

RESILIENCIA Y DESMALVINIZACIÓN: ESTUDIO CUALITATIVO CON LOS VETERANOS
ARGENTINOS DE LA GUERRA DE MALVINAS

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

**RESILIENCIA Y DESMALVINIZACIÓN: ESTUDIO CUALITATIVO CON LOS
VETERANOS ARGENTINOS DE LA GUERRA DE MALVINAS**

Berra, Milagros

Pontificia Universidad Católica Argentina

berramilagros@uca.edu.ar

Ortega Brenes, Javiera A.

Pontificia Universidad Católica Argentina

javiera_ortega@uca.edu.ar

Germano, Guadalupe

Pontificia Universidad Católica Argentina

guadalupe_germano@uca.edu.ar

Fernández Cid, Hernán G.

Pontificia Universidad Católica Argentina

hernanfcid@uca.edu.ar

Material original e inédito autorizado para su primera publicación en la Revista Académica
Hologramática.

Fecha de recepción: 11-02-2026

RESILIENCIA Y DESMALVINIZACIÓN: ESTUDIO CUALITATIVO CON LOS VETERANOS ARGENTINOS DE LA GUERRA DE MALVINAS

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

Fecha de aceptación: 23-07-2026

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo explorar la resiliencia en veteranos argentinos de la Guerra de Malvinas, considerando las adversidades experimentadas durante el conflicto y en la etapa de postguerra. Se empleó un diseño no experimental de enfoque cualitativo. La muestra estuvo conformada por cinco excombatientes, y la recolección de datos se realizó mediante entrevistas semiestructuradas, analizadas a través de un enfoque temático. Los resultados evidenciaron la presencia de adversidades físicas —hambre, frío, privación del sueño y falta de seguridad— y emocionales —duelo, miedo e incertidumbre—, así como el impacto del proceso de desmalvinización, caracterizado por la indiferencia social y la falta de apoyo estatal. Asimismo, se identificaron diversos factores de resiliencia, tanto individuales —como introspección, optimismo y espiritualidad— como sociales —principalmente el apoyo formal e informal—. Se concluye que, a pesar del impacto traumático, se encontraron en los veteranos varios factores de resiliencia que favorecieron su adaptación y resignificación de la experiencia, destacando la importancia de brindar apoyos integrales en contextos post bélicos.

PALABRAS CLAVE: Guerra de Malvinas – veteranos – resiliencia - factores de resiliencia - desmalvinización.

ABSTRACT

The present study aimed to explore resilience in Argentine veterans of the Malvinas War, considering the adversities experienced during the conflict and in the post-war stage. A non-experimental design with a qualitative approach was employed. The sample consisted of five ex-combatants, and data collection was carried out through semi-structured interviews, analyzed using a thematic approach. The results revealed the presence of physical adversities —hunger,

4

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

cold, sleep deprivation, and lack of security— and emotional ones —grief, fear, and uncertainty— as well as the impact of the *desmalvinización* process, characterized by social indifference and a lack of state support. Likewise, various resilience factors were identified, both individual —such as introspection, optimism, and spirituality— and social —primarily formal and informal support. It is concluded that, despite the traumatic impact, several resilience factors were found in the veterans that favoured their adaptation and the reframing of their experience, highlighting the importance of providing comprehensive support in post-war contexts.

KEY WORDS: Malvinas War – veterans – resilience - resilience factors - desmalvinisation

INTRODUCCIÓN

La Guerra de Malvinas, ocurrida en 1982, constituyó un conflicto bélico entre Argentina y el Reino Unido por la soberanía de las islas del Atlántico Sur. Aunque la duración del enfrentamiento fue de solo 74 días, sus efectos políticos, sociales y psicológicos se extienden hasta la actualidad (Chao, 2018). Luego de más de cuarenta años de finalizada la guerra, aún persisten dificultades en la atención sanitaria y social a los veteranos, quienes, además de enfrentar la violencia bélica, sufrieron al regresar un fenómeno denominado desmalvinización: silenciamiento, censura y rechazo social e institucional debido a la derrota (Muñoz, 2012; Guber, 2020). Muchos soldados fueron alojados en unidades militares sin contacto externo, con el objetivo de encubrir su estado físico y emocional. La manipulación de medios y la confiscación de material fotográfico formaron parte de este encubrimiento (Pomés, 2013; Sangrilli, 2012).

