

ORIGINAL

Professional development and its health implications in military women from the gender perspective

El desarrollo profesional y sus implicaciones para la salud de las mujeres militares desde la perspectiva de género

Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu¹  , José Niazoa¹  , Misael Ron¹  

¹Instituto de Altos Estudios “Dr. Arnoldo Gabaldon”. Venezuela.

Citar como: Muñoz Abreu YL, Niazoa J, Ron M. Professional development and its health implications in military women from the gender perspective. Nursing Depths Series. 2025; 4:168. <https://doi.org/10.56294/nds2025168>

Enviado: 26-06-2024

Revisado: 25-09-2024

Aceptado: 08-01-2025

Publicado: 09-01-2025

Editor: Dra. Mileydis Cruz Quevedo 

Autor para la correspondencia: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu 

ABSTRACT

Introduction: the purpose of this research will be to unravel the ontological intricacies of professional development that emerges from the daily work praxis of Venezuelan female military officers.

Method: it is framed within the post-positivist paradigm, qualitative approach, using the hermeneutic phenomenological method.

Results: the voices of 4 female military officers were recorded and once the speech was refined, categorized and analyzed, they were established as final reflections regarding the benefits and challenges of work. The ability to transform obstacles into opportunities and to turn adversity into strength is evident. In their family and emotional life, they tend to blame themselves for not having enough time to be with their children. However, they tend to instill values in them and show them their affection. Finally, the manifestations regarding health indicate that remaining exposed for long periods to stressful situations is associated with other physical alterations.

Conclusion: finally, considering that female military officers face a path of dualities, where the construction of their professional identity is intertwined with challenges and opportunities marked by psychosocial risk factors that manifest themselves in their health. Therefore, occupational health in the military field requires a paradigmatic transformation.

Keywords: Professional Development; Human Health; Work.

RESUMEN

Introducción: la presente investigación tuvo como propósito desentrañar las intrincadas ontológicas del desarrollo profesional que emerge de la praxis laboral cotidiana en mujeres oficiales militares venezolanas.

Método: estuvo enmarcada dentro del paradigma post-positivista, enfoque cualitativo, utilizando el método fenomenológico hermenéutico.

Resultados: las voces de 4 mujeres oficiales militares, se grabaron y una vez depurado, categorizado y analizado el discurso se establecen como reflexiones finales en cuanto a las Bondades y desafíos laborales se evidencia la capacidad para transformar los obstáculos en oportunidades y para convertir la adversidad en fortaleza, por su parte en su vida familiar y afectiva tienden a culparse por no disponer de tiempo suficiente para estar con sus hijos, sin embargo, tienden a inculcarles valores y manifestarles su afecto finalmente las manifestaciones a la salud indican que mantenerse expuesto por largos periodos a situaciones de estrés, se asocia a otras alteraciones físicas

Conclusión: considerando finalmente que las mujeres oficiales militares se enfrentan a un camino de dualidades, donde la construcción de su identidad profesional se entrelaza con desafíos y oportunidades

marcados por factores de riesgo psicosociales que se manifiestan en su salud. Por lo que la salud ocupacional en el ámbito castrense exige una transformación paradigmática.

Palabras clave: Desarrollo Profesional; Salud Humana; Trabajo.

INTRODUCCIÓN

Durante años, el aporte de diversas organizaciones internacionales ha sido fundamentales en la promoción de la igualdad de género desde mediados del siglo XX, este principio, reconocido en numerosos países busca erradicar la discriminación hacia las mujeres y garantizar su igualdad ante la ley según lo expuesto por la Organización Internacional del Trabajo⁽¹⁾ (OIT). Este hito histórico marcó un punto de inflexión en la historia contemporánea, demostrando que la participación de mujeres enriqueció la institución militar con nuevas perspectivas al servicio de la patria, quedando definida la carrera militar en el artículo 87 de la Ley Constitucional de la Fuerza Armada Nacional Bolivariana⁽²⁾ (LCFANB) como el ejercicio de la profesión de las armas, a través del conocimiento de las Ciencias y las Artes Militares, siendo sus pilares fundamentales la disciplina, la obediencia y la subordinación.

