relacionados con el trauma, hipervigilancia y signos fisiológicos como sudores, palpitaciones o dolores de cabeza<sup>14</sup>. Estas alteraciones debilitan al individuo y afectan a la capacidad de funcionar en la vida cotidiana. Ésta puede interferir con el trabajo, las relaciones interpersonales y la capacidad de poder disfrutar en la realización de actividades cotidianas<sup>15</sup>.

El TEPT es un trastorno muy común en los veteranos de guerra. Se estima que alrededor del 20% de los excombatientes experimentan síntomas generados por dicha alteración.<sup>16</sup>

En lo referente al tratamiento de este trastorno, los investigadores consideran que la terapia y la medicación son los más efectivos. Por un lado, está la terapia cognitivo-conductual, la cual ayuda a los excombatientes a procesar sus experiencias traumáticas, reducir los síntomas y mejorar la calidad de vida. Por otro lado, la medicación también puede ser útil para controlar los síntomas de ansiedad, depresión e insomnio que a menudo

---

<sup>13</sup> Eekhout I, Reijnen A, Vermetten PE, Geuze E. (2015) Post-traumatic stress symptoms 5 years after military deployment to Afghanistan: an observational cohort study. *The Lancet Psychiatry*. [http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00368-5](http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00368-5)

<sup>14</sup> National Institute of Mental Health. NIMH. (2017). Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). 2017 <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/post-traumaticstress-disorder-ptsd.shtml>

<sup>15</sup> González, Manuel, et al. "Estrategias Cognitivas de Control, Evitación Y Regulación Emocional: El Papel Diferencial En Pensamientos Repetitivos Negativos E Intrusivos." *Ansiedad Y Estrés*, vol. 23, no. 2-3, July 2017, pp. 84-90,

<sup>16</sup> Col L, Baker MT, Moring JC, Hale WJ, Mintz J, Young-McCaughan COLS, et al. (2018). Acute Assessment of Traumatic Brain Injury and Post-Traumatic Stress After Exposure to a Deployment-Related Explosive Blast. *Mil Med*, 183:555-6.

se asocian con el estrés postraumático<sup>17</sup>. Asimismo, en lo referente a la medicación destacan los antidepresivos y ansiolíticos ya que, ayudan a reducir los síntomas.<sup>18</sup>

En definitiva, el estrés postraumático es un trastorno mental común padecido por veteranos que han presenciado la guerra y la violencia extrema.

- Ansiedad

La ansiedad se define como un estado emocional continuo de preocupación, temor, inquietud o aprensión que aparece de forma continuada en el individuo como respuesta a un estímulo considerado amenazante o desafiante. Se considera como una respuesta compleja expuesta por el cerebro que involucra a varias regiones y sistemas cerebrales<sup>19</sup>

En primer lugar, se encuentra la amígdala, ésta es la responsable de procesar y regular las emociones. Por ello, es una parte esencial ya que es la zona que se encuentra expuesta a todas las señales ambientales lo que ayuda al desarrollo de las respuestas emocionales haciendo que éstas sean rápidas y prácticamente automáticas.

En segundo lugar, se encuentra la corteza prefrontal, ésta es la zona del cerebro encargada de crear el pensamiento crítico conocida por ser la parte del cerebro encargada de elaborar el pensamiento crítico, la toma de decisiones y la planificación. La corteza prefrontal es muy importante a la hora de regular las emociones y gestionar las amenazas.

En tercer lugar, está presente el hipocampo, el cual es la parte del cerebro responsable de la elaboración de recuerdos. Éste se encuentra estrechamente vinculado con la ansiedad, ya que es el lugar donde están presentes los recuerdos traumáticos o preocupantes. Dicha zona se encarga de crear el estado de alerta y generar ansiedad en el individuo ante situaciones que generen una amenaza.

---

<sup>17</sup> Osório C, Jones N, Jones E, Robbins I, Wessely S, Osório C, et al. (2017) Combat Experiences and their Relationship to Post-Traumatic Stress Disorder Symptom Clusters in UK Military Personnel Deployed to Afghanistan. <http://dx.doi.org/10.1080/08964289.2017.1288606>

<sup>18</sup> Friedman MJ. (2019). History of PTSD in Veterans: Civil War to DSM-5. *U.S. Department of Veterans Affairs*.

<sup>19</sup> American Psychiatric Association. (2018) *DSM-5. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*. (5ª Ed.).

En cuarto lugar, aparecen los neurotransmisores, los cuales son sustancias químicas que transmiten señales entre las neuronas. Sustancias segregadas como la serotonina, la norepinefrina y el ácido gamma son detectadas en los trastornos de ansiedad.

La ansiedad es un trastorno común que afecta a los excombatientes después de la guerra. Los síntomas debilitan y afectan de forma negativa la calidad de vida de los veteranos.

La ansiedad es una respuesta normal del cuerpo a situaciones estresantes, pero cuando ésta se vuelve abrumadora y persistente, llega a desarrollar lo que es conocido como trastorno de ansiedad. Los veteranos pueden experimentar una variedad de síntomas como: preocupación excesiva, sensación de tensión, problemas para conciliar el sueño, fatiga e irritabilidad, entre otros.

En cuanto al tratamiento para este trastorno, destaca la terapia individual y grupal, junto con la medicación. La terapia cognitivo-conductual ayuda a los excombatientes a identificar y alterar los patrones de pensamiento negativos que contribuyen a la ansiedad. Asimismo, la terapia enseña a los veteranos habilidades de afrontamiento y técnicas de relajación para manejar la ansiedad. Por otro lado, la medicación ayuda a la hora de disminuir los síntomas.

En resumen, la ansiedad es considerada como un estado emocional común padecido por los soldados ya que afecta a los recuerdos vividos durante el combate que pueden desatar otras emociones reprimidas en el individuo.

#### - Depresión

La depresión es un trastorno del estado del ánimo caracterizado por experimentar de forma continua emociones y sentimientos relacionados con la tristeza, pérdida de interés o placer en las actividades diarias que se vinculan con una sensación general de desesperación, las cuales se presentan persistentemente en el individuo. Este trastorno afecta a diferentes áreas del cerebro, incluyendo la corteza prefrontal, la amígdala, el hipocampo y el núcleo accumbens.

Primeramente, se halla la corteza prefrontal, ésta es la región involucrada en el control emocional y la toma de decisiones. La depresión puede afectar a su actividad, lo que puede presentar dificultades a la hora de controlar y tomar emociones.

Secundariamente, se encuentra la amígdala, estructura cerebral que se encarga de procesar las emociones, especialmente la ansiedad y el miedo. La depresión suele aumentar la actividad de la amígdala, lo que genera una mayor sensación de tristeza y ansiedad.

En tercer lugar, se observa el hipocampo, el cual es una región del cerebro que se encuentra involucrada en el procesamiento de la memoria y la regulación emocional. La depresión afecta a la estructura y el desarrollo de las funciones del hipocampo, lo que genera dificultades a la hora de recordar información y regular las emociones.

En cuarto lugar, se aprecia el núcleo accumbens, éste es una región cerebral encargada de procesar las recompensas y el placer. La depresión disminuye la actividad del núcleo accumbens, lo que resulta en una disminución de la capacidad de experimentar placer y sensaciones vinculadas con la felicidad.

Los síntomas más comunes de este trastorno son: estado de ánimo deprimido o irritable, pérdida de interés o placer, agitación o lentitud psicomotora, fatiga o pérdida de energía, sentimiento de inutilidad o culpa excesivos o inapropiados, dificultad para concentrarse y pensamientos recurrentes de muerte o suicidio.

Es cierto que es un trastorno de salud mental que puede afectar a cualquier persona, aunque se debe destacar que los excombatientes son personas con una mayor posibilidad de padecerla. A menudo, los veteranos de guerra se enfrentan a desafíos que aumentan su riesgo de desarrollar dicha alteración. Factores como la exposición a la violencia, el trauma y la muerte pueden provocar estrés postraumático y trastornos de ansiedad, que a su vez contribuyen a la depresión.

Este trastorno se encuentra vinculado con la salud física, ya que síntomas como el dolor de espalda o cabeza, junto con el insomnio o la fatiga afectan a la capacidad de cuidar de su salud en general.

En lo referente al tratamiento se encuentra la terapia cognitivo-conductual, la terapia de grupo y la medicación. La TCC posee un enfoque de tratamiento basado en la conversación que se centra en cambiar los pensamientos y comportamientos negativos que contribuyen a la depresión. La terapia de grupo también resulta efectiva a la hora de ayudar a los veteranos a establecer relaciones significativas con otros que han pasado por experiencias similares. Además, la medicación, como los antidepresivos, puede ayudar a sobrellevar dicho trastorno.

En conclusión, la depresión es un trastorno de salud mental que puede afectar a todos los individuos, pero es detectada en mayor frecuencia en las personas que han vivido episodios traumáticos.

## **1.2. El impacto de la guerra en la vida personal y social de los soldados**

Los veteranos experimentan situaciones que los acompañarán el resto de su vida. Genera un gran impacto y altera toda realidad que hasta entonces conocían.

Antes de nada, se observa un gran cambio en la vida personal:

La presencia de trastornos como el estrés postraumático, la ansiedad o depresión, son comunes en individuos expuestos a experiencias difíciles vinculadas con la violencia y el combate. Síntomas como el insomnio, pesadillas, flashbacks, pérdida de la autoestima y aislamiento, entre otros, debilitan al individuo generando una inestabilidad en él, que hace que el mismo no pueda desarrollar actividades diarias básicas y tenga problemas a la hora de mantener relaciones interpersonales.

Asimismo, los trastornos mentales <sup>20</sup> son importantes, pero también se debe destacar la presencia de lesiones físicas y discapacidades producidas tras una guerra. Los soldados que sirven en los conflictos tienen un índice de riesgo en lo que a sufrir lesiones físicas se refiere. Éstas pueden ser resultado directo del combate, como heridas de bala y explosiones, o pueden ser el resultado de enfermedades y lesiones adquiridas durante el servicio militar. Estas lesiones pueden afectar la capacidad de los soldados para realizar actividades diarias, trabajar y entre otras.

Por otro lado, se aprecia el impacto en la vida social:

La reintegración social de los soldados que han servido en la guerra resulta complicada, ya que durante el servicio militar sus vidas y la de sus seres queridos ha sido alteradas, por lo que el primer cambio al que se enfrentan es que ni ellos ni las personas de su entorno son las mismas que cuando éstos partieron al frente. Por otro lado, la

---

<sup>20</sup> J. Rodríguez, Jorge. *Salud Mental En La Comunidad*. 2009, Lawand, Kathleen. "Conflictos Internos U Otras Situaciones de Violencia: ¿Cuál Es La Diferencia Para Las Víctimas? - CICR." [www.icrc.org](http://www.icrc.org), Comité Internacional De la Cruz Roja, 10 Dec. 2012, [www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm](http://www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm).

exposición a eventos traumáticos durante la guerra puede hacer que los soldados se sientan desconectados de la sociedad y experimenten dificultades para relacionarse con amigos y familiares. Los veteranos<sup>21</sup> también pueden sentirse alejados de la sociedad debido a la falta de comprensión y apoyo de la sociedad en general.<sup>22</sup>

Los soldados que han servido en la guerra también pueden experimentar problemas económicos, ya que las lesiones físicas y discapacidades pueden limitar la capacidad de los soldados para trabajar, lo que puede llevar a tener problemas financieros.<sup>23</sup>

Otro factor que puede afectar la vida social de un excombatiente es la discapacidad física y las lesiones. Las lesiones pueden limitar la capacidad de los excombatientes para participar en actividades sociales y deportivas. Además, las discapacidades también pueden limitar la capacidad de los excombatientes para encontrar trabajo y establecer relaciones interpersonales en el ámbito laboral.