Algunos de los veteranos dan testimonio de que una de las situaciones más difíciles de afrontar a su regreso fue el tener que comunicar la muerte de compañeros a sus familiares, ya que las Fuerzas Armadas no se habían hecho cargo de dar aviso a los mismos (Panizo, 2016). A su vez, sentimientos de desvalorización aparecieron al regreso, pasando de ser llamados *héroes de la patria* por toda la sociedad, a ser referidos como *los chicos de la guerra*, una forma despectiva

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

de nombrar a los veteranos de Malvinas (Gamarnik *et al.*, 2019). En este contexto, mientras algunos veteranos lograron continuar sus vidas, formar familias y acceder a un empleo, otros desarrollaron cuadros de depresión, estrés postraumático, adicciones o incluso recurrieron al suicidio. Aunque no existen cifras oficiales, se estima que más de 450 excombatientes se quitaron la vida (Galak, 2006).

Frente a este escenario, resulta fundamental indagar los procesos de afrontamiento y adaptación desplegados por los veteranos, conceptualizados bajo el término resiliencia. Este constructo, originado en la física y adoptado por la psicología, refiere a la capacidad de los individuos para superar situaciones adversas y transformarlas en oportunidades de crecimiento (Cyrulnik, 2002; Fletcher & Sarkar, 2013). Dentro de la resiliencia, se pueden identificar 14 factores, agrupados en individuales, como lo son la introspección, el humor, la espiritualidad, y la creatividad, y por otro lado, los factores sociales, como el apoyo formal e informal (López-Fuentes & Calvete, 2016). La literatura resalta que estos factores permiten resignificar experiencias traumáticas, generar aprendizajes y fortalecer recursos personales (Prieto, 2020; Ramírez-Granizo *et al.*, 2019). En situaciones extremas como la guerra, resulta clave indagar en cómo los sujetos movilizan dichos recursos.

El presente trabajo busca contribuir al campo de estudio mediante la exploración de la resiliencia en veteranos argentinos de la Guerra de Malvinas, considerando tanto las adversidades físicas y emocionales experimentadas durante el conflicto como las experiencias posteriores vinculadas al proceso de desmalvinización. Para ello, a partir de entrevistas cualitativas, se examinan los factores que contribuyeron a su capacidad de adaptación.

METODO

Diseño de la investigación

Se empleó un diseño no experimental de corte transversal, con un enfoque cualitativo orientado a

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

la exploración profunda de las experiencias individuales. Este diseño permite comprender fenómenos complejos en contextos naturales sin manipulación de variables (Creswell, 2013).

Muestra

Se utilizó un muestreo intencional no probabilístico. La muestra estuvo compuesta por cinco veteranos argentinos de la Guerra de Malvinas. Los criterios de inclusión fueron: haber participado activamente en la guerra y aceptar la participación mediante consentimiento informado. Los participantes, hombres de entre 59 y 61 años, residen actualmente en distintas provincias de Argentina y cuentan con trayectorias laborales y educativas diversas. A continuación, se describe a cada uno de ellos y se los identifica con una V (de veterano de guerra) y un número.

V1: hombre de 59 años, nacido en Buenos Aires, actualmente reside en Necochea. Está casado y tiene 5 hijos. Estudió Ingeniería Agronómica y trabaja como administrador y asesor de campos. Tenía 19 años cuando decidió ir como voluntario a la guerra; su participación fue como soldado haciendo campos minados.

V2: hombre de 59 años nacido en Mar del Plata, actualmente reside en Buenos Aires. Es separado y tiene 3 hijos. Estudió la carrera de Técnico Dental y trabaja como consignatario de hacienda. Tenía 19 años cuando fue llamado a la guerra, cumpliendo un rol de soldado raso.

V3: hombre de 60 años, vive en Mercedes, Corrientes. Es separado y tiene 4 hijos. Estudió Licenciatura en Ciencias de la Educación y trabaja como productor agropecuario. Tenía 20 años cuando fue convocado a la guerra como subteniente de infantería.

V4: hombre de 59 años, es de Mar del Plata y reside en Buenos Aires. Es separado y actualmente se encuentra en pareja; tiene 4 hijos del primer matrimonio. Comenzó la carrera universitaria de Administración de Empresas, pero no la concluyó. Trabaja como administrativo en una obra

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

social. Comenzó la conscripción un mes antes de ir a la guerra, tenía 19 años cuando lo convocaron.

V5: hombre de 61 años, nacido en la Provincia de San Miguel de Tucumán, ahora vive en Buenos Aires. Es separado, tiene 4 hijas del primer matrimonio y actualmente se encuentra en pareja. Estudió paisajismo, tiene una pequeña empresa de mantenimiento y creación de jardines. A su vez, trabaja en el Consejo Escolar dando charlas sobre Malvinas: *una es mi profesión y la otra es mi pasión*.

Instrumento

La recolección de datos se realizó mediante entrevistas semiestructuradas individuales, una técnica cualitativa que facilita obtener información rica y detallada sobre las experiencias subjetivas de los participantes (Patton, 2015). Las entrevistas abordaron temáticas centradas en la experiencia bélica, la etapa de postguerra, la percepción social del proceso de desmalvinización y los factores de resiliencia involucrados en el proceso individual de cada participante.