Es decir que, al definir la carrera militar como una profesión accesible a todos los ciudadanos, sin distinción de género se consolida el principio y garantía de igualdad en oportunidades para hombres y mujeres en el ámbito castrense. Es así, como la década de los 70 fue testigo de un cambio paradigmático en la Fuerza Armada venezolana, donde una resolución ministerial abrió las puertas de los institutos militares a las mujeres, quienes como semillas plantadas en tierra fértil comenzaron a cultivar nuevas especialidades y responsabilidades dentro de la organización.

Es decir que, al definir la carrera militar como una profesión accesible a todos los ciudadanos, sin distinción de género se consolida el principio y garantía de igualdad en oportunidades para hombres y mujeres en el ámbito castrense. Es así, como la década de los 70 fue testigo de un cambio paradigmático en la Fuerza Armada venezolana, donde una resolución ministerial abrió las puertas de los institutos militares a las mujeres, quienes como semillas plantadas en tierra fértil comenzaron a cultivar nuevas especialidades y responsabilidades dentro de la organización.

Así mismo, con el paso del tiempo, se consolidan tres categorías de oficiales, principalmente oficiales de comando donde se integran mujeres por primera vez en la fuerza aérea venezolana en 1978, seguidas de cerca por la Armada Bolivariana, donde se forman mujeres aguerridas capaces de liderizar operaciones militares para la defensa militar, por su parte la categoría de suboficial fue reivindicada al reformular su visión y ser considerados como oficiales técnicos a partir del 2008, es allí donde las mujeres egresadas cumplen con un rol fundamental para el funcionamiento óptimo de las diferentes unidades militares, finalmente las oficiales asimiladas las cuales se desarrollan dentro de la institución castrense en diversas áreas de especialidad según su actividad profesional de base.

De esta manera, todas las mujeres oficiales militares podrán desenvolverse según las diferentes categorías, como oficiales de comando, técnicas o asimiladas, quienes a lo largo de su carrera se registrarán por patrones profesionales distintos, con diversos niveles de exigencia, compromiso y control militar, conforme a lo descrito en el libro de Ontología de la Carrera Militar Bolivariana de Aguana⁽³⁾ y los perfiles profesionales del órgano rector de la fuerza armada, a fin de garantizar su empleo, ascenso y desarrollo profesional. Sin embargo, en conjunto son todas ellas mujeres con una visión muy clara, asumir el mando y liderar, pudiendo demostrar que años de ardua formación e intenso entrenamiento forjan en estas mujeres verdaderas guerreras, listas para enfrentar cualquier desafío con carácter profesional y así poder defender los ideales de la nación.

Por consiguiente, la mujer militar puede estar definida como una figura que desafía las normas tradicionales al participar activamente en el ámbito militar y mantenerse en un espacio dominado por hombres, pues más allá de los estereotipos, la mujer militar es un mosaico de roles: líder, estratega, compañera pues su presencia enriquece las Fuerzas Armadas, aportando una perspectiva única y valiosa, defendiendo los valores de la libertad y la justicia integral. Sin embargo, para las mujeres este camino se bifurca, pues a la preparación académica y al rendimiento físico se suma la necesidad de equilibrar los roles, lo que significa conciliar la vida laboral y familiar, ya que a menudo esta doble carga retrasa su desarrollo, pues la conciliación se establece como un desafío adicional, donde su tenacidad las impulsan a seguir avanzando, demostrando que la paridad es un objetivo alcanzable.

Es por ello que la institucionalidad castrense viene regida por principios y valores expresados en la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela⁽⁴⁾ (CRBV), buscando construir una sociedad más justa y equitativa, a fin de que todas las personas tengan las mismas oportunidades, según lo expuesto en sus artículos 75 - 78 sobre el reconocimiento del papel que desempeña la familia en la sociedad, siendo protagonista en este particular la mujer militar.

De esta manera, el equilibrio entre el trabajo y la familia es parte esencial en el desarrollo biopsicosocial de las mujeres militares, Briceño y Vargas⁽⁵⁾ consideran que en la actualidad no sólo la profesión militar influye en la familia, sino que la familia ejerce una gran influencia en la carrera de las profesionales militares, este dominio puede ser tan grande que la militar llegue a limitar su proyección de carrera por las exigencias familiares. A dicho elemento, se suman otros hallazgos sumamente importantes, pues las mujeres que cumplen con una doble jornada tienen mayores probabilidades de experimentar síntomas de ansiedad y depresión en comparación con aquellas que no tienen responsabilidades laborales y domésticas simultáneamente, de acuerdo

a lo expuesto por Leal⁽⁶⁾.