La guerra también puede afectar a la capacidad de los excombatientes para llevar a cabo actividades sociales y recreativas. Los excombatientes pueden experimentar ansiedad y estrés en entornos ruidosos o caóticos, lo que puede limitar su capacidad para participar en eventos sociales y públicos. Además, la falta de habilidades sociales y la capacidad para relajarse y disfrutar de las actividades sociales también puede afectar su capacidad para establecer relaciones significativas y satisfactorias.

En conclusión, la guerra puede tener un impacto significativo en la vida social y personal de un excombatiente. Los efectos pueden incluir aislamiento social, dificultades para establecer relaciones interpersonales y discriminación por parte de la sociedad en general. Es importante abordar estos problemas específicos y proporcionar recursos y programas que ayuden a los excombatientes reintegrarse en la sociedad y establecer relaciones significativas y satisfactorias.

---

<sup>21</sup> Selimbašić Z, Brkić M, Kravić N, Hamidović J, Selimbašić M. (2018). Post-traumatic stress disorder and coping styles of war veterans from Tuzla Canton twenty years after the war. *Med Glas*, 66–70.

<sup>22</sup> Diehl, P. y Goertz G. (1985). Trends in Military Allocation since 1816: What Goes Up Does Not Always Come Down. *Armed Forces and Society* 12(1): 134–44.

<sup>23</sup> Blattman, Christopher, and Edward Miguel. (2010). Civil War. *Journal of Economic Literature*, 48 (1): 3-57. <https://www.aeaweb.org/articles?id=10.1257/jel.48.1.3>

## 2. Problemas económicos asociados a la guerra

En términos económicos, los costos de la guerra son enormes, no solo por el gasto de recursos en armamento y logística, sino también por el impacto provocado en los países que participan en el conflicto. Los gastos de una guerra pueden generar déficits fiscales, deuda pública, reducción de la inversión en áreas sociales, junto con un aumento del desempleo y la pobreza.

Un conflicto bélico posee un impacto significativo en la economía de los países. Los efectos producidos van mucho más allá del gasto militar o las muertes acaecidas durante la batalla. Se trata de efectos persistentes y profundos que condicionan comunidades durante generaciones.

En primer lugar, se aprecia un impacto en el crecimiento económico. Respecto a éste existen dos teorías económicas básicas, definidas por Paul Betts: “*War renewal*”, observando el fin del conflicto como una oportunidad para mejorar el crecimiento debido a la innovación y eficiencia generado durante el conflicto y la “*War ruin*”, la cual considera que la destrucción producida por la guerra reduce, a largo plazo el crecimiento de todos los países involucrados.

Posteriormente, se encuentran los efectos sobre los factores producidos, ya que éstos pueden resultar divididos en efectos sobre el stock de capital, la población y el medio ambiente.

En lo referente al stock de capital, se observa como el capital físico fijo es destruido de forma directa a lo largo del conflicto, ya que infraestructuras y lugares clave pueden ser tomados como objetivo militar, mientras que el capital restante suele resultar deteriorado por la falta de mantenimiento.

Por otro lado, la población descende debido a las altas muertes producidas durante la guerra, más las enfermedades que dejará la misma.

El medio ambiente, queda completamente contaminado debido a todo el armamento y materiales radiactivo utilizado durante el combate.

El cambio en la estructura productiva de los países afectados es también considerado un importante impacto económico de la guerra. La guerra afecta tanto al crecimiento económico como a la estructura del sector productivo. El miedo al conflicto puede alentar a los países a cambiar sus estructuras para reducir su dependencia de futuros adversarios. La reorganización de los recursos con fines militares y la reducción de la renta nacional durante la guerra provocarán perjuicios en algunos sectores de la producción. Hay diferentes teorías sobre qué sectores se verán afectados. Algunos piensan que los sectores con altas concentraciones de capital y comercio serán los más afectados por la guerra. La gente piensa que es la industria de los productos básicos. Las reducciones en estas variables pueden resultar en una demanda de bienes de consumo. Enfrentará dificultades si regresa a la estructura original. Después de la guerra, las nuevas divisiones nacionales pueden generar confusión en el mercado.

Como resultado de la demanda militar, la escasez y el aumento de los costos de producción junto con la depreciación de la moneda, las guerras tienden a aumentar la inflación. Los mercados bursátiles responden a los conflictos en función de la capacidad de anticipación y las expectativas de los agentes. Las instituciones gubernamentales tendrán que ajustar sus finanzas públicas una vez que termine el conflicto. El gasto militar caerá, por un lado, pero puede que no sea completo por miedo a las fuerzas rebeldes. Esta situación junto con la reconstrucción del país provoca un aumento de los fondos públicos. Hay dos formas de afrontar los aumentos del gasto: mayor endeudamiento o mayores impuestos. Luego del conflicto, las expectativas de honestidad se cambian por expectativas de corrupción, lo que conduce a una peor administración del sector público.

Los efectos de las guerras entre sí son dignos de mención. El comercio exterior y los movimientos migratorios afectan a los países neutrales en los conflictos militares. Hay teorías económicas que piensan que la guerra reduce el comercio exterior, y otras que piensan que la guerra no cambia mucho el comercio exterior por miedo al enemigo. Hay varias opciones para el efecto de los cambios comerciales en países neutrales. El aumento de transacciones que experimentan los países neutrales durante la guerra puede ser un impulso para su desarrollo, pero también puede ser una grave crisis. La demanda caerá bruscamente después del conflicto. En función de las características específicas de cada sector fomentado, se determinará el resultado final. La población huye a zonas más seguras debido a la guerra en el territorio del país. La situación trae consigo consecuencias tanto positivas como negativas para los países de origen y destino. La producción del país de origen caerá por la reducción de la población activa. El país anfitrión se beneficiará de un aumento del consumo y de la oferta de mano de obra ya que se genera el efecto contrario. Este último país experimentará efectos negativos si la población desplazada y el país de acogida tienen culturas y formas de vida diferentes.

## 2.1. El Coste económico de la guerra

Un conflicto bélico es una de las causas principales de problemas económicos a nivel internacional. La guerra ha sido sin duda, uno de los temas a los que el ser humano le ha dedicado más esfuerzo a lo largo de la historia. No obstante, la muerte y destrucción producida por los conflictos armados no ha pasado desapercibida para los filósofos e historiadores. Así afirmaba De Rotterdam en el año 1500, *“la guerra atrae a los que no la han vivido”*. Por otro lado, afirmaciones como *“la guerra es el mayor mal que afecta a las sociedades humanas, la fuente de todo mal y de toda corrupción moral”* escrito por Kant. Por no comentar la opinión de Marx y Engels al ver la guerra como parte de la lucha de clases, afirmando *“La guerra es mala para los de abajo que son empujados a ella por la resistencia de los de arriba”*. En los últimos años, son muchos los que han defendido dichas corrientes, como por ejemplo Mahatma Ghandi o Luther King.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> Guidolin, M., & La Ferrara, E. (2010). The economic effects of violent conflict: Evidence from asset market reactions. *Journal of Peace Research*, 47(6), 671-684.

Hoy en día existen varias investigaciones sobre el coste económico de la guerra, se destacan las siguientes:

### ***Estudio Hoeffler y Reynal-Querol***

La investigación de Hoeffler y Reynal-Querol titulada “Midiendo los costes del conflicto” se enfoca en el análisis del impacto económico del conflicto armado de los países afectados por estas condiciones. El estudio utiliza datos grupales de 40 países que han experimentado conflictos armados entre los años 1960 y 1999. Posteriormente, el impacto del uso de la tecnología económica para medir los conflictos en la inversión, el capital humano y el crecimiento económico de estos países.<sup>25</sup>

Los resultados muestran que los conflictos armados tienen impactos económicos negativos significativos en el crecimiento económico de los países afectados. Específicamente, en comparación con los países que no han experimentado conflictos, la tasa anual de crecimiento económico de los países afectados por una guerra se ha visto reducida en un 2.2%.

Asimismo, la investigación muestra cómo los conflictos armados tienen un impacto negativo significativo en la inversión de los países que resultan afectados. En medio, la inversión anual de países afectados por conflictos armados disminuyó en 1,7%.

Con respecto al impacto en el capital humano, el estudio encontró que los conflictos armados tienen un impacto negativo significativo en la educación y salud de la comunidad. En particular, el índice de capital humano del país afectado por el conflicto armado se reduce en un 4,4% en comparación con el país que no ha experimentado conflictos.

En resumen, la investigación proporciona una evidencia confiable del costo económico del conflicto armado. Los resultados muestran que los conflictos armados tienen un impacto negativo significativo en el crecimiento económico de los países afectados, la inversión y el capital humano. Estos descubrimientos son de gran importancia para las políticas económicas y de seguridad porque muestran que prevenir

---

<sup>25</sup> Hoeffler, A., & Reynal-Querol, M. (2003). *Measuring the costs of conflict*. Washington, DC: Banco Mundial.

conflictos y soluciones armadas es esencial para el desarrollo económico sostenible y mejorar el bienestar humano.

### *Estudio Paul Collier*

El estudio llamado “Breaking the Conflict Trap: Civil War and Development Policy”, realizado por un equipo de investigadores liderado por Paul Collier, explica la relación existente entre el conflicto armado y el desarrollo económico en países en vías de desarrollo. El principal objetivo de la investigación es identificar los factores que contribuyen al inicio y desarrollo de los conflictos bélicos, proponiendo medidas políticas para evitar y resolver este tipo de conflictos.

En cuanto a los términos políticos, los autores hallaron que los estados con sistemas políticos autocráticos y altos niveles de expulsión política son más propensos a experimentar guerras. En lo referente a los factores económicos, se encontró que la pobreza junto con la dependencia de las exportaciones de los recursos naturales contribuye en gran medida al comienzo de conflictos bélicos.

En el ámbito social, el estudio muestra cómo la diversidad religiosa y étnica vinculada con la desigualdad económica son factores que aumentan el riesgo de sufrir una guerra. Además, el estudio resalta como los conflictos afectan de forma total a la economía, ya que durante el combate la destrucción de infraestructuras, la escasa producción y el desplazamiento de la población puede generar altos niveles de inseguridad y desconfianza.

En base a estos resultados, los autores exponen una serie de medidas políticas para evitar y solucionar los conflictos armados. Dichas medidas abarcan la promoción de la democracia, la reducción de la dependencia de las exportaciones de recursos naturales, la diversificación económica, el fomento de la igualdad económica y la protección de las minorías religiosas y étnicas.

En definitiva, el estudio de Collier y sus compañeros contribuye de forma significativa al debate sobre los factores que colaboran a la hora de iniciar un conflicto armado en países que se encuentran en vías de desarrollo. El estudio destaca la importancia de aplicar medidas para prevenir futuros conflictos y obtener soluciones eficaces.