La duración de cada entrevista fue de aproximadamente 40 a 60 minutos, fueron grabadas en formato digital y posteriormente transcritas de manera literal para su posterior análisis. Se utilizó un guion temático que orientó la conversación, asegurando la cobertura de los tópicos relevantes sin perder la flexibilidad necesaria para explorar nuevas dimensiones emergentes. Se consideraron los siguientes ejes temáticos:

Datos demográficos: nombre, edad, cómo se constituye su familia, nivel educativo y trabajo.

1. Experiencia en la Guerra: edad cuando fue a la guerra, su rol, un resumen de su experiencia y adversidades.
2. Desmalvinización: cómo fue su proceso de readaptación cuando vuelve al continente, cómo fue recibido por sus familiares, amigos y sociedad.
3. Resiliencia: qué factores de resiliencia utilizó para superar la adversidad experimentada.

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

4. Actualidad: de qué manera la guerra lo sigue afectando.

Procedimiento

Se realizó una entrevista individual a cada participante, una de manera presencial y cuatro de manera virtual a través de videollamada utilizando la aplicación Zoom, con una duración aproximada de entre 40 y 60 minutos. Previo a su inicio, los participantes debieron leer un consentimiento informado en el que se detallaban los propósitos de la investigación, la naturaleza anónima y voluntaria de la participación, así como la posibilidad de retirarse en cualquier momento sin consecuencias. Con la aceptación de dicho consentimiento, los entrevistados autorizaron además la grabación de la sesión para su posterior transcripción y análisis cualitativo.

Análisis de datos

Dado que esta investigación es de carácter cualitativo y empírico, el análisis de los datos se fundamentó en un enfoque sistemático y reflexivo para garantizar la profundidad y riqueza de la información. La recolección y el análisis se llevaron a cabo en dos etapas complementarias: primero, a partir de las observaciones contextuales que la investigadora realizó durante las entrevistas; y segundo, a partir de la transcripción literal de las entrevistas realizadas, las cuales fueron escritas en procesador de texto para facilitar su análisis detallado (Kvale & Brinkmann, 2009).

Para el análisis del contenido de las entrevistas se aplicó el método del análisis temático, una técnica cualitativa ampliamente reconocida por su capacidad para identificar, analizar y reportar patrones o temas significativos en los datos textuales. Este método permitió sistematizar la información de manera rigurosa y flexible, siendo adecuado para estudios exploratorios y descriptivos.

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

El análisis temático se desarrolló siguiendo las seis fases propuestas por Braun y Clarke (2006): (1) familiarización con los datos mediante la lectura repetida de las transcripciones; (2) generación de códigos iniciales, etiquetando segmentos relevantes del texto; (3) búsqueda de temas emergentes a partir de los códigos; (4) revisión y refinamiento de los temas para asegurar coherencia interna y máxima representatividad; (5) definición y denominación clara de cada tema; y (6) elaboración del informe final que integra y explica dichos temas en relación con los objetivos del estudio.

Adicionalmente, para aumentar la confiabilidad y validez del análisis se realizaron estrategias como la triangulación de datos entre las observaciones y las entrevistas, y la revisión por pares para minimizar sesgos interpretativos.

RESULTADOS

Los hallazgos de este estudio se organizaron en tres categorías principales que emergieron del análisis temático: (1) las adversidades vividas durante el conflicto armado, (2) el proceso de readaptación en el contexto postguerra, y (3) los factores de resiliencia que los participantes movilizaron para afrontar dichas experiencias. Cada categoría refleja un aspecto relevante de las experiencias subjetivas de los veteranos, integrando las dimensiones emocionales, sociales y psicológicas exploradas.

Para ilustrar y enriquecer la comprensión de estas categorías, se incluyen citas textuales seleccionadas que ejemplifican las narrativas y percepciones expresadas por los participantes. Con el fin de proteger la confidencialidad de los sujetos de estudio, cada entrevistado ha sido identificado mediante un código alfanumérico (de V1 a V5), garantizando su anonimato. Este formato permite no solo transmitir los aspectos más significativos de la experiencia recolectada, sino también ofrecer una voz directa a los participantes, fortaleciendo la validez ecológica de los resultados y facilitando la conexión con el contexto real de las vivencias estudiadas.

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

Adversidades durante la guerra

Los participantes refirieron haber enfrentado necesidades básicas insatisfechas como hambre, frío, privación del sueño y falta de seguridad. Asimismo, emergieron adversidades emocionales relacionadas con el duelo por compañeros caídos, la incertidumbre, el miedo y cambios profundos en sus creencias y valores.