Sin embargo, en Venezuela la Ley Orgánica de Prevención, Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo⁽⁷⁾ (LOPCYMAT) en su artículo 53 estipula que las y los trabajadores tendrán derecho a desarrollar sus labores en un ambiente de trabajo adecuado y propicio para el pleno ejercicio de sus facultades físicas y mentales. En el caso de la Fuerza Armada Nacional Bolivariana, garantizar estas condiciones es fundamental para asegurar el apresto operacional y el bienestar de los efectivos militares, quienes se enfrentan a diversas condiciones laborales de alto riesgo y exigentes a nivel físico y mental.

Hoy, las mujeres están presentes en todos los rincones de la Fuerza Armada, pues su presencia es un testimonio de la evolución y reflejo de la capacidad de las mujeres para adaptarse, en este sentido diversas publicaciones han estudiado este fenómeno, uno de ellos analizo de manera brillante la unificación de la mujer, madre y militar en situación de actividad en la Fuerza Armada Española, donde Hossain-Lopez⁽⁸⁾ evidenciaron como la maternidad suele ser un punto de inflexión en la vida profesional de las mujeres, donde las restricciones durante el embarazo, la licencia por maternidad y la dificultad de conciliar la vida laboral y familiar limitan significativamente su desarrollo profesional, de este modo muchas sienten que las oportunidades perdidas durante este periodo, ya sea por elección propia o por decisiones de sus superiores afectaran a largo plazo su desarrollo profesional.

De este modo la fachada de disciplina y fortaleza que caracteriza a las mujeres militares, esconde una realidad compleja y fascinante, donde la intersección de estos elementos, con el desarrollo profesional, la salud y la familia pareciera un territorio inexplorado, por lo que surge entonces la imperiosa necesidad de adentrarnos en este laberinto y desentrañar cómo el proceso social del trabajo moldea la experiencia de estas mujeres, y cómo sus trayectorias profesionales influyen en su bienestar físico y emocional, siendo fundamental comprender cómo las particularidades de cada categoría militar incide en su desarrollo profesional, su vida familiar y su salud, para así visibilizar las realidades únicas de cada mujer.

MÉTODO

La investigación se realizó dentro del paradigma post-positivista, enfoque cualitativo y con un nivel exploratorio - descriptivo. El método que dio dirección a esta investigación fue el fenomenológico hermenéutico. Este estudio se realizó en el Estado Aragua, Venezuela, durante el año 2024 y principio del año 2025.

El procedimiento que permitió el logro de los propósitos se desarrolló de la siguiente manera, una vez realizada las entrevistas individuales focalizadas en profundidad, se plasmó la nota cruda, al transcribir de manera textual y sin omitir ningún dato de la información obtenida. La limpieza o barrido fue la etapa siguiente, ya que una vez que los conceptos empezaron a acumularse, se inició el proceso de agruparlos bajo términos explicativos en categorías.

La codificación axial ocurrió alrededor de un eje central (el desarrollo profesional y como ha impactado en su vida familiar y su salud), a partir de este eje central que se rastreó en los discursos se fue desarrollando el corpus temático. Luego se procedió a la categorización y análisis de los datos, los mismos fueron triangulados con los antecedentes de la investigación, los aportes de las informantes claves y la participación de la investigadora como eje fundamental en el desarrollo de la investigación, a fin de emitir las consideraciones finales.

Se dio cumplimiento a las Consideraciones Bioéticas del trabajo especial de grado a través de la invitación escrita a participar en la investigación, una vez aclaradas las dudas por parte de las informantes claves, y contando con la seguridad de su interés por la investigación se procedió a entregar el documento denominado consentimiento informado, con el cual se les garantizo la confidencialidad de los datos suministrados, adicionalmente se contó con un proceso de codificación, que permitió garantizar la confidencialidad de la profesional militar.