### ***Estudio Christopher Blattman y Edward Miguel***

El estudio “Civil War”, elaborado por Edward Miguel y Christopher Blattman, opta por analizar cómo afecta un conflicto armado en el desarrollo económico y la pobreza en los lugares afectados por un conflicto bélico. La investigación está basada en un análisis empírico de datos de panel de unos 161 países entre los años 1960 y 1999<sup>26</sup>.

Los resultados de la investigación concluyen con que los conflictos bélicos desatan una serie de efectos perjudiciales en el desarrollo económico y la pobreza de forma duradera de los países afectados. Primeramente, los investigadores hallaron que los estados que han experimentado una guerra presentan un crecimiento económico significativamente menor que el de los países que no han experimentado un conflicto. Asimismo, el estudio destaca que los efectos negativos generados pueden durar hasta una década después del fin del conflicto.

En lo referente a la pobreza, los autores hallaron que los países afectados poseen una tasa de pobreza mayor en comparación a los países que no han experimentado una guerra. Además, la investigación determina que los conflictos armados generan un efecto negativo duradero a la hora de la retribución de la riqueza, ya que tiende a aumentar la desigualdad económica.

En definitiva, la investigación proporciona una valiosa contribución a la relación entre el desarrollo económico y la pobreza en los países afectados.

### ***Estudio Antonio Ciccone y Elias Papaioannau***

El estudio titulado “The Macroeconomic Impact of Conflict: A Reassessment” es un estudio económico publicado en el año 2016 por los investigadores Elias Papaioannou y Antonio Ciccone. La investigación lleva a cabo un análisis del efecto de los conflictos bélicos en el crecimiento económico de los países<sup>27</sup>.

---

<sup>26</sup> Blattman, Christopher, and Edward Miguel. “Civil War.” *Journal of Economic Literature*, vol. 48, no. 1, Mar. 2010, pp. 3–57.

<sup>27</sup> Ciccone, Antonio, and Elias Papaioannou. “Human Capital, the Structure of Production, and Growth.” *The Review of Economics and Statistics*, vol. 91, no. 1, 2009, pp. 66–82,

Los autores se basaron en un modelo econométrico que estimaba el efecto de los conflictos bélicos en la economía. Dicho modelo abarcó los datos de 170 países entre los años 1959 y 2010, teniendo en cuenta variables como el capital humano, la inversión, la calidad de las instituciones, la geografía y el comercio internacional.

En lo referente a los resultados, la investigación concluyó con que el crecimiento económico se ve altamente afectado por una guerra. Los investigadores descubrieron indicadores, en el que destaca como un conflicto influye en el crecimiento económico en un porcentaje de un 2,2 por año en promedio a lo largo de una guerra, y que estos efectos negativos pueden persistir incluso después del fin de ésta.

Asimismo, la investigación mostró cómo los efectos de la guerra tienen un mayor impacto en los países con rentas más bajas. Del mismo modo explicó cómo afecta de forma directa a aquellos estados más dependientes de los recursos naturales. Los investigadores descubrieron el impacto de los conflictos en lo referente a la reducción de inversión y la acumulación de capital humano, lo que a su vez afecta de forma negativa en el crecimiento económico a largo plazo.

En definitiva, "The Macroeconomic Impact of Conflict: A Reassessment" explica todos los efectos negativos que genera una guerra respecto al crecimiento económico.

## **2.2. Efectos económicos de la guerra en las familias de los soldados**

Un conflicto armado es una experiencia que tiene un gran impacto en todas las personas involucradas, incluyendo principalmente a los soldados y su entorno más próximo. Existen muchos costes, entre los que se encuentran el humano, social y económico. Este último, es uno de los que mayor impacto genera en las familias de los combatientes y de los que más perdura a lo largo de los años.<sup>28</sup>

Algunos de los efectos económicos de la guerra son devastadores.

En primer lugar, la pérdida de ingresos es uno de los efectos más evidentes, ya que cuando un miembro de la unidad familiar decide alistarse en el ejército, el salario disminuye en comparación a cualquier otro trabajo civil. Los conflictos pueden durar meses o incluso años, lo que genera una gran inestabilidad económica.

---

<sup>28</sup> Nafziger, E. W., & Auvinen, J. (2002). Economic development, inequality, war, and state violence. *World development*, 30(2), 153-163.

En segundo lugar, aparece el costo de la atención médica. Los combatientes que regresan de la guerra pueden sufrir lesiones mentales y físicas por lo que es casi seguro que necesiten seguir un tratamiento al regresar a sus hogares.

En tercer lugar, existen gastos adicionales asociados al desplazamiento y la mudanza a la nueva ubicación. Ya que, cuando un miembro de la familia se une al servicio militar se genera un cambio en el lugar y equipo que necesita el soldado para desarrollar sus actividades.

En cuarto lugar, aparece la incertidumbre financiera vinculada a las misiones militares debido a lo imprevisibles que son debido a los continuos y varios desplazamientos. Todo ello, hace que sea complicado planificar las finanzas y los presupuestos del núcleo familiar.

En quinto lugar, el empleo, ya que el regreso del frente puede afectar a la hora de encontrar un futuro empleo. Todo ello, genera un alto impacto en el entorno familiar, especialmente si el soldado era el principal sustentador de la familia.

En resumen, la participación de un miembro de la familia en el servicio militar tiene varios efectos económicos, tanto negativos como positivos. Aunque los negativos tienen un mayor impacto, ya que los positivos en gran medida son ayudas económicas no muy abundantes enviadas durante el servicio a sus familias<sup>29</sup>.

### **2.3. Problemas económicos a largo plazo asociados a la guerra**

La guerra puede tener graves consecuencias económicas a largo plazo a nivel mundial. Durante un conflicto hay que distinguir entre los costos directos e indirectos.

En cuanto a los directos se distinguen el armamento, las municiones, los salarios de los militares y otros gastos relacionados con el conflicto bélico. Por el contrario, entre

---

<sup>29</sup> Moreno-Acero, Iván Darío, et al. “Desintegración Y Recomposición de La Unidad Familiar de Las Víctimas Del Conflicto Armado En Colombia\*.” *Entramado*, vol. 17, no. 1, 2021, pp. 98–121.

los costos indirectos se incluyen los daños ocasionados en las infraestructuras, la pérdida de ingresos fiscales y la disminución del crecimiento económico.

En segundo lugar, se encuentra el desplazamiento de personas y la pérdida de empleos, ya que la guerra puede desencadenar una movilización de la población generando la destrucción de sus comunidades. Esto tiene un impacto significativo en la economía local y nacional, incluyendo la pérdida de empleos y oportunidades de negocio.

En tercer lugar, la interrupción del comercio internacional. Una guerra paraliza el comercio en todas sus vertientes, lo que genera un impacto negativo en las finanzas globales. Los bloqueos de los puertos y la destrucción de la infraestructura pueden hacer que sea difícil para las empresas importar y exportar productos.

En cuarto lugar, el aumento de la inflación y la deuda. Un conflicto armado puede aumentar la inflación y la deuda nacional. El aumento de los costos de la guerra puede hacer que los gobiernos aumenten sus gastos, lo que puede resultar en un aumento de la deuda nacional y la inflación.

En quinto lugar, el deterioro de la infraestructura. La guerra puede destruir la infraestructura vital, como carreteras, puentes, edificios y redes de energía. La reparación de estos daños puede ser costosa y llevar mucho tiempo, lo que puede tener un impacto negativo en la economía local y nacional.

En sexto lugar, el impacto en la inversión extranjera. La guerra puede disuadir la inversión extranjera, lo que puede tener un impacto negativo en la economía. Las empresas extranjeras pueden ser menos propensas a invertir en un país que está en guerra debido a la incertidumbre política y económica.

A pesar de los problemas asociados a la guerra más comunes, es importante destacar el impacto macroeconómico y microeconómico que genera y cómo perdura en el tiempo. Los conflictos armados tienen un impacto negativo en la economía de un país de muchas formas, se incluye la disminución del crecimiento económico, el aumento de la inflación y el desempleo, la disminución de la inversión y el aumento de la deuda externa. Asimismo, los conflictos bélicos generan efectos indirectos en la economía, como el desplazamiento de poblaciones, la interrupción de comercio, la destrucción de infraestructuras y el paro de financiación e inversión extranjera.

Dentro de las principales consecuencias macroeconómicas de una guerra se encuentra la disminución del crecimiento económico. Los conflictos bélicos están ligados a la destrucción de infraestructuras, la interrupción de la producción y el comercio, junto

con la emigración de trabajadores capacitados. Todo ello, puede disminuir la producción económica y hacer que el país resulte menos atractivo en cuanto a la inversión extranjera.

Asimismo, los conflictos bélicos llevan consigo una disminución en la confianza de los inversores, lo que genera un impacto negativo en el crecimiento económico a largo plazo.

Del mismo modo, como consecuencia macroeconómica de los conflictos armados encontramos la inflación y el desempleo. Una guerra genera una devaluación de la moneda y un aumento de los precios de los bienes y servicios debido al paro en la producción de productos y la disminución del comercio. Todo ello, se encuentra vinculado con un aumento del desempleo debido a la interrupción de las actividades por el conflicto.

La deuda externa también resulta aumentada cuando se experimenta una guerra. Necesidades como la búsqueda de financiación para el conflicto y la reconstrucción después de la guerra. La deuda genera una carga para la economía del país durante y después de que se haya finalizado el conflicto.

Por otro lado, se observan también los efectos indirectos.

Primeramente, se encuentra el desplazamiento de poblaciones. Los conflictos armados están vinculados con la destrucción de infraestructuras, lo que afecta a la capacidad que tiene el país en cuanto a la producción de bienes y servicios.

Las consecuencias macroeconómicas generadas por los conflictos armados en los países afectados son enormes. Entre las consecuencias más destacadas están la disminución del crecimiento económico, el aumento de la inflación, el desempleo, el desplazamiento de poblaciones y la alteración de las infraestructuras.

Del mismo modo, se encuentran presentes los efectos microeconómicos. Éstos son todos aquellos que afectan tanto a nivel local como individual. Dichos efectos resultan especialmente graves en situaciones de guerra prolongada y de destrucción generalizada. Uno de los efectos más obvios es la pérdida de patrimonio, junto con las pérdidas de instalaciones y bienes por parte de las empresas e instituciones. Todo ello afecta a la producción de bienes y servicios, generando así una disminución de los ingresos.

Otro efecto, es la interrupción de los mercados laborales, ya que los trabajadores suelen ser desplazados o despedidos debido a la destrucción de empresas y la disminución

del trabajo. Asimismo, la interrupción del transporte y la logística puede dificultar el acceso a los lugares de trabajo. La precariedad de empleo y oportunidades puede tener un impacto duradero en la economía de las familias y los trabajadores. Los conflictos llevan a la interrupción de las cadenas de suministro y a la escasez de productos esenciales. Factores como la inflación y la devaluación de la moneda generan una disminución en el poder adquisitivo y la calidad de vida de las familias. La falta de acceso a servicios básicos, como la educación o la atención médica, generan un impacto en la población.

En resumen, los efectos microeconómicos de la guerra son profundos y generan un impacto negativo total en los individuos y los trabajadores.