Dentro de las adversidades físicas que sufrieron los veteranos durante la guerra, hubo cuatro necesidades básicas que no fueron cubiertas. La adversidad más referida por los veteranos fue el hambre, cuatro de ellos dicen haberla padecido. Los participantes cuentan que al poco tiempo de haber llegado a las islas la comida no era suficiente, por lo tanto, tuvieron que racionarla. Los veteranos relataron distintas estrategias para obtener comida como el robo y la caza de animales, destacando lo difícil que resultaba acceder a la comida, incluso comparando su situación a personas en situación de calle. Dos de ellos mencionan haber adelgazado quince kilos durante la estadía en Las Islas. Por ejemplo, el V4 destacó: “...*el hambre es algo que te va demacrando, te va debilitando ... llega el momento de que tenés hambre y no podés comer y eso te pone mal, te bajonea*”.

El frío fue otra adversidad física referida por tres de los veteranos. Estos relataron haber experimentado frío extremo durante su estadía en Las Islas, sin reparo del viento ni la lluvia y durmiendo a la intemperie: “*El frío fue muy fuerte, sobre todo cuando uno tiene frío en los huesos, estando todo el día afuera y no teniendo lugar para calentarse ni un minuto, ni una ducha caliente, ni una estufa. Nosotros estábamos todo el día con ese frío*” (V4). En este mismo sentido, tres de los participantes destacaron no contar con la vestimenta adecuada ni suficiente para las condiciones climáticas, vistiendo la misma ropa los 74 días que duró el conflicto. El relato del V2 ejemplifica estas dificultades: “*estar mojado muchos días, haberme arrastrado por lugares, por letrinas sin saber porque era de noche y no tener una muda de ropa para*

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

cambiarme”. Uno de los veteranos también relató tomar la ropa de los caídos si se encontraba en mejores condiciones que la propia.

El sueño fue otra de las adversidades descritas por dos de los participantes, los veteranos relataron que las horas de sueño eran escasas y era difícil de conciliar debido a las malas condiciones en las cuales se encontraban: *“dormía arriba de unas varillas de alambrado, las maderas las usaba para no estar arriba del piso porque brotaba agua. Tenía una frazada que la usaba para taparme la cabeza porque a la noche pasaban ratas” (V1).*

La falta seguridad y protección de los individuos también fue descrita como una adversidad por los cinco entrevistados. Los participantes hicieron referencia en su discurso a haber experimentado miedo, temor por su vida; esto acompañado de haber sufrido bombardeos, haber estado prisioneros en el barco inglés Canberra durante una semana, no tener las armas adecuadas para la guerra, no tener suministros necesarios para sobrevivir durante 72 días e incluso haber sufrido heridas físicas debido a los combates. El V3 relata: *“...fui herido en la pierna izquierda y acá en la cabeza recibí un impacto de fusil, un tiro directo, me pegó en el casco, me rozó el cráneo y me sacó la punta de la oreja”.*

Además de haber sufrido adversidades físicas, también tuvieron que enfrentar adversidades emocionales como el duelo, la incertidumbre y el cambio en sus creencias. Con relación al duelo, los cinco participantes hicieron referencia a que la pérdida de los compañeros en el campo fue algo doloroso, incluso dos de ellos relatan que enterrar a sus compañeros en las islas fue lo más difícil que les tocó atravesar: *“Perder un compañero en el campo de batalla, es lo más triste que hay y lo irremplazable. ¿Por qué él y no yo? ¡Cuánto dolor que pude experimentar al verlo caer!” (V5).*

Asimismo, tres de los entrevistados identificaron a la incertidumbre como otro de los contratiempos que les tocó sufrir en la Guerra de Malvinas: el aislamiento, la falta de noticias y la falta de información, donde la comunicación era escasa, incluso acerca de los resultados de las batallas. El desconocimiento de qué es lo que iba a suceder, tanto en la guerra como con sus

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

vidas, generó incertidumbre en los veteranos: *“Era uno de los principales problemas no saber qué iba a pasar, no saber nada respecto del enemigo”* (V3).

Por último, los tres de los veteranos describieron haber experimentado un cambio en sus creencias: lo que previo a la guerra consideraban importante, ya no lo era y lo que en la cotidianeidad pasaba desapercibido, en Malvinas pasó a ser una preocupación, como eran la comida, el frío, y dormir bajo un techo. El V5 relató cómo los valores con los que había sido educado durante toda su vida, en la guerra no tenían sentido, causando un cambio de perspectiva: *“no matarás, no robarás, no mentirás, ...al ser una persona de principios cristianos ... haber tomado como mínimo los 10 mandamientos. Una guerra te destruye absolutamente todo lo que vos tenías como principio: el no robar, el no matar, la honestidad. Uno de mis mayores cuestionamientos era qué iba a hacer al momento del combate: ¿matar o morir”*.