DISCUSIÓN

Bondades y desafíos laborales: Luces y sombras en el camino

Desde la segunda mitad del siglo XX la igualdad entre hombres y mujeres se ha caracterizado por ser un principio jurídico reconocido por muchos países y organismos internacionales, el cual hace referencia a la abolición de leyes y costumbres que discriminan a la mujer y, el derecho a la igualdad entre hombres y mujeres ante la ley OIT⁽¹⁾ lo cual configura una de las principales bondades de la nueva forma de integración dentro de la Fuerza Armada. Sin embargo, sobre esto, Farfán⁽⁹⁾ en su trabajo de investigación, establece que aún se considera a la mujer el sexo débil, incapaz de asumir tareas, pues erróneamente se piensa que la mujer no tiene la fuerza para asumir el rol del mando, con relación a ello las informantes expresa que:

“Tengo puros hombres a mi cargo... yo sentía que no estaba dando la talla como jefe, como líder de ese grupo. Sentía que no confiaban en mí. Yo pienso que es por ser mujer, pues yo fui jefa de enfermería, entonces sí puedo ser jefa de enfermería, pero de fisiológico no”. Medusa

“El reconocimiento ha sido un desafío muy grande para mí. O sea, sentirme de alguna u otra manera, ¿cómo sería la palabra? ¿valorada? valorada en cuanto a la profesión, a ambas profesiones”. Dulce

“La subestimación de la superioridad, el oír ejemplo ¿Qué es lo que eres tú? Porque acá no vale estudios vale es la antigüedad y el grado”. Evolución

Estos elementos, se contrastan con los resultados obtenidos en la investigación de Ortigoza⁽¹⁰⁾ quien determino que la incorporación de mujeres al ámbito militar ha sido limitada a algunas áreas, funciones y roles particulares, designando a la oficialidad a cargos y ascensos según vínculos o compromisos y no por los méritos profesionales, es decir que contrario a lo establecido estructuralmente, las voces de las informantes revelan una realidad donde la incorporación de la mujer al ámbito militar se ve confinada a ciertos roles, a ciertas áreas, a ciertas funciones.

Por otra parte, las experiencias de las mujeres militares revelan una dualidad en su desarrollo profesional, ya que por un lado, pueden enfrentar desafíos como la inequidad en beneficios y el trato desigual, lo que puede afectar su sentido de pertenencia y su identidad profesional, en contra posición a grandes oportunidades de formación y desarrollo de sus especialidades, las cuales han contribuido exponencialmente a su crecimiento y fortalecimiento de su autoconfianza, sobre ello las informantes claves develaron.

“Oportunidades de estudio sí me han dado porque obviamente yo fui a Brasil a formarme como instructor de entrenamiento fisiológico. Y me mandaron también para Argentina a hacer evacuación y traslado médico”. Medusa

“El hecho de que hayan abierto las puertas a la mujer a ser piloto fue una de las mayores, o las más grandes puertas que se abrieron... La oportunidad de poder estudiar y formarme como piloto de combate”. Embajadora

Tal como se plasma en el libro de Ontología de la Carrera Militar Bolivariana de Aguana⁽³⁾ “La pedagogía subyace en la militariedad, y hace posible la constitución del militar para los fines del Estado venezolano”. Esto significa que la educación y la formación son la base de la institución militar este proceso implica no solo el desarrollo de habilidades físicas si no cognitivas, lo cual se afianza por lo descrito en el trabajo de Ortigoza⁽¹⁰⁾ quien expone que la capacitación de los oficiales militares es un proceso que no cesa una vez se egresa de las escuelas de formación, sino se da continuo a lo largo de la carrera.

En tal sentido estas experiencias, relatadas con orgullo y pasión, dejan ver la capacidad de estas mujeres para transformar los obstáculos en oportunidades y para convertir la adversidad en fortaleza, pues no se trata de una simple coexistencia de opuestos, sino de una interacción dinámica, donde la sombra y la luz se entrelazan, se transforman mutuamente y se complementan.

Como investigadora, comprendo que en este camino de dualidades, las mujeres militares construyen su identidad profesional, forjan su carácter, y encuentran su lugar en un entorno que a menudo las desafía, donde su capacidad para navegar muchas veces entre la inequidad y las oportunidades, permite transformar los obstáculos en peldaños ascendentes, siendo estos testimonios evidencias de sus capacidades resilientes, sus fortalezas y el compromiso con la vocación que han elegido, finalmente, en este proceso de transformación, las mujeres militares no solo se adaptan al entorno, sino que también lo transforman, abriendo nuevos caminos y desafiando los límites establecidos.