### **3. El impacto de la guerra en las familias de los soldados**

La exposición a situaciones de combate, junto con la separación prolongada y la incertidumbre sobre la seguridad y el bienestar de sus seres queridos en la guerra, puede generar un profundo impacto en la salud de los familiares.

La salud mental tiene un papel importante en el entorno más próximo de los soldados durante el desarrollo de un conflicto armado. Entre los trastornos más frecuentes padecidos por los familiares se encuentra, la ansiedad, depresión, estrés e insomnio, todos ellos vinculados al miedo que padecen respecto a la posibilidad de perder a un ser querido.<sup>30</sup>

Asimismo, el regreso a casa tras el servicio militar del combatiente puede generar un cambio en la conducta de la familia, debido a la situación mental en la que se encuentra el soldado. A menudo, el entorno cercano se convierte en un cuidador y deja al margen su vida para ocupar dicho rol. Todo ello, supone un desafío físico y emocional para los miembros de la familia.

---

<sup>30</sup> Aracil, Rafael., Oliver, Joan. y Segura, Antoni. (1998). *El Mundo Actual. De la Segunda Guerra Mundial a nuestros días*. (Estudi General 2, Edicions Universitat de Barcelona), Barcelona.

### **3.1. El impacto de la guerra en la vida de las familias de los soldados**

Un conflicto armado afecta a toda una sociedad en su conjunto, siendo los soldados y sus familiares los más afectados. El momento en el que un individuo se alista al frente, la vida de éste y su entorno más cercano resulta alterada. Emociones como el miedo y la incertidumbre quedan marcadas en todos ellos.

Primeramente, es importante destacar el impacto emocional. La incertidumbre sobre la seguridad del soldado genera estrés y ansiedad en las familias de éste. Sentimientos de culpabilidad y angustia se presentan en su vida y no desaparecen hasta que no ven regresar al soldado.

En segundo lugar, aparece el impacto financiero. Un conflicto bélico genera un desajuste en la economía del núcleo familiar del combatiente, ya que en gran parte de las familias el soldado es considerado el principal sustentador económico. Dentro de esto, se destacan otros roles como el cuidado de los hijos, éste es un factor importante, ya que puede generar que otros miembros de la familia no puedan trabajar debido a tener que encargarse de dos roles, cuando antes solo tenían uno. En respuesta a lo anteriormente explicado, se observa la existencia de asistencia financiera temporal para las familias, aunque debería ser acompañada de una mayor implicación por parte de los gobiernos y organizaciones, ya que en la mayoría de las ocasiones resulta insuficiente.

Por último, se encuentra el impacto en la salud mental de los más pequeños. Los niños comprenden y absorben todas las emociones vividas y experimentadas tanto en su propio cuerpo como en el de las personas que les rodean. Por ello, muchos pueden desencadenar sensaciones que nunca habían sentido con anterioridad, como pueden ser ansiedad, depresión, miedo e inseguridad, entre otras. Todo esto, genera cambios en el comportamiento habitual del niño que, de no ser tratados durante la infancia, podrían degenerar en trastornos en la adolescencia y la edad adulta.

### **3.2. Problemas de salud mental en los familiares de los soldados**

Una guerra genera problemas en la salud mental de todos los que la viven, pero especialmente afecta al círculo más cercano de un soldado, su familia. A continuación, se observan algunas investigaciones importantes al respecto.

En primer lugar, se encuentra el estudio realizado por el doctor Stephen Cozza, denominado “Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine”. En él se determina que el 17% de los descendientes de los combatientes de Estados Unidos destinados a países en guerra, presentaban alguno de los trastornos de salud mental más característicos. Los niños y adolescentes con un rango de edad entre 5 y 17 años mostraban conductas depresivas, raramente detectadas en individuos cuyos padres nunca habían participado en un conflicto bélico. Asimismo, se aprecia un incremento y evolución de los problemas de salud mental, es decir, mayor exposición al combate es sinónimo de mayor desarrollo del trastorno.

Se debe resaltar que una enfermedad no radica en el momento que se soluciona el acto que la causó. Toda enfermedad tiene un desencadenante, que, con el tiempo, si no es tratado, se desarrolla llegando a acompañar durante toda la vida al individuo que la padece.

En segundo lugar, se aprecia la investigación conocida como “Impact of Deployment on Mental Health in a Population-Based Military Cohort” (2017). En ella se examina en profundidad el impacto que genera el despliegue militar en la salud mental del entorno del combatiente. Tras el estudio se observó que los familiares con soldados desplegados desarrollan más trastornos que los que no estaban desplegados.

En tercer lugar, se halla el estudio “Psychiatric Disorders Among Spouses of active Duty Military Personnel” realizado por los investigadores Anthony F. Jorm, Xiaoying Sun y Michael P. Milgrom. Dicha investigación se centra en estudiar los trastornos psicológicos que presentan los cónyuges del personal militar en servicio activo. Los resultados mostraron que, al ser las personas más cercanas a los combatientes, son los que más sufren las consecuencias y por ello el impacto es mayor en comparación con el resto de la población.

El desarrollo de un trastorno mental se encuentra estrechamente vinculado con vivir experiencias traumáticas. Emociones como el miedo, la ira, la frustración o la ansiedad, se encuentran presentes en los individuos que lo experimentan de primera mano. Asimismo, no podemos olvidar a todas esas personas que se encuentran en la sombra y forman parte, directa o indirectamente, de la vida de un soldado. Ya que, pueden padecer traumasy trastornos relacionados con el combate, aunque no lo hayan experimentado ellos mismos.

### **3.3. Factores de riesgo y protección para la salud mental de los familiares de los soldados**

El servicio militar implica el enfrentamiento a una serie de riesgos y desafíos tanto para los soldados como para sus familias. El entorno más cercano de cada combatiente, en el cual se incluye a los cónyuges, hijos, padres y seres queridos, sufre una serie de factores que afectan a su salud mental. Por el contrario, existen factores que se encargan de proteger y ayudan a mitigar las adversidades producidas por una guerra.

Entre los factores de riesgo, encontramos la separación y ausencia, el trauma, la pérdida, el estrés y la carga emocional junto con la falta de apoyo social.

En primer lugar, aparece la separación y ausencia prolongada del soldado, debido a enfrentamientos o despliegues militares. La falta de contacto regular junto con la incertidumbre sobre la seguridad y el bienestar del combatiente puede generar trastornos como la ansiedad, el estrés o la depresión en su círculo más próximo.

En segundo lugar, se encuentra la carga y la pérdida. En dicho momento los familiares tienden a enfrentarse a situaciones de riesgo, ya que en la mayoría de los casos el soldado puede resultar herido o morir durante las misiones. Emociones como la culpa, el duelo o el shock son algunas de las respuestas emocionales más comunes relacionadas con la pérdida. Todo ello, genera un impacto significativo en la salud mental de los familiares.

En tercer lugar, aparecen el estrés y la carga emocional, aquí se observa que la vida militar no solo resulta estresante para los combatientes, ya que altera desde el primer momento la vida de su entorno cercano. Factores como la preocupación constante por la seguridad del soldado, puede generar agotamiento y estrés crónico en los familiares.

Por último, se encuentra la falta de apoyo social, donde el círculo próximo de los soldados<sup>31</sup> se enfrenta de forma continua a desafíos. Por eso es importante mantener una red de apoyo social debido a la distancia que les separa. La falta de conexión con el combatiente aumenta el aislamiento y los problemas de salud en los familiares de éste.

---

<sup>31</sup> Nuño, Ada. (15 de marzo de 2022). Los trastornos que desarrollaron los soldados que volvieron de la Gran Guerra. *El Confidencial*. [https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/202203-15/trastornos-desarrollaron-soldados-gran-guerra\\_3389956/](https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/202203-15/trastornos-desarrollaron-soldados-gran-guerra_3389956/)

A pesar de los numerosos factores de riesgo, se debe resaltar la existencia de los factores de protección. Estos pueden influir de forma positiva en la salud mental de los familiares. Entre ellos, se incluyen los siguientes:

Primeramente, se encuentra la comunicación y el apoyo emocional. Tener la posibilidad de mantener una comunicación efectiva y abierta entre el combatiente y su círculo cercano, es considerado como un factor de protección clave. Conseguir mantener canales abiertos de comunicación y utilizar canales como los correos electrónicos o las video llamadas, ayudan a los familiares a sentirse conectados y apoyados.

De forma secundaria, se encuentra el acceso a recursos militares y programas de apoyo. Estos son considerados como una fuente importante de protección en lo relacionado a la salud mental de los familiares de los soldados. Dichos recursos proporcionan orientación, apoyo emocional e información para ayudar a los familiares ante situaciones de estrés y ansiedad en relación con la vida militar.

En tercer lugar, poseer un apoyo social al margen de la vida militar. Durante el combate es importante estar rodeado, aunque sea a distancia, de personas a las que acudir en situaciones difíciles.

En cuarto lugar, se halla el autocuidado el cual es un factor de protección esencial. Dedicarse tiempo para cuidar de uno mismo, tanto emocional como físicamente, ayuda a los familiares y al combatiente a sentirse en equilibrio con la situación a la que se enfrentan.

Por último, habilidades como la resiliencia o la capacidad de hacer frente a las situaciones complejas y recuperarse de ellas, es uno de los factores clave para la salud mental de los combatientes.

#### 4. Soluciones a los problemas psicológicos y económicos de la guerra

La guerra es un fenómeno que genera efectos psicológicos y económicos de forma global. Dichos problemas requieren de soluciones prácticas y efectivas que mitiguen el gran impacto negativo que producen.

A la hora de hablar de soluciones se deben tener en cuenta dos factores: la prevención de conflictos y la atención a la salud mental.

Por un lado, se encuentra la prevención de conflictos. Ésta es denominada como una de las soluciones más efectivas en relación con los problemas económicos y psicológicos. Se refiere al temprano abordaje e identificación de los factores y causas de riesgo que generan el inicio de un conflicto bélico.<sup>32</sup>

Se definen como estrategias de prevención, las siguientes:

Promoción del diálogo intercultural. Ésta busca el fomento del respeto y comprensión entre religiones y culturas, promoviendo la tolerancia mutua entre comunidades, evitando así enfrentamientos relacionados con la religión o costumbres sociales.

Desarrollo social y económico. Éste contribuye a la reducción de la desigualdad y a una mayor prosperidad, ya que disminuye la tensión social existente y el descontento por parte de una o gran parte de la población.

Diplomacia y mediación. Son considerados como enfoques pacíficos ante la aparición de controversias entre las partes. La primera pretende establecer acuerdos y relaciones diplomáticas entre Estados o grupos en conflicto, mientras que la segunda implica la intervención de un tercero para neutralizar la situación en tensión.

Por otro lado, se aprecia la atención a la salud mental. Un conflicto bélico genera un impacto en todas las personas que lo viven. Por ello, se considera fundamental el abordaje de los problemas derivados de una guerra, donde sus posibles soluciones son las siguientes:

---

<sup>32</sup> Glick, R., & Taylor, A. M. (2010). Collateral damage: Trade disruption and the economic impact of war. *The Review of Economics and Statistics*, 92(1), 102-127.