Readaptación post guerra y desmalvinización

Todos los entrevistados hicieron referencia a que no solo la guerra fue una experiencia traumática, sino que también lo fue la readaptación al regresar al continente. Los veteranos describieron la indiferencia social, la censura y la falta de apoyo estatal. Algunos manifestaron sentimientos de vergüenza y culpa por haber sobrevivido, mientras que otros señalaron la dificultad de hablar sobre su experiencia durante décadas.

Tres de los veteranos cuentan que demoraron entre 24 y 29 años en comenzar a hablar sobre su experiencia en la guerra. El V1 relató que varios de sus amigos se enteraron de que él había participado en la guerra a raíz de una nota periodística y a través de la publicación de su libro. A partir de que se conociera su historia, el participante comenzó con ataques de pánico. El V5 relató: *“la experiencia fue traumática porque así lo viví posteriormente. Tardé 29 años en empezar a hablar y a entender y a aceptar lo que me había tocado vivir. Así que considero que fue una experiencia muy violenta debido a mi crianza, a mis principios y a que uno siempre cree*

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

que la guerra está muy distante”.

Del mismo modo, dos de los veteranos refirieron haber tenido vergüenza por haber ido a la guerra, por ende, se ocultaron de diferentes maneras, incluso tapando heridas reales: *“Pasé a esconderme y pasé por un estado de no hablar, de tener vergüenza por lo que había pasado”* (V2).

Por otro lado, todos los veteranos cuentan que fueron bien recibidos por sus familiares y amigos, pero a su vez sintieron indiferencia e incompreensión por parte de sus allegados, ya que estos no sabían cómo abordar la situación. Todos los entrevistados hicieron referencia a que cuando llegaron las personas cercanas *“actuaron como si nada hubiera pasado”*, obligándolos a continuar con la rutina, a trabajar y estudiar. El V4 relata: *“No se hablaba del tema, nadie te preguntaba nada”*. Además, describieron lo doloroso que fue el no recibimiento y negación, cuando los veteranos vuelven al continente: *“cuando me fui había una caravana de autos aplaudiéndome con banderas, cuando volví nadie me dijo nada, eso fue re violento”* (V2).

Los cinco participantes manifestaron no haber sentido apoyo por parte de Estado y de la sociedad. El V2 describe: *“veníamos de un luto porque más allá de todo, habíamos perdido, entonces eso había que olvidarse y taparlo, pero muchos compañeros míos murieron en ese período, porque no fueron contenidos, escuchados”*. Los relatos describieron cómo esa falta de apoyo se tradujo en cuadros de depresión y suicidio: *“al fin y al cabo, es más grave la desatención en estos 40 años, que la guerra misma en 74 días. Porque nadie nos va a devolver la cantidad de suicidios de hermanos que no tuvieron el aplauso, quizás, que hoy yo ya consigo”* (V5).

Por último, dos de los veteranos manifestaron culpa por haber sobrevivido a la guerra y no haber muerto como muchos de sus compañeros. En este sentido, el V3 relata: *“yo me preguntaba por qué no había muerto en Malvinas, porque yo sentía que tendría que haber muerto con mis soldados y los suboficiales que murieron”*.

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

Factores de resiliencia

Se identificaron entre nueve y once factores por participante. Entre los individuales se destacaron proyectos y metas, optimismo, introspección, espiritualidad, creatividad y capacidad de perdón. Entre los factores sociales, el apoyo informal de familiares y amigos, así como el apoyo formal de profesionales de la salud, resultaron centrales para la adaptación.

Factores individuales de resiliencia

Uno de los factores de resiliencia individual fue el de proyectos y metas. Cuatro de los cinco entrevistados describieron que luego de la guerra se enfocaron en diferentes proyectos, siendo estos: el trabajo, los estudios, formar una familia, adquirir una vivienda propia, correr una maratón, ser conferencista profesional, entre otros. En este sentido, el V1 expresó: *“Lo que no quería era quedarme en mi habitación mirando el techo todos los días hasta marzo del otro año. Le dije al decano que necesitaba empezar la facultad y que no me podía quedar en casa”*.

La *introspección* fue un factor de resiliencia individual que se encontró en los cinco participantes. Estos relataron que el proceso de reflexión y autoconocimiento los ayudó a resignificar la situación: *“A través del tiempo fui dando respuestas para ser un hombre de bien, para ser mejor persona, para perfeccionarme...”* (V4); *“... si no me ayudaba a mí mismo y no aprendía a saber qué batallas son las que debo pelear, no me iba a solucionar absolutamente nadie nada ... cuanto más me conozco yo, me ayuda a hacer una superación constante, hoy estoy de pie, a través de todas las cosas que conozco dentro mío”* (V5).