Vida familiar y socio afectiva: Tejiendo lazos en la distancia

La familia representa una esfera de gran importancia en el desarrollo del ser humano, se le considera como el grupo primario por excelencia y la base fundamental de la sociedad, lo que permite que viva y desarrolle las experiencias y habilidades que servirán como base para la vida en los diferentes ámbitos de su existencia, considerando que es una estructura dinámica y que evoluciona con la sociedad y cultura de la que forma parte. Carlosama et al.⁽¹¹⁾ Sobre esto en sus testimonios, las mujeres militares expresaron la importancia que le dan a la familia.

“Sacrificio perderme tiempo con mi chamo, porque debemos ir a hacer cursos, debo desplegarme, debo cumplir con las actividades operacionales...”. Embajadora

“Tengo que dejar a mis hijos solos. Me vas a hacer llorar. Disculpa que me ponga así, yo tengo que dejar a mis hijos solos. Mis hijos están solos mucho tiempo, mis hijos duermen solos cada vez que yo tengo que venir a montar una guardia. Mis hijos están solos toda la noche”. Dulce

“Sacrificios, sí, perderme actividades en la escuela de mis hijos por el trabajo, no celebrar cumpleaños, entre otros”. Evolución

Sobre este elemento, los antecedentes evidencian que las mujeres militares tienden a culparse por no disponer de tiempo suficiente para estar con sus hijos, sin embargo, están pendientes de inculcarles valores, manifestarles su afecto, exigirles comportamientos socialmente aceptables, reforzándoles de esta manera cualidades y aptitudes. Es por ello que las mujeres militares tienden hacer sacrificios significativos en su vida personal y familiar, ya que las responsabilidades laborales a menudo las llevan a dejar a sus hijos solos durante largas horas, lo que genera un gran dilema familiar, el cual se ve reflejado en la percepción de que su desarrollo

profesional involucra un esfuerzo tangible y grandes sacrificios.

En relación a esta difícil conciliación para la mujer militar y su familia, Briceño y Vargas⁽⁵⁾ consideran que las decisiones profesionales de las militares están cada vez más influenciadas por las dinámicas familiares ya que la necesidad de equilibrar la vida familiar y la carrera militar puede llevar a estas mujeres a limitar sus aspiraciones profesionales o incluso a abandonar la profesión para priorizar las necesidades de su familia.

Como investigadora, comprendo que estos hallazgos ponen de manifiesto la necesidad de trascender la visión tradicional de la conciliación trabajo-familia en el ámbito militar, ya que no basta con reconocer la importancia de la familia, sino que es fundamental implementar políticas y prácticas que permitan ejercer plenamente su rol profesional y maternal, por lo que en lugar de normalizar la culpa y el agotamiento, es preciso promover un equilibrio real entre la vida personal y profesional de estas mujeres-militares-madres.

Manifestaciones a la salud: Un acto de resistencia

En el ámbito laboral, se ha observado un progreso significativo sobre la importancia de la salud de los trabajadores, especialmente en el contexto industrial, sobre eso, en Venezuela el marco legal respalda la protección de la salud laboral, siendo la LOPCYMAT⁽⁷⁾ un pilar fundamental en materia de salud, ya que en su artículo 40, literal 2, esta ley establece la obligación de garantizar el máximo bienestar biopsicosocial posible en los trabajadores, lo que refleja el compromiso del Estado con la salud integral de su fuerza laboral. En sus propias palabras, las informantes clave declararon que.

“Soy hipertensa, tengo resistencia a la insulina, tengo hipertiroidismo. Y todo esto son problemas hormonales que se generan debido al estrés, al ritmo de vida que llevo”. Dulce

“Luché por muchos años con la anemia, con una miomatosis uterina gigante, producto del estrés laboral, lo que afectó severamente mi calidad de vida sobre todo socioemocional, creo que ha sido lo más impactante”. Evolución

“El estrés pues conforme he ido aumentando en cargo en grado el estrés me aborda... por el cumplimiento de órdenes y la misión me descuido a mí misma”. Embajadora

Al extraer los discursos de las informantes, es necesario relacionar sus afectaciones con los trabajos de Andrade et al.⁽¹²⁾ quienes concluyen que los estudios revisados en su investigación han demostrado que el estrés y la sobrecarga son características comunes en el comportamiento y las manifestaciones del personal militar, adicionalmente mantenerse expuesto por largos periodos de tiempo a situaciones de alta demanda de estrés, se asocia a otras alteraciones físicas, en este sentido, Stoyanovich⁽¹³⁾ establece que aunque la relación entre estrés e hipertensión arterial no ha sido demostrada definitivamente la realización de trabajos con alta exigencia psicológica puede estar asociada a su desarrollo temprano.