Programas de apoyo social y psicológico. Durante estos programas, las personas afectadas son ayudadas a enfrentar el trauma y controlar los trastornos que desencadena. Incluyen actividades como terapia grupal e individual, actividades culturales y reintegración a la vida cotidiana.

Sensibilización y educación sobre la salud mental. Esto ayuda a reducir el estigma asociado a determinados trastornos y promover la búsqueda de ayuda de profesionales. Es importante educar y normalizar las enfermedades mentales, para así poder tratar de manera temprana y por tanto más eficaz, las mismas.

Acceso a servicios de salud mental. Poseer un acceso fácil a tratamientos o terapias al regresar de combate, ayuda a los soldados a aceptar y asimilar su nueva vida y cómo enfrentarse a ella, tras los traumas vividos.

Reconstrucción económica posconflicto. Un conflicto armado genera un gran deterioro en la economía de las zonas afectadas junto con la de la región. Todo ello, genera un impacto duradero en la población y el mercado, por lo que reconstruir infraestructuras, como carreteras, puentes, hospitales puede mejorar el funcionamiento de la comunidad y restablecer la normalidad en el territorio.

Apoyo a la hora de generar ingresos. La mayoría de los combatientes pierden sus trabajos al acudir al frente. Por ello, se debe brindar posibilidades y ayudas para generar ingresos, así como dar posibilidad de pedir microcréditos y capacitaciones laborales, para reconstruir de nuevo las vidas que perdieron al alistarse<sup>33</sup>.

---

<sup>33</sup> Oficina Internacional de Trabajo de Ginebra. *MANUAL SOBRE OPORTUNIDADES de FORMACION Y EMPLEO PARA EXCOMBATIENTES* Oficina Internacional Del Trabajo Ginebra. 2002.

#### **4.1. Intervenciones psicológicas para los soldados**

La exposición a situaciones traumáticas, las lesiones y la distancia con sus seres queridos, generan problemas de salud en los soldados.

Para llevar a cabo el abordaje de dichos problemas, es importante resaltar la existencia de intervenciones específicas diseñadas para ayudar a los soldados a superar y enfrentar los desafíos mentales que han padecido durante y después del servicio militar. Entre las intervenciones psicológicas más frecuentes, se observan las siguientes:

En primer lugar, se aprecia la terapia cognitivo-conductual. Ésta se centra en ayudar a los soldados a cambiar sus pensamientos y erradicar los patrones que los llevan a pensamientos destructivos y negativos. Puede ayudar a los combatientes a crear habilidades efectivas que mejoren su resiliencia y reduzcan los síntomas de estrés u otros trastornos.

En segundo lugar, se halla la terapia de exposición. Dicho tratamiento se encarga de enfrentar de forma segura los recuerdos que generan el trauma, para así poder sanarlos desde dentro. Esto ayuda a los soldados a superar y procesar sus pensamientos, reduciendo la sensación de angustia y dolor.

En tercer lugar, la terapia de grupo. Es una intervención que resulta beneficiosa a la hora de sentirse arropado y entendido por las personas que lo escuchan, ya que en la mayoría de los casos los grupos están formados por individuos con vivencias en común. Durante la terapia, los combatientes pueden procesar y recibir apoyo por parte de sus compañeros, lo que les hace ser más valientes a la hora de enfrentarse a lo que sienten.

En cuarto lugar, la terapia familiar y de pareja. Formar parte de un grupo militar genera cambios en el entorno cercano del individuo que se alista. Por ello, los familiares y amigos pueden resultar dañados por la elección del soldado. Por lo que se considera de vital importancia que ambos se adentren en sesiones donde tomen consciencia de cómo su vida va a cambiar, ya que una persona de su entorno va a estar expuesto a situaciones de riesgo.

Por último, los programas de prevención y promoción de la salud mental. A parte de tratar los problemas generados por la guerra, también es importante destacar la importancia de preparar física y emocionalmente al individuo para poder vivir la experiencia de la forma menos dolorosa posible.

En conclusión, intervenir psicológicamente es una de las partes más importantes en cuanto a tratar y prevenir los problemas de salud mental en los combatientes. Estas ayudan al soldado y a su entorno, mejorando el bienestar de ambos.

#### **4.2. Atención y apoyo psicosocial para los familiares de los soldados**

Formar parte del servicio militar afecta tanto a los soldados como a sus familias. Al hablar de familia, se hace referencia a los padres, hermanos, cónyuges, hijos y otros seres queridos. Todos ellos, se enfrentan a desafíos psicosociales y emocionales desde el momento en el que el soldado se alista. Debido a esto, se considera esencial brindar apoyo y atención psicológica para promover su bienestar mental y emocional.

En cuanto al apoyo y la atención psicosocial, se debe resaltar que ésta se puede ofrecer de distintas formas y en diferentes momentos, ya que cada individuo lo necesita a su debido tiempo. Respecto a las intervenciones más comunes, destacan las siguientes:

Apoyo emocional. Dotar a las familias de un lugar seguro para expresar sus emociones<sup>34</sup>. Esto se logra a través de terapia individual o grupal, donde los miembros de la familia pueden hablar sobre sus problemas y recibir apoyo emocional profesional de la salud mental o de otras familias que están pasando por situaciones similares.

Programa de información y educación. Brindar información y educación al personal militar sobre el proceso de despliegue, los recursos disponibles y las estrategias de afrontamiento lo ayudará a comprender mejor lo que está por venir y lo preparará emocional y mentalmente. Esto puede incluir sesiones de instrucción, documentos, videos u otros recursos educativos.

Redes de apoyo social: Facilitar el establecimiento de redes de apoyo social para las familias de los soldados puede ser beneficioso. Esto puede incluir conectarse con otras familias a través de grupos de apoyo, actividades sociales y comunidades en línea para compartir experiencias, obtener consejos y apoyarse mutuamente. Esto también puede incluir la creación de redes con otros recursos de la comunidad, como organizaciones sin fines de lucro, iglesias y servicios de asesoramiento.

---

<sup>34</sup> Rosenwein, Barbara H. (2010). Problems and Methods in the History of Emotions. *Passions in Context* 1, (1): 1-33.

**Habilidades de afrontamiento:** Enseñar a las familias militares habilidades de afrontamiento efectivas puede ayudarlos a controlar el estrés y la ansiedad asociados con el frente. Estos incluyen técnicas de relajación, estrategias de comunicación efectivas, gestión del tiempo, resolución de problemas y más. Estas habilidades ayudan a las familias a ser más resistentes a los desafíos emocionales y psicosociales.

**Atención posterior al despliegue:** cuando los soldados regresan del servicio activo, las familias pueden enfrentar nuevos desafíos emocionales y de adaptación. La atención y el apoyo psicosocial posterior al despliegue pueden incluir evaluaciones de salud mental, sesiones de terapia individuales o grupales y asistencia para la reintegración del soldado a la vida familiar y comunitaria.

La atención psicosocial y el apoyo a las familias de los soldados son esenciales para que los soldados puedan hacer frente a los desafíos emocionales y psicosociales que conlleva el servicio militar. Los Programas de información y educación, el apoyo emocional, la creación de redes de apoyo social, el desarrollo de habilidades de afrontamiento, la atención posterior al despliegue, los programas de autocuidado, las intervenciones en crisis, los recursos financieros y la promoción de la resiliencia son algunas de las intervenciones importantes que se pueden ofrecer a las familias del soldado. Estos programas ayudan a fortalecer la salud emocional y mental de las familias, promueven una adaptación saludable a los desafíos del servicio militar y mejoran la calidad de vida general de las familias militares. Es importante reconocer y valorar el papel fundamental que desempeñan las familias de militares y garantizar que reciban el apoyo adecuado que merecen.

### **4.3. Ayudas económicas y recursos para las familias de los soldados**

Las familias de los soldados, incluidos cónyuges, hijos, padres y otros dependientes, se enfrentan a desafíos emocionales, psicosociales y económicos mientras sus seres queridos están en servicio. La dispersión, las preocupaciones sobre la seguridad y el bienestar de los soldados y la adaptación a las cambiantes relaciones familiares pueden causar dificultades económicas a las familias de los soldados. Por lo tanto, es importante que las familias de militares tengan acceso a asistencia financiera y recursos para apoyar a sus seres queridos durante el servicio militar. Este artículo analiza parte de la asistencia financiera y los recursos disponibles para las familias de los soldados.

**Asistencia financiera durante el servicio militar:**

Durante el servicio militar, la familia de un soldado puede enfrentar dificultades financieras debido a la separación, cambios en los ingresos del hogar y responsabilidades

adicionales impuestas a los cónyuges y otros miembros de la familia. familia. Afortunadamente, las familias de los soldados reciben una variedad de beneficios financieros, que incluyen:

**Subsidio de vivienda:** Los soldados en servicio activo y sus familias pueden ser elegibles para un subsidio de vivienda conocido como "subsidio de vivienda militar" o "espacio vital". Esta subvención está destinada a ayudar a cubrir los costos de vivienda de los soldados y sus familias fuera de las instalaciones militares.

**Seguro de vida y discapacidad:** los soldados en servicio activo a menudo pueden comprar un seguro de vida y discapacidad a través del Departamento de Defensa. Este seguro puede brindar protección financiera adicional a los dependientes de un soldado en caso de muerte o discapacidad del soldado.

**Asistencia financiera de emergencia:** las familias de los soldados pueden enfrentar emergencias durante el servicio militar, como enfermedades, lesiones o crisis familiares. Los programas de asistencia financiera de emergencia a menudo están disponibles a través del número de organizaciones militares como la Cruz Roja Americana y el Fondo de Ayuda de las Fuerzas Armadas. Podemos proporcionar asistencia financiera temporal en situaciones de crisis.

**Asistencia para el cuidado de niños:** los familiares de soldados que atraviesan dificultades financieras pueden tener acceso a programas de asistencia para el cuidado de niños. Por ejemplo, el Departamento de Defensa ofrece un Programa de Asistencia para el Cuidado de Niños que proporciona subsidios para el cuidado de niños en instalaciones autorizadas o en el hogar.

**Recursos de apoyo para las familias de los soldados:** además de la asistencia financiera, hay una variedad de recursos de apoyo disponibles para las familias de los soldados para ayudarlos a enfrentar los desafíos emocionales, psicosociales y financieros asociados con el servicio militar. Estos Recursos incluyen:

**Servicios de Apoyo Familiar:** El Ejército tiene un Programa de Apoyo Familiar especializado que proporciona una amplia gama de servicios y recursos a las familias de los soldados. Conducidos a menudo por profesionales capacitados en trabajo social, psicología u otras especialidades, estos programas brindan asesoramiento, orientación y asesoramiento para ayudar a las familias a enfrentar los desafíos emocionales y psicosociales asociados con el servicio militar, pueden ofrecer talleres educativos, grupos de apoyo y otros servicios.

**Organizaciones sin fines de lucro:** También hay una serie de organizaciones sin fines de lucro dedicadas a ayudar a las familias de los soldados. Por ejemplo, la

Asociación Nacional de Familias de Militares ofrece una amplia gama de programas y servicios para familias de militares, incluidos asesoramiento, asistencia educativa, asistencia financiera de emergencia y programas de salud. Otras organizaciones, como la Asociación de Cónyuges de Militares y la Liga de Padres de Militares, también brindan recursos especiales y apoyo para cónyuges, padres y otros familiares de soldados.