El sentido del humor, presente en tres de los cinco participantes, y el optimismo, señalado por cuatro de ellos, emergieron como factores de resiliencia. *“el humor me acompañó siempre y me ayudó siempre a no tener que decir algo o no tener que pasar algo que me incomoda. El humor*

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

me ayudó a esquivar cosas o a entrar en un montón de lugares.” (V2); “soy muy positivo y siempre lo fui. Yo ante una tragedia, siempre estoy tratando, siempre me sale mirar algo positivo” (V3). También, la creatividad se observó como un factor que ayudó a todos los veteranos ya sea a afrontar diferentes situaciones de alta complejidad durante la guerra, como a hacerle frente a la experiencia traumática: “escribí mi relato del combate de Darwin, tengo una poesía, una zamba de Malvinas que también escribí, eso me ayudó también. Dando testimonios, charlas, conferencias de todos los niveles...Eso me ayudó mucho” (V4).

La actividad física también fue un factor reportado por tres de los veteranos. Dos de ellos realizaron Rugby y uno de ellos hizo alrededor de 500 saltos en paracaídas y corrió numerosas maratones. Los participantes reconocieron el valor del deporte como recurso para afrontar sus situaciones: *Hice mucho deporte, hice mucho rugby, amigos, la amistad y todo eso te ayuda a salir (V3).* Asociado a esta práctica, se identificó también el factor del perdón en uno de los veteranos. El V2 relata haber participado de varias maratones, pero particularmente dos fueron importantes ya que una fue en Las Islas Malvinas y la otra en Londres. Haber participado de estas carreras lo ayudó a resignificar la situación y reconciliarse con los ingleses: *“Fue buenísimo haber vuelto porque me di cuenta en donde había estado, lo que había hecho, las cosas por las que había pasado. Sentí una energía buenísima, muy sanadora. Y cuando fui a Londres a correr, me amigué con los ingleses. Los odié durante muchos años, me fui amigando” (V2).*

El factor de *punto de inflexión* fue encontrado en el discurso de tres de los cinco veteranos, los cuales hablan de cómo les cambió la percepción acerca de cuestiones cotidianas a partir de diferentes situaciones, siempre en relación con la guerra: *“Lo que puedo rescatar es todo lo que uno tiene y no se da cuenta... Lo que para mí era importante dejó de serlo y lo que no era importante, pasó a serlo. En mi caso me hizo valorizar todo lo que me enseñaron, todo lo que la vida me ha regalado. Me siento un afortunado” (V2).* Así mismo, el factor de *redescubrirse* a uno mismo fue reportado por cuatro de los participantes. Estos refirieron que haber vivido la guerra y a partir de reflexiones internas resignificaron quienes eran ellos: *“A mí me recontra*

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

sirvió primero para conocerme a mí, conocer los límites míos. Entonces, después de vivir lo que viví, como cualquier persona que viva situaciones y sabes que tu límite está mucho más lejos de la media y por que te conoces” (V1).

Por último, se identificaron la *Espiritualidad* y el *foco en el presente* como otros factores individuales utilizados por los veteranos. En cuanto a la espiritualidad, cuatro de los veteranos afirmaron que la religión y Dios fueron un apoyo durante y luego de la guerra: *“Me ayudó en la guerra y después... cuando vos tenés fe, todo es más llevadero y eso se siente y se vive en la guerra”, “flaco te tocó la guerra y te sacaste lo mejor que pudiste, sí, pero lo hice con Dios, solo no, no puedo” (V1).* Refiriendo al foco en el presente, los cinco entrevistados relataron la función que cumplió enfocarse en el presente a través del trabajo, la facultad, la familia y proyectos, para dejar la guerra en el pasado: *“La guerra de Malvinas es una vivencia ya del pasado... lo llevo grabado en el cuerpo en mis cicatrices, lo llevo como condecoraciones visibles, con orgullo. Es una parte que ya no va a volver, porque ahora estoy con otros objetivos, con otros proyectos y quiero vivir el resto de mi vida tranquilo y en paz” (V3).*

Factores sociales de resiliencia

El *Apoyo social informal* fue identificado en los cinco participantes. Estos describieron cómo el apoyo de sus amigos y familiares los ayudó a superar la situación: *“Mis amigos me acompañaron de una manera buenísima porque nunca me sentí incómodo, no me sentí presionado. Al contrario, me sentí acompañado; ellos acompañaron mi silencio con silencio también. Hasta que de a poco fue brotando, se fue hablando” (V2).* Así mismo, el *apoyo social formal* fue reportado por los todos los veteranos, refiriendo al apoyo social formal psicológico, ya sea por psicólogo o por psiquiatra. El entrevistado V5 refirió a la importancia de este acompañamiento: *“Con la ayuda de un buen terapeuta, empezar a entenderme, yo mismo, con mis propias salidas, con mis propios brazos, para qué me contengan, mis propias respuestas. Eso me lo dio la terapia.”*