Del mismo modo los hallazgos expuestos en el trabajo de Cortez, et al.⁽¹⁴⁾ determinaron que la relación entre estrés crónico, cortisol e ingesta elevada de alimento tienden a la adiposidad visceral y a la resistencia a la insulina como factores predisponentes de una disrupción metabólica con consecuencias importantes al estado de salud de los seres humanos. Adicionalmente en un estudio realizado por Dye et al.⁽¹⁵⁾ se ha encontrado que el estrés psicológico puede alterar el equilibrio hormonal y, en consecuencia, influir en el crecimiento de los fibromas uterinos, todo esto se debe a que el estrés puede aumentar los niveles de cortisol y otras hormonas que afectan el sistema reproductivo, lo que podría facilitar el desarrollo de problemas ginecológicos.

Es por ello que, en la actualidad, la investigación constante de los rasgos de salud mental en el personal militar ha despertado un interés prioritario en la comunidad científica, ya que los estudios indican que la salud mental en el personal militar está directamente relacionada con el estrés, lo cual influye en la manera en que estos desarrollan sus habilidades sociales, capacidades de aprendizaje y eficiencia en el trabajo dentro de las unidades militares.⁽¹²⁾

Como investigadora, y desde la perspectiva de la salud ocupacional, comprendo que la experiencia de las mujeres en el ámbito militar revelan un complejo entramado de factores psicosociales que trascienden la mera dicotomía de desafíos y adaptaciones, y es que la presión y el estrés, derivados de las exigencias laborales inherentes a la profesión militar, se manifiestan como determinantes críticos en la salud integral de estas mujeres, la evidencia sugiere que la tensión constante entre las demandas laborales y la necesidad de autocuidado se convierten en un desafío central para quienes buscan un equilibrio que les permita desempeñarse plenamente en su rol profesional sin comprometer su salud.

CONCLUSIÓN

Los hallazgos de este estudio señalan que las mujeres oficiales militares se enfrentan a un camino de dualidades, donde la construcción de su identidad profesional se entrelaza con desafíos y oportunidades los cuales están marcados por factores de riesgo psicosociales que se manifiestan como determinantes críticos en su salud integral, el cual de acuerdo con Rojas⁽¹⁶⁾ “constituyen los principales estresores en el contexto laboral, independientemente de la naturaleza de la misma” haciendo que su acción nociva tenga efecto sobre el cuerpo

y la mente. En este sentido cuando las mujeres se desempeñan en roles laborales no tradicionales, se produce una convergencia entre las actividades productivas y reproductivas, lo que aumenta su vulnerabilidad a los riesgos psicosociales, es por ello que resulta importante introducir cambios en las estructuras organizativas que reflejen la realidad de estas trabajadoras.