**Programas de empleo y educación:** muchas familias de soldados pueden enfrentar dificultades financieras ya que necesitan encontrar trabajo y acceder a oportunidades educativas durante el servicio militar. Por esta razón, existen programas de empleo y educación para las familias de los soldados que pueden ayudar a los soldados a encontrar trabajo, mejorar sus habilidades laborales, recibir capacitación vocacional o acceder a oportunidades educativas a través de becas y subvenciones.

**Redes de apoyo comunitario:** las comunidades locales también pueden ser un recurso importante para las familias de militares. Muchas Comunidades han establecido redes de apoyo, como grupos de apoyo para cónyuges y familias de militares, programas comunitarios y otras iniciativas que brindan apoyo emocional y práctico a las familias de los miembros del servicio.

En resumen, las familias de los soldados enfrentan desafíos emocionales, psicosociales y económicos durante el servicio militar de sus seres queridos. Tener acceso a asistencia financiera y recursos de apoyo que puedan ayudar a enfrentar estos desafíos es fundamental. La asistencia financiera, como la asistencia para la vivienda, el seguro de vida, el seguro por discapacidad, la asistencia financiera de emergencia y los programas de cuidado de niños, pueden ayudarlo a obtener el apoyo financiero que necesita. Además, los recursos de apoyo como los programas de apoyo familiar, las organizaciones sin fines de lucro, los programas de educación y empleo y las redes de apoyo comunitario también son valiosos para brindar apoyo moral y práctico a las familias de los soldados. Es fundamental que los gobiernos, las fuerzas armadas y las comunidades continúen brindando estos recursos y apoyo financiero para apoyar a las familias del personal militar durante y después del servicio militar.

## 5. Impacto de la guerra a nivel internacional

Las guerras generan repercusión en ámbitos como la política, la economía o la sociedad, creando un impacto global.

En primer lugar, destacan las consecuencias económicas. Un conflicto bélico genera un coste económico alto para los países involucrados y para la sociedad internacional. La destrucción de infraestructuras, los gastos militares, el desplazamiento de población y la continua pérdida de vidas humanas da lugar a un impacto directo en la economía. Asimismo, los gastos destinados a la guerra representan una carga significativa para el presupuesto gubernamental establecido, lo que suele provocar deudas excesivas y una disminución de inversión en áreas como la sanidad, la educación y la infraestructura básica.<sup>35</sup>

Además, la destrucción de la infraestructura económica, como carreteras, puentes y puertos, puede tener efectos a largo plazo en la capacidad de un país para desarrollarse económicamente. La migración forzada de poblaciones enteras debido a la guerra puede provocar la pérdida de capital humano y la destrucción de comunidades, y puede afectar la capacidad productiva de un país durante años o décadas.

Por un lado, se observa el impacto social. La guerra tiene un impacto devastador en la vida de las personas y comunidades afectadas. La violencia, la pérdida de vidas, el desplazamiento forzado, los abusos contra los derechos humanos y la destrucción de la infraestructura social, como hospitales y escuelas, tienen graves consecuencias sociales. Las comunidades pueden enfrentar la pérdida de familiares, amigos y seres queridos, lo que puede causar un trauma emocional y psicológico duradero. La guerra también puede afectar negativamente a la educación, la salud y el bienestar de las personas, especialmente de los más vulnerables, como los niños, las mujeres y los ancianos. La falta de acceso a servicios básicos como atención médica, educación y vivienda puede conducir a una mala calidad de vida y perpetuar el ciclo de la pobreza<sup>36</sup>.

Por otro lado, se aprecia la influencia política. La guerra puede afectar seriamente la estabilidad política y la gobernabilidad de un país. Los conflictos armados a menudo

---

<sup>35</sup> Minhas, S., & Radford, B. J. (2016). *Enemy at the Gates: Variation in Economic Growth from Civil Conflict*. *Journal of Conflict Resolution*.

<sup>36</sup> Clapham, Andrew. *Obligaciones Dimanantes de Los Derechos Humanos Para Los Actores No Estatales En Situaciones de Conflicto*. 2006.  
[https://www.icrc.org/es/doc/assets/files/other/irr\\_863\\_clapham.pdf](https://www.icrc.org/es/doc/assets/files/other/irr_863_clapham.pdf)

provocan divisiones políticas y sociales y pueden socavar o incluso derrocar a gobiernos legítimos. La guerra también puede causar corrupción, impunidad y abuso de poder, todo lo cual puede afectar seriamente la capacidad de un país para construir instituciones políticas ilegales sólidas y mantener el estado de derecho. Además, la guerra afecta las relaciones internacionales y puede generar tensiones diplomáticas y conflictos entre naciones. Los conflictos armados también pueden tener efectos secundarios en la seguridad regional.

### **5.1. Efectos de la guerra en la salud mental de la población**

La guerra es una de las formas más extremas de violencia que una sociedad puede experimentar. El conflicto armado no solo provoca daños físicos y materiales, sino que también tiene un grave impacto en la salud mental de las personas. La violencia, el miedo, la ansiedad, el dolor y la pérdida son algunos de los factores que contribuyen a los problemas de salud mental entre civiles y combatientes. El propósito de este estudio es investigar el impacto de la guerra en la salud mental de la población, incluidos los trastornos mentales comunes, la violencia sexual y la necesidad de atención psicológica en el conflicto armado.

Efectos de la guerra en la salud mental de las personas:

La guerra puede tener un efecto devastador en la salud mental de las personas. Los estudios han demostrado que los conflictos armados aumentan la incidencia de trastornos psiquiátricos como el trastorno de estrés postraumático (TEPT), la depresión, la ansiedad y el trastorno bipolar. Los civiles que viven en zonas de combate están expuestos a situaciones de violencia, terror y terrorismo que pueden derivar en trastornos mentales. Por otro lado, los combatientes también pueden experimentar problemas psicológicos debido al estrés del combate, el aislamiento social y el miedo a la muerte. Además, la violencia sexual es un problema grave en los conflictos armados y puede tener efectos<sup>37</sup> devastadores en la salud mental de las víctimas. La violación, el acoso sexual y otras formas de violencia sexual son comunes en la guerra, y las mujeres y los niños son los más vulnerables. Las víctimas de violencia sexual pueden sufrir trastornos de ansiedad, depresión, trastorno de estrés postraumático y otros problemas de salud mental. Necesidad de atención psicológica en conflicto armado:

---

<sup>37</sup> Martín Moya, L. (2020). El desastre psicológico de la guerra. *La mente Es Maravillosa*. <https://lamenteesmaravillosa.com/el-desastre-psicologico-de-la-guerra/>

Es importante que las personas afectadas por la guerra tengan acceso a los servicios de salud mental. Sin embargo, en muchos conflictos armados, el apoyo psicológico es limitado o inexistente. Los gobiernos y las organizaciones internacionales deben priorizar el apoyo psicológico en los conflictos armados para garantizar que las personas afectadas tengan acceso a los servicios que necesitan. Además, los servicios de apoyo psicológico deben ser culturalmente apropiados y adaptados a las necesidades específicas de los afectados. En algunos casos, el estigma contra los trastornos mentales<sup>38</sup> puede ser una barrera para el acceso a los servicios de salud mental. Por lo tanto, es importante que los servicios de apoyo psicológico estén disponibles en un entorno seguro y confidencial.

Hay varios estudios que describen lo anteriormente comentado, entre el que destaca el siguiente:

En primer lugar, se halla el artículo académico de la doctora Hind Khalifeh.<sup>39</sup> En él se realizó una investigación conocida como “Los efectos de la guerra en los civiles que viven en el Medio Oriente: una revisión de salud mental”. Este estudio revisa la literatura existente sobre los efectos de la guerra en la salud mental de los civiles en el Medio Oriente. Los autores enfatizan la importancia de analizar el impacto psicológico y emocional del conflicto armado en la población civil, especialmente en regiones que han experimentado altos niveles de violencia y guerra durante décadas.

Esta investigación es relevante para la situación actual en el Medio Oriente, donde el conflicto armado continúa teniendo un impacto devastador en la población civil. Los autores dicen que, aunque algunos estudios han investigado los efectos de la guerra en la salud, el doctor Khalifeh dedica dicho trabajo a la magnitud de estos efectos y la eficacia de las intervenciones psicológicas para abordar estos problemas quedan por dilucidar. También se incluye un estudio de Medio Oriente que evaluó el impacto de la guerra en la salud mental de los civiles. Los autores encontraron que la violencia, el miedo y la inseguridad que caracterizan los conflictos armados tienen un impacto significativo en la salud mental de los civiles. Los resultados sugieren que las personas que viven en zonas de combate tienen más probabilidades de desarrollar trastornos psiquiátricos<sup>40</sup> como depresión, ansiedad y trastorno de estrés postraumático (TEPT). Además, el estudio destaca que los niños son particularmente vulnerables, ya que la exposición a la violencia puede tener efectos duraderos en su salud mental y bienestar. La falta de servicios de salud mental adecuados también es un problema importante en la región, que deja a muchas

---

<sup>38</sup> Kelland, Kate. (12 de junio de 2019). Depresión, ansiedad y esquizofrenia: la guerra ataca la mente de una de cada cinco personas. *Reuters*

<sup>39</sup> Khalifeh, Hind. [En él se realizó una investigación conocida como] *Los efectos de la guerra en los civiles que viven en el Medio Oriente: una revisión de salud mental*.

<sup>40</sup> Peiró, Patricia. (12 de junio de 2019). La guerra: una máquina de fabricar trastornos mentales. *El País*. [https://elpais.com/elpais/2019/06/11/planeta\\_futuro/1560265799\\_171572.html](https://elpais.com/elpais/2019/06/11/planeta_futuro/1560265799_171572.html)

personas sin el tratamiento que necesitan para hacer frente a sus problemas de salud mental.<sup>41</sup>

En resumen, el estudio de Khalifeh enfatizó con la importancia de reconocer el impacto psicológico del conflicto armado en la población civil, especialmente en regiones como Medio Oriente, que han experimentado altos niveles de violencia y guerra durante décadas.

Los resultados de las revisiones sistemáticas sugieren que la exposición a la violencia en situaciones de conflicto está asociada con un mayor riesgo de trastornos mentales, lo que destaca la necesidad de una atención psicológica adecuada y accesible para manejar estos problemas.

## **5.2. Impacto económico sobre la atención y el tratamiento de los problemas de salud mental relacionados con la guerra**

El impacto económico del tratamiento y la atención de los problemas de salud mental vinculados a la guerra ha sido objeto de varias investigaciones, cuyos hallazgos han sido los siguientes:

Primeramente, se encuentran los costes directos de atención médica. El tratamiento de los problemas de salud relacionados con los conflictos bélicos incluye consultas médicas, medicamentos, hospitalización y terapia. Dichos costes resultan significativos principalmente en áreas donde existe un alto número de veteranos o personas afectadas por la guerra.

Secundariamente, se hallan los costes indirectos. Las enfermedades generadas durante o después del combate tienen un impacto significativo en la economía de forma indirecta, como por ejemplo la discapacidad, la pérdida de productividad laboral o el desempleo.<sup>42</sup>

En tercer lugar, se aprecia el impacto en el sistema de salud. Los problemas relacionados con la guerra ejercen presión sobre el sistema de salud, en lo que a término de recursos y capacidad se refiere. La continua demanda de servicios de salud mental

---

<sup>41</sup> Hoppen, TH., Morina, N. (2019) The prevalence of PTSD and major depression in the global population of adult war survivors: a meta-analytically informed estimate in absolute numbers. *Eur J Psychotraumatol*, 1(10).