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El presente estudio permitió explorar en profundidad las múltiples dimensiones de las adversidades físicas, emocionales y sociales enfrentadas por los veteranos de Malvinas, así como los factores de resiliencia que facilitaron su adaptación y crecimiento personal. Los relatos evidencian que las carencias básicas -como hambre, frío, privación del sueño y falta de seguridad- junto con el daño emocional asociado al duelo, la incertidumbre y la transformación de sus valores fundamentales, intensificaron el impacto traumático del conflicto (Galak, 2006). Estas condiciones confirman que la guerra implicó no solo un enfrentamiento bélico, sino también una crisis existencial profunda.

El fenómeno de desmalvinización, caracterizado por el ocultamiento social, la censura y el rechazo hacia los veteranos, representó un segundo momento traumático posterior al conflicto (Gamarnik *et al.*, 2019). La ausencia de apoyo estatal y social contribuyó al aislamiento, sentimientos de culpa por sobrevivir y consecuencias graves como cuadros depresivos y suicidios. Este hallazgo coincide con la literatura que destaca el perjuicio añadido que el estigma y la falta de reconocimiento producen en veteranos de guerra (Hoge *et al.*, 2004).

Desde la perspectiva de la resiliencia, los resultados indicaron que los veteranos movilaron una variedad de recursos personales y sociales para afrontar estas experiencias adversas (Fletcher & Sarkar, 2013). La introspección y el autoconocimiento se posicionaron como mecanismos claves para resignificar el trauma y transformar la experiencia en oportunidades de crecimiento. Asimismo, factores como el optimismo, la creatividad, el sentido del humor y la espiritualidad se manifestaron como herramientas facilitadoras para la recuperación y el afrontamiento adaptativo. El apoyo social, tanto informal -familiares, amigos y grupos de veteranos- como formal -atención psicológica especializada-, desempeñó un rol central en sostener y promover la reintegración psicosocial.

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

Estos resultados refuerzan la comprensión de la resiliencia como un proceso dinámico, multidimensional y profundamente vinculado a los contextos sociales, personales y culturales. Pese a la ausencia inicial de políticas públicas de apoyo, los veteranos lograron reconstruir sus vidas basándose en sus propios recursos y redes sociales, resignificando su identidad y su rol social.

Este estudio evidencia que las adversidades enfrentadas por los veteranos de Malvinas comprenden tanto el sufrimiento físico y emocional durante el conflicto (dimensión personal), como el proceso de desmalvinización y rechazo social posterior (dimensión social). En ambos aspectos, los factores de resiliencia identificados fueron fundamentales para la superación de las dificultades y el desarrollo de una narrativa de crecimiento y fortaleza.

Se concluye que, aun sin contar con un acompañamiento estatal efectivo en las primeras décadas posteriores a la guerra, los veteranos pudieron resignificar su experiencia, consolidando procesos internos y externos de resiliencia. Además, se observa un cambio social reciente donde la figura del veterano ha sido rehabilitada y recupera su reconocimiento como héroe nacional; un proceso que ha contribuido a la reconstrucción identitaria y al sentido de pertenencia.

Este estudio presenta algunas limitaciones que deben ser consideradas. La muestra reducida y de carácter intencional limita la generalización de los resultados a la totalidad de los veteranos de Malvinas. Además, el enfoque exclusivo en experiencias relativas a la guerra y a la resiliencia evita una exploración más amplia de otros factores posibles, como aspectos económicos o de salud física a largo plazo. Asimismo, la metodología cualitativa invitó a interpretaciones, que, si bien se buscó minimizar mediante triangulación y revisión por pares, pueden estar influidas por sesgos subjetivos. En este sentido, se sugiere que investigaciones futuras amplíen la muestra e incorporen diseños mixtos que permitan correlacionar niveles de resiliencia con la presencia de síntomas de estrés postraumático y otros trastornos relacionados. También sería valioso explorar de manera específica el impacto diferencial del apoyo social formal e informal en la readaptación y bienestar psicológico. Finalmente, investigaciones comparativas entre veteranos de distintos

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

conflictos bélicos podrían contribuir a comprender cómo variables contextuales y temporales modelan la resiliencia y el proceso de reintegración.

Por último, cabe destacar que hace ya varios años, hubo un cambio de actitud por parte del Estado y la sociedad hacia los veteranos, que puede haber sido favorecido a partir de que los mismos hayan comenzado a transmitir su experiencia. Hoy en día los veteranos son reconocidos por su coraje y compromiso por la patria; dejaron de ser *los chicos de la guerra* para convertirse nuevamente en *héroes de Malvinas*.