Estos testimonios demuestran que la salud ocupacional en el ámbito castrense exige una transformación paradigmática, pues no basta con protocolos de seguridad física, es esencial redefinir el contrato social militar, incluyendo las dimensiones reproductivas, emocionales y de cuidado personal, con lo cual se busca establecer un nuevo estándar en la salud ocupacional, siendo necesario fomentar los estudios científicos en la organización militar, enfocándose fundamentalmente en la protección de los factores biopsicosociales, a fin de generar estrategias de afrontamiento efectivas para su desarrollo profesional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Internacional del Trabajo. Panorama Laboral 2016. Disponible en: https://www.oitcinterfor.org/sites/default/files/file_publicacion/plaboral2016.pdf
2. Ley Constitucional de la Fuerza Armada Militar Bolivariana. Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela N° 6.508 [Extraordinaria]. Enero 30, 2020. Caracas. Disponible en: <https://www.asambleanacional.gob.ve/storage/documentos/leyes/ley-constitucional-de-la-fuerza-armada-nacional-bolivariana-20211019170208.pdf>
3. Aguana R. Ontología de la Carrera Militar Bolivariana. Fondo editorial hormiguero. Disponible en: https://www.academia.edu/27817665/Ontolog%C3%ADa_de_la_Carrera_Militar_Bolivariana
4. Constitución de la República Bolivariana de Venezuela. Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela, N° 36.860 [Extraordinaria], marzo 24, 2000. Caracas.
5. Briceño M, Vargas T. Balance trabajo-familia: sus efectos en el desarrollo profesional de mujeres militares. Trabajo especial de grado para optar al título de Licenciado en Psicología. Facultad de Humanidades y Educación, Universidad Central de Venezuela, Venezuela, 2018. Disponible en: <http://saber.ucv.ve/handle/10872/18934>
6. Leal M. La doble jornada: madres trabajadoras y la lucha contra la ansiedad. Disponible en: <https://brillandoenlaoscuridad.org/la-doble-jornada-madres-trabajadoras-y-la-lucha-contra-la-ansiedad/>
7. Ley Orgánica de Prevención, Condiciones y Medio Ambiente de trabajo. Gaceta Oficial N° 38.236 (Extraordinario) julio 26, 2005. Caracas. Disponible en: <http://medicinalaboraldevenezuela.com.ve>
8. Hossain-López S, Ruíz-Berdún D. La pandemia de la Covid-19. Una oportunidad para aprender a conciliar trabajo y familia en las Fuerzas Armadas españolas. *Musas*. 2022;7(1). Disponible en: <https://doi.org/10.1344/musas2022.vol7.num1.1>
9. Farfán M. Retos y desafíos del liderazgo femenino en el Ejército colombiano para el siglo XXI. 2022. Disponible en: <https://librosesmic.com/index.php/editorial/catalog/download/93/90/2319?inline=1>
10. Ortigoza T. El género en la organización militar venezolana. *Observador del Conocimiento*. 2021;7(1):50-64. Disponible en: <https://revistaoc.oncti.gob.ve/index.php/odc/article/view/34/28>
11. Carlosama-Rodríguez D, Martínez-Narvaez E, Matabanchoy-Tulcan S. Avances frente a la conciliación trabajo-familia en Latinoamérica: una revisión sistemática de la literatura. *Rev Iberoam Psicol*. 2019;12(3):81-92. Disponible en: <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.12309>
12. Andrade M, Fula K, Mazo M, García J, Urazan U. Análisis documental de los rasgos de salud mental en personal militar latinoamericano. 2024. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/382687158_Analisis_documental_de_los_rasgos_de_salud_mental_en_personal_militar_latinoamericano
13. Stoyanovich P. Estrés como factor de riesgo en hipertensión arterial. Una revisión sistemática. 2019. Disponible en: https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/24179/Stoyanovich_PabloAnibal_TFG_2019.pdf

14. Cortes C, Escobar A, Cebada J, Soto G, Bilbao T, Vélez M. Estrés y cortisol: implicaciones en la ingesta de alimento. 2018. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002018000300013

15. Dye C, Wu H, VanNoy B, Calluorli S, Marfori C, Bacarrelli A, et al. Estresiosis psicosocial y perfiles de expresión de microARN en tejido mimerio de mujeres sometidas a tratamiento quirúrgico para fibromas uterinos. 2023. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10543257/>

16. Rojas B. Riesgos psicosociales de mujeres trabajadoras. 2019. Disponible en: <http://servicio.bc.uc.edu.ve/faces/revista/lainet/lainetv12n23/art04.pdf>

FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu, José Niazoa, Misael Ron.

Curación de datos: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu, José Niazoa, Misael Ron.

Análisis formal: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu, José Niazoa, Misael Ron.

Investigación: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu, José Niazoa, Misael Ron.

Metodología: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu, José Niazoa, Misael Ron.

Validación: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu, José Niazoa, Misael Ron.

Visualización: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu, José Niazoa, Misael Ron.

Redacción - borrador original: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu, José Niazoa, Misael Ron.

Redacción - revisión y edición: Yesbeiny Lixyelih Muñoz Abreu, José Niazoa, Misael Ron.