<sup>42</sup> Azcona, José Manuel. (2005). *Historia del Mundo Actual. Ámbito sociopolítico, estructura económica y relaciones internacionales*. Madrid, Universitas.

requiere de una apta contratación y capacitación de profesionales del sector, lo que puede llegar a colapsar parte del sistema.

En cuarto lugar, se distinguen las consecuencias a largo plazo. Una vez que sucede un conflicto armado, éste altera la situación del lugar y las personas que se ven involucradas en él de forma prolongada. Por lo que, situaciones como desarrollar una discapacidad, afecta a largo plazo a la hora de buscar un empleo o volver a realizar con normalidad las acciones cotidianas.

### **5.3. El papel de los gobiernos y organizaciones internacionales en la solución de los problemas de salud mental en tiempos de guerra**

Las organizaciones internacionales y los gobiernos desempeñan un rol crucial en la implementación y provisión de las políticas que abordan las consecuencias<sup>43</sup> de una guerra.

En primer lugar, se deben destacar las estrategias que lleva a cabo una entidad gubernamental en tiempos de guerra.

Cuando un gobierno se encuentra en un conflicto armado, ya sea porque lo sufre de primera mano en su país o de forma secundaria al tener que ir a otro país a combatir, tiene que tomar decisiones estratégicas que protejan sus intereses nacionales y sociales.

Entre las acciones primordiales que un gobierno debe tomar se encuentran:

- Una correcta evaluación de la amenaza, ya que antes de iniciar cualquier movimiento se debe ejecutar una exhaustiva evaluación sobre la ésta y comprender cuál es la naturaleza del conflicto. Por lo que, es necesario un análisis en lo referente a las intenciones del enemigo y sus capacidades de ataque.

- La preparación y movilización de recursos, es fundamental ya que en caso de un conflicto armado es necesario encontrarse en un continuo proceso de expansión y fortalecimiento de las fuerzas armadas del país, así como establecer planes de contingencia en cuanto a lo que proteger infraestructuras y patrimonio se refiere.

- Poseer estrategias y objetivos claros, genera una buena cohesión entre el gobierno y los soldados, ya que les ayuda a hacer frente de manera efectiva los ataques previstos e imprevistos.

---

<sup>43</sup> Sánchez Menchero, Mauricio. (2017). Las consecuencias de la guerra en las emociones y la salud mental. Una historia de la psicopatología y medicalización en los frentes bélicos de Occidente (1914-1975). *Revista de Estudios Sociales*.

- La comunicación y la gestión de la opinión pública, debe ser estudiada para ser denominada transparente y ser considerados así en la esfera internacional como un organismo respetable.

- La protección de los derechos humanos junto con el estado de derecho es uno de los factores más importantes a destacar debido a que un gobierno siempre debe proteger a sus soldados y mediar porque éstos no comentan o se les cometan ningún tipo de abuso.

- La planificación de la posguerra. Es primordial que desde el primer momento se inicie un planteamiento ante todos los problemas que puede generar un conflicto de este tipo, tanto a los soldados y sus familiares, como al país al que van a combatir.

En lo que respecta a este trabajo, es importante resaltar qué medidas de apoyo toma un gobierno para sus soldados tras el combate. Después de un conflicto armado, los combatientes que han estado expuestos a situaciones de violencia extrema pueden presentar grandes desafíos en lo que a sus capacidades físicas y emocionales<sup>44</sup> se refiere. Entre las medidas más destacadas se observan las siguientes:

- Atención médica y rehabilitación. Un gobierno está obligado a garantizar una correcta adaptación del soldado a su país de origen, donde pueda realizar en mayor parte todas las tareas que realizaba antes de alistarse. Por ello, las entidades gubernamentales aumentan la creación de hospitales y clínicas especializadas para este tipo de pacientes, garantizando así una buena adaptación al medio.

- Compensación económica. Los soldados y sus familias reciben una serie de beneficios en relación con el servicio y las lesiones sufridas, si diese el caso, del soldado. Los gobiernos tienen la obligación de llevar a cabo la creación de sistemas justos y fuertes que proporcionen pensiones a todos los involucrados. Todo ello, unido a la implementación de programas de reinserción educativa y laboral para facilitar una rápida incorporación a la vida civil.

- Ayuda psicológica. Los combatientes sufren severos trastornos vinculados a su participación directa en la guerra. Las instituciones gubernamentales tienen que invertir una parte del presupuesto establecido para la guerra en los servicios de salud que serán utilizados durante y después de la guerra.

- Conmemoración y reconocimiento. Es importante que los combatientes sean valorados, debido al gran esfuerzo que han realizado de forma voluntaria por su país y sus habitantes. Se deben organizar eventos donde éstos se sientan admirados y valorados, para que así sientan que lo que sufrieron en la guerra le importa al resto de personas.

Acorde con el estudio de este trabajo, se deben resaltar algunos de los países con programas de veteranos más exitosos del mundo. Aun así, internamente presentan varios

---

<sup>44</sup> Tomas, Consuelo. (2 de marzo de 2022). Consecuencias Emocionales De La Guerra. Centro Psicológico Consuelo Tomás. <https://tratamientospsicologicos.es/consecuencias-emocionalesde-la-guerra/>

puntos negativos, ya que no están preparados para todos los efectos desgarradores que provoca la guerra en las personas. Estos son los siguientes:

1. Estados Unidos. Posee el Departamento de Asuntos de Veteranos<sup>45</sup>, el cual se encarga de proporcionar una amplia gama de beneficios y servicios para los veteranos, donde se incluye una atención médica de calidad, programas de rehabilitación, reinserción laboral, educación y vivienda, entre otros.
2. Reino Unido. El país anglosajón ofrece un sólido apoyo a los soldados y veteranos a través del programa ejecutado por el Ministerio de Defensa y el Servicio de pensiones de las fuerzas Armadas<sup>46</sup>. Éste proporciona servicios como
3. Canadá. Esta nación posee el programa Veterans Affairs Canada<sup>47</sup>, donde se brinda apoyo y servicios a veteranos canadienses, en él se incluyen: compensación económica, vivienda, programas educativos, rehabilitación y atención médica.
4. Australia. Posee el Departamento de Asuntos de Veteranos de Australia<sup>48</sup>, en donde se proporciona una amplia variedad de servicios y beneficios para los soldados, donde se incluyen compensación, rehabilitación, apoyo social y atención médica.
5. Alemania. El país europeo tiene el Ministerio Federal de Defensa de Alemania<sup>49</sup> con el que brindan apoyo social y atención médica a los veteranos, junto con programas de rehabilitación y apoyo especializados.

Al igual que las Instituciones Gubernamentales, las Organizaciones Internacionales tienen un rol importante en lo que a la prevención y ejecución de derechos dentro de una guerra se refiere.

---

<sup>45</sup> U.S. Department of Veterans Affairs. (2018). How Common is PTSD in Veterans. *PTSD: National Center for PTSD*.  
[https://www.ptsd.va.gov/understand/common/common\\_veterans.asp](https://www.ptsd.va.gov/understand/common/common_veterans.asp)

<sup>46</sup> Veterans Affairs United Kingdom. "Office for Veterans' Affairs." *GOV.UK*,  
[www.gov.uk/government/organisations/office-for-veterans-affairs](http://www.gov.uk/government/organisations/office-for-veterans-affairs).

<sup>47</sup> Veterans Affairs Canada. "Home - Veterans Affairs Canada." *Veterans.gc.ca*, 2019,  
[www.veterans.gc.ca/eng](http://www.veterans.gc.ca/eng).

<sup>48</sup> Veterans Affairs Australia. "Department of Veterans' Affairs." *Dva.gov.au*, 2019,  
[www.dva.gov.au/](http://www.dva.gov.au/).

<sup>49</sup> Ministerio Federal Defensa de Alemania. "CIDOB - Ministerio Federal de Defensa de Alemania." *CIDOB*, 2022,  
[www.cidob.org/biografias\\_lideres\\_politicos/europa/alemania/boris\\_pistorius/ministerio\\_federal\\_de\\_defensa\\_de\\_alemania](http://www.cidob.org/biografias_lideres_politicos/europa/alemania/boris_pistorius/ministerio_federal_de_defensa_de_alemania). Accessed 25 Sept. 2023.

Desde el final de la Segunda Guerra Mundial, las Naciones Unidas iniciaron su labor con la prioridad de mantener la paz y seguridad internacional. Dicho objetivo ha intentado durante años prevenir los conflictos y llegar a acuerdos con las partes implicadas<sup>50</sup>.

En los últimos años, la salud mental de los soldados y veteranos de guerra ha sido considerada como un tema importante para la comunidad internacional, especialmente para la ONU<sup>51</sup>. Existen varias medidas ejecutadas por la organización entre las que se distinguen las siguientes:

1. Resolución de la Asamblea General de las Naciones Unidas. Ésta ha adoptado resoluciones y declaraciones sobre los trastornos mentales padecidos por los soldados y veteranos. En ellas, se han resaltado los desafíos a los que éstos se enfrentan para así poder mejorar su protección.
2. Sensibilización y prevención. Se han llevado a cabo campañas para reducir el estigma social sobre las enfermedades mentales y fomentar la búsqueda de ayuda profesional.
3. Mejora los servicios de salud. Se ha abogado por una mejora en los servicios que se brindan a los soldados, así como aumentar la disponibilidad de apoyo psicosocial y psicológico.
4. Monitoreo y evaluación. Se ha resaltado la importancia de controlar a los veteranos en las etapas posteriores al combate para así poder tener análisis clínicos certeros y poder brindarles su ayuda en el que caso necesario.
5. Colaboración y cooperación internacional. Se han promovido medidas internacionales donde todos los estados o en su mayor parte deben crear ayudas que beneficien a sus soldados.

A pesar de las políticas y medidas ejecutadas o planteadas por ambas instituciones, numerosas investigaciones desembocan en un punto común: Nadie está preparado para ir la guerra. La mayoría de las directrices están desarrolladas por personas que están lejos de la línea de combate, lo que dificulta conocer de primera mano las necesidades de un combatiente y su familia. A pesar de ello, son varias las medidas que crean los gobiernos

---

<sup>50</sup> Deployed Military Medical Personnel: Impact of Combat and Healthcare Trauma Exposure. *Mil Med*, 133-42.

<sup>51</sup> ACNUR. “Declaración Ante El Consejo de Seguridad de Las Naciones Unidas.” *ACNUR*, 2022, <https://www.acnur.org/publicaciones/declaracion-ante-el-consejo-de-seguridad-de-las-naciones-unidas>

para así conseguir una fácil y rápida adaptación a su entorno, por lo que poseen un papel clave y necesario a resaltar.

### III. CONCLUSIONES

La guerra y la salud mental son dos términos que no presentan ninguna relación aparente, pero se encuentran estrechamente relacionados. La guerra es definida por el Derecho Internacional Humanitario como un “Enfrentamiento armado prolongado entre fuerzas armadas gubernamentales y uno o más grupos armados, o entre tales grupos en el territorio de un Estado”. Mientras que la salud mental es definida por la Organización Mundial de la Salud como “Un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y puede aportar algo a su comunidad”.