En suma, los hallazgos de este estudio permiten visibilizar el impacto subjetivo de la guerra y el potencial de la resiliencia como proceso dinámico. A través del estudio, es posible visibilizar el relato de los veteranos, que no solo constituyen como parte de su historia, sino que también forman parte de la memoria colectiva, resignificando su identidad y su lugar en la sociedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Chao, L. D. (2018). *Problematización y gobierno de los veteranos de la guerra de Malvinas. Estado nacional, intervención política y gubernamentalidad (1982-2017)* [Tesis de doctorado, Universidad Nacional de La Plata]. Conicet Digital. Recuperado de <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/96200>
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (3ra ed.). SAGE Publications.
- Cyrułnik, B. (2002). Las llaves de la felicidad. *Praxis Filosófica*, (15), Art. 15. Recuperado de <https://doi.org/10.25100/pfilosofica.v0i15.3041>
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological Resilience: A Review and Critique of

RESILIENCIA Y DESMALVINIZACIÓN: ESTUDIO CUALITATIVO CON LOS VETERANOS
ARGENTINOS DE LA GUERRA DE MALVINAS

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

Definitions, Concepts and Theory. *European Psychologist*, 18(1), pp. 12–23.
<https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>

Galak, O. (2006, 26 de marzo). No cesan los suicidios de ex combatientes de Malvinas. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/politica/no-cesan-los-suicidios-de-ex-combatientes-de-malvinas-nid784519/>

Gamarnik, C., Guembe, M. L., Agostini, V., & Flores, M. C. (2019). El regreso de los soldados de Malvinas: La historia de un ocultamiento. *Nuevo Mundo Mundos Nuevos*.
<https://doi.org/10.4000/nuevomundo.76901>

Guber, R. (2020). *¿Qué es la desmalvinización?* Comunicar Malvinas. Recuperado de <https://www.comunicarmalvinas.com/que-es-la-desmalvinizacion>

Hoge, C. W., Castro, C. A., Messer, S. C., McGurk, D., Cotting, D. I., & Koffman, R. L. (2004). Combat Duty in Iraq and Afghanistan, Mental Health Problems, and Barriers to Care. *New England Journal of Medicine*, 351(1), 13-22. <https://doi.org/10.1056/nejmoa040603>

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Interviews: Learning the craft of qualitative research interviewing* (2da ed.). SAGE Publications.

López-Fuentes, I., & Calvete, E. (2016). Desarrollo del Inventario de factores de resiliencia ante la adversidad. *Ansiedad y Estrés*, 22(2–3), pp. 110–117. <https://doi.org/10.1016/j.ayes.2016.10.003>

Muñoz, E. (2012). *Relación entre Reinserción Laboral y Presencia de Características Resilientes en Ex Combatientes de la Guerra de Malvinas* [Tesis de grado, Universidad Juan Agustín Maza]. Repositorio UMaza. Recuperado de <http://repositorio.umaza.edu.ar/handle/00261/748>

Panizo, L. M. (2016). Cuerpos muertos, violencia y sacrificio: Diferentes sentidos en el marco de la Guerra de Malvinas. *Amerika*, (15), Art. 15. <https://doi.org/10.4000/amerika.7698>

Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods* (4ta ed.). SAGE Publications.

Pomés, R. (2013). *La Guerra de Malvinas. Pasado y presente desde La Matanza*. Academia.edu. recuperado de [https://www.academia.edu/41112751/La Guerra de Malvinas Pasado y p](https://www.academia.edu/41112751/La_Guerra_de_Malvinas_Pasado_y_p)

RESILIENCIA Y DESMALVINIZACIÓN: ESTUDIO CUALITATIVO CON LOS VETERANOS
ARGENTINOS DE LA GUERRA DE MALVINAS

Berra, Milagros; Ortega Brenes, Javiera A.; Germano, Guadalupe y Fernández Cid, Hernán G.

[resente desde La Matanza](#)

Prieto, V. (2020). *Resiliencia y espiritualidad en estudiantes universitarios* [Tesis de grado, Universidad Argentina de la Empresa]. Repositorio UADE. Recuperado de <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/10352>

Ramírez-Granizo, I. A., Alonso-Vargas, J. M., Mata, S. S. R., Ubago-Jiménez, J. L., & Martínez-Martínez, A. (2019). El rol de la resiliencia en la asociación entre la actividad física deportiva y aspectos académicos en escolares. *Sportis*, 5(3), pp. 513-531. Recuperado de <http://hdl.handle.net/2183/23920>

Sangrilli, C. (2012). La combativa CGT en tiempos de la guerra de Malvinas (1982). *Revista Escuela de Historia*, 11(1). Recuperado de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1669-90412012000100006