En la actualidad hay registrados unos 20 millones de soldados. Al mismo tiempo, que existen 57 conflictos armados activos.

Ser soldado, es algo que puedes elegir o no, dependiendo del lugar donde naces. Hay países donde ser soldado es una salida para un futuro mejor, mientras que en otros es una condena. Hay combatientes jóvenes que no llegan a la minoría de edad y otros que estudian largas carreras para llegar a optar por un buen puesto en las fuerzas armadas de su país. Pero si algo tienen en común es que ambos, ven pasar la muerte por sus propios ojos.

La Segunda Guerra Mundial, mostró los devastadores efectos que genera un conflicto armado en el ser humano y su comunidad. A pesar de ello, se han seguido presenciado numerosos conflictos, y la palabra guerra sigue siendo muy utilizada entre líderes internacionales actuales.

Una mente sana es lo que hace que un ser humano consiga tener una vida plena y en equilibrio. En los últimos años, hemos visto crecer los diagnósticos de trastornos de ansiedad, estrés y depresión. Es cierto, que todas las personas pueden sufrir episodios en ciertos momentos de su vida debido a situaciones determinadas, pero desarrollar un trastorno requiere de una serie de acontecimientos traumáticos y de difícil comprensión para el cerebro.

Las investigaciones muestran como el mayor número de diagnósticos de estos trastornos es asignado a veteranos de guerra. Ya que, a pesar de que existe una extensa preparación psicológica para desplazarse a un área de combate, ésta no suele ser suficiente. Lo que si se sabe, es que un soldado es consciente de como va a la guerra, pero nunca de como volverá.

De repente todo su entorno resulta alterado, ya que se desplaza hacia un lugar cultural y climatológicamente diferente. Además, se ve apartado de sus familiares y amigos, lo que dificulta aún más la adaptación. Experimenta situaciones que no puede retransmitir ni comentar con nadie que esté fuera de su misión. Durante meses, ven, oyen y callan, cosas que el cuerpo humano no está preparado para digerir.

En el momento en el que regresan a sus hogares ya no son los mismos, al igual que sus familiares y amigos. Ya que, muchas misiones duran años y hacen que las personas que se quedaron hayan cambiado completamente sus vidas, pareciendo extraños. Todo ello, altera el comportamiento del soldado, ya que muchas de las cosas que le hacían sentirse a salvo han dejado de existir. Al mismo tiempo, empieza el cambio en su personalidad, ya que todo lo que su mente ha guardado durante meses o años en situación de supervivencia, es expulsado cuando se encuentra en un lugar seguro. Es ahí donde las pesadillas, la depresión, la ansiedad y el estrés invaden al veterano. Los familiares, se convierten en un cuidador dejando al margen sus trabajos para poder acatar dicho rol. En definitiva, la salud mental de un soldado y sus familiares se ve alterada desde el momento en el que éste decide alistarse.

Por otro lado, los efectos económicos que genera un conflicto armado tienen un impacto significativo en el panorama internacional y en todos los individuos en su conjunto. En resumen, las familias, ven reducido su salario y tienen que acomodarse a ayudas o varios trabajos para poder seguir viviendo como hasta cuando el soldado decidió alistarse. Por otro lado, los lugares en guerra quedan destruidos, lo que genera una pérdida de empleo y de nueva financiación. Asimismo, se debe destacar el estancamiento que produce en el país que la sufre, pero también en los que se encuentran vinculados a éste de una u otra manera. En lo que refiere a la economía se vive un verdadero efecto mariposa, a veces no se ve el cambio de forma rápida pero siempre llega y el impacto perdura durante varias generaciones.

Las relaciones internacionales nacieron para mediar y conectar a los Estados. Organizaciones Internacionales como la ONU establecieron su labor de mantener y garantizar la paz y seguridad internacional. A veces, las instituciones gubernamentales acceden a guerras que no batallan ellos. Muchos, invierten cantidades ingentes de dinero en armamento y en ministerios de defensa, pero pocas veces se preocupan de los daños que ocasiona esto en su población. Se debe resaltar, que existen ayudas y tratamientos para todos los soldados que en nombre de su nación deciden luchar en una guerra con unos intereses que desconocen. Aun así, la vergüenza por reconocer que lo vivieron les afectó tanto, es tan grande, que muchos deciden rechazar las terapias que les asignan.

Si algo he aprendido durante este trabajo son dos cosas: Ningún ser humano está preparado para ver morir a otro y el miedo a lo vivido es tan grande que ni si quiera se atreven a revivirlo o contarlo.

#### IV. BIBLIOGRAFÍA

Abu-el-noor NI, Ibrahim Y, Said A, Abu-el-noor MK, Qddura IA, Jamal K, et al. (2016) PostTraumatic Stress Disorder among Health Care Providers following the Israeli attacks against Gaza Strip in 2014: a call for immediate policy actions. *Arch Psychiatr Nurs*. 30(2):185-91. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26992869>

American Psychiatric Association. (2018) *DSM-5. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*. (5<sup>a</sup> Ed.).

Aracil, Rafael., Oliver, Joan. y Segura, Antoni. (1998). *El Mundo Actual. De la Segunda Guerra Mundial a nuestros días*. (Estudi General 2, Edicions Universitat de Barcelona), Barcelona.

Atienza, Jara. (6 de junio de 2022). Las Otras Heridas De La Guerra. *Ethic*. <https://ethic.es/2022/06/las-otras-heridas-de-la-guerra/>

Azcona, José Manuel. (2005). *Historia del Mundo Actual. Ámbito sociopolítico, estructura económica y relaciones internacionales*. Madrid, Universitas.

Blattman, Christopher, and Edward Miguel. (2010). Civil War. *Journal of Economic Literature*, 48 (1): 3-57. <https://www.aeaweb.org/articles?id=10.1257/jel.48.1.3>

Brownlow JA, Zitnik GA, Mclean CP, Gehrman PR. (January 2017). The influence of deployment stress and life stress on Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) diagnosis among military personnel. *J. Psychiatr Res*, 26–32. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2018.05.005>

Chermol, Brian H. (1985). Wounds without Scars: Treatment of Battle Fatigue in the U.S. Armed Forces in the Second World War. *Military Affairs* (49 (1): 9-12). <https://dx.doi.org/10.2307/1988270>

Col L, Baker MT, Moring JC, Hale WJ, Mintz J, Young-mccaughan COLS, et al. (2018). Acute Assessment of Traumatic Brain Injury and Post-Traumatic Stress After Exposure to a Deployment-Related Explosive Blast. *Mil Med*, 183:555–6. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29788111>

Crocq, Marc-Antoine y Louis Crocq. (2000). From Shell Shock and War Neurosis to Posttraumatic Stress Disorder: a History of Psychotraumatology. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 2 (1): 47-55.

Deployed Military Medical Personnel: Impact of Combat and Healthcare Trauma Exposure. *Mil Med*, 184:133–42. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29931192>

Diehl, P. y Goertz G. (1985). Trends in Military Allocation since 1816: What Goes Up Does Not Always Come Down. *Armed Forces and Society* 12(1): 134-44.

Eekhout I, Reijnen A, Vermetten PE, Geuze E. (2015) Post-traumatic stress symptoms 5 years after military deployment to Afghanistan: an observational cohort study. *The Lancet Psychiatry*. [http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00368-5](http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00368-5)

Friedman MJ. (2019). History of PTSD in Veterans: Civil War to DSM-5. *U.S. Department of Veterans Affairs*. [https://www.ptsd.va.gov/understand/what/history\\_ptsd.asp](https://www.ptsd.va.gov/understand/what/history_ptsd.asp)

Glick, R., & Taylor, A. M. (2010). Collateral damage: Trade disruption and the economic impact of war. *The Review of Economics and Statistics*, 92(1), 102-127.

Guidolin, M., & La Ferrara, E. (2010). The economic effects of violent conflict: Evidence from asset market reactions. *Journal of Peace Research*, 47(6), 671-684.

Hoeffler, A., & Reynal-Querol, M. (2003). *Measuring the costs of conflict*. Washington, DC: Banco Mundial.

Hoppen, TH., Morina, N. (2019) The prevalence of PTSD and major depression in the global population of adult war survivors: a meta-analytically informed estimate in absolute numbers. *Eur J Psychotraumatol*, 1(10). <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1578637>

Kelland, Kate. (12 de junio de 2019). Depresión, ansiedad y esquizofrenia: la guerra ataca la mente de una de cada cinco personas. *Reuters*. <https://www.reuters.com/article/salud-mentalconflicto-idLTAKCN1TC2V0>

Khalifeh, Hind. [En él se realizó una investigación conocida como] *Los efectos de la guerra en los civiles que viven en el Medio Oriente: una revisión de salud mental*.

Martín Moya, L. (2020). El desastre psicológico de la guerra. *La mente Es Maravillosa*. <https://lamenteesmaravillosa.com/el-desastre-psicologico-de-la-guerra/>

Nafziger, E. W., & Auvinen, J. (2002). Economic development, inequality, war, and state violence. *World development*, 30(2), 153-163.

National Institute of Mental Health. NIMH. (2017). Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). 2017 <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/post-traumaticstress-disorder-ptsd.shtml>

OMS. (1992). *Trastornos Mentales y del Comportamiento*. Décima Revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades. CIE-10.

OMS. (2013). La OMS publica unas directrices sobre la atención de salud mental tras los eventos traumáticos. [citado 1 de febrero de 2020].

Peiró, Patricia. (12 de junio de 2019). La guerra: una máquina de fabricar trastornos mentales. *El País*.  
[https://elpais.com/elpais/2019/06/11/planeta\\_futuro/1560265799\\_171572.html](https://elpais.com/elpais/2019/06/11/planeta_futuro/1560265799_171572.html)

Ramírez, Mario Elkin. (2008). Psicoanalistas en el frente de batalla. Las neurosis de guerra en la Primera Guerra Mundial. *Affectio Societatis*, 9: 1-4.

Rosenwein, Barbara H. (2010). Problems and Methods in the History of Emotions. *Passions in Context I*, (1): 1-33.

Sánchez Menchero, Mauricio. (2017). Las consecuencias de la guerra en las emociones y la salud mental. Una historia de la psicopatología y medicalización en los frentes bélicos de Occidente (1914-1975). *Revista de Estudios Sociales*.

Selimbašić Z, Brkić M, Kravić N, Hamidović J, Selimbašić M. (2018). Post-traumatic stress disorder and coping styles of war veterans from Tuzla Canton twenty years after the war. *Med Glas*, 66–70. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29549691>

Tomas, Consuelo. (2 de marzo de 2022). Consecuencias Emocionales De La Guerra. *Centro Psicológico Consuelo Tomás*. <https://tratamientospsicologicos.es/consecuencias-emocionalesde-la-guerra/>

U.S. Department of Veterans Affairs. (2018). How Common is PTSD in Veterans. *PTSD: National Center for PTSD*.  
[https://www.ptsd.va.gov/understand/common/common\\_veterans.asp](https://www.ptsd.va.gov/understand/common/common_veterans.asp)