

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

CARRERA DE ENFERMERÍA

*Tesis para optar por el grado académico de
Licenciatura en Enfermería*

**FACTORES PROTECTORES E
INDICADORES DE LA RESILIENCIA EN
JÓVENES Y ADULTOS RELACIONADOS
CON LAS CARACTERÍSTICAS
SOCIODEMOGRÁFICAS EN AMÉRICA
LATINA EN EL ÚLTIMO QUINQUENIO**

MARY ÁNGEL BRICEÑO MENDOZA

ENERO, 2020

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN.....	3
SUMMARY	5
CAPÍTULO 1: PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN	5
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	17
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO.....	31
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	37
4.1 ANÁLISIS DE RESULTADOS	38
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	55
5.1 Discusión	56
5.2 CONCLUSIONES.....	62
5.2.3 RECOMENDACIONES.....	64
Bibliografía	65
ANEXOS	67

RESUMEN

Introducción: La resiliencia es la capacidad humana de sobreponerse a una circunstancia o acontecimiento sumamente difícil, catastrófico o traumatizante, resistiendo, adaptándose y fortaleciéndose de dicha experiencia. **Objetivo general:** Determinar los factores protectores e indicadores de resiliencia en jóvenes y adultos relacionados con las características sociodemográficas, revisión bibliográfica en América Latina en el último quinquenio.

Metodología: Se utiliza un instrumento de elaboración propia de 13 ítems, dividido en 3 secciones que contempla las variables: factores sociodemográficos, factores protectores e indicadores de la resiliencia. **Resultados:** Los resultados de la investigación, arrojan que el ámbito personal, la autoestima consistente y la autonomía conforman los dos principales factores protectores internos, por otro lado, los lazos familiares y los pares de compañeros abarcan los elementos protectores externos más importantes. Los indicadores de la resiliencia corresponden a los pilares internos de la misma, a la percepción del “yo” que tiene cada persona, es por ello que se dividen en tres ámbitos importantes de la relación consigo mismo y con el entorno. **Discusión:** Se confronta y delata la desigualdad existente entre países como México, Colombia y Perú con respecto a Costa Rica en términos de investigación relacionadas al tema de resiliencia. Para el 2018, México cuenta con un total de 14 estudios, posicionándose como líder latinoamericano en este tema, seguido por Colombia y Perú con 13 y 8, respectivamente; mientras que Costa Rica, con apenas 2 investigaciones, iguala a Ecuador y Argentina. **Conclusiones:** La autoestima consistente y la autonomía se destacan como los elementos internos seguidos por la capacidad de relacionarse. Mientras que la exposición a situaciones de crisis, lazos familiares, pares de compañeros, grupos y amistades son considerados factores externos. Los indicadores de este fenómeno corresponden a: el yo soy, yo tengo y yo puedo, construyéndose así los llamados

pilares de la resiliencia. Todos estos enmarcan la manera en el que el sujeto es capaz de verse a sí mismo y a su entorno.

Palabras claves: Tenacidad cognitiva, componentes defensores, indicadores de la resiliencia.

SUMMARY

Introduction: Resilience is the human ability to overcome an extremely difficult, catastrophic or traumatic circumstance or event, resisting, adapting and strengthening such experience. **General objective:** To determine the protective factors and indicators of resilience in young people and adults related to sociodemographic characteristics, bibliographic review in Latin America in the last five years. **Methodology:** A 13-item self-crafted instrument is used, divided into 3 sections that includes the variables: sociodemographic factors, protective factors and indicators of resilience. **Results:** The results of the research show that personal sphere, consistent self-esteem and autonomy make up the two main internal protective factors, on the other hand, family ties and peers cover the elements most important external protectors. The indicators of resilience correspond to the internal pillars of the same, to the perception of the "I" that each person has, that is why they are divided into three important areas of the relationship with himself and the environment. **Discussion:** Inequality between countries such as Mexico, Colombia and Peru with respect to Costa Rica is confronted and decoupled in terms of research related to the issue of resilience. By 2018, Mexico has a total of 14 studies, positioning itself as a Latin American leader in this topic, followed by Colombia and Peru with 13 and 8, respectively; while Costa Rica, with just 2 investigations, equals Ecuador and Argentina. **Conclusions:** Consistent self-esteem and autonomy stand out as the internal elements followed by the ability to relate. While exposure to crisis situations, family ties, peers, groups, and friendships are considered external factors. The indicators of this phenomenon correspond to I am, I have and I can, thus building the so-called pillars of resilience. All of these frames the way the subject is able to see himself and his surroundings.

Keywords: Cognitive tenacity, defending components, resilience indicators.

CAPÍTULO I: PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.1 Antecedentes del problema

El término resiliencia se origina en las ciencias exactas, es definido por la física como la capacidad de los materiales en volver a su estado natural después de recibir presión. Sin embargo, en las últimas 5 décadas el concepto toma un giro importante, dado que la Dra. Emily Werner (1) pionera en el uso del término resiliencia en psicología, analiza mediante un estudio de cohortes de 3 décadas, las etapas de desarrollo de niños de alto riesgo y resilientes en la isla de Kauai, Hawai, con una población de 700 niños.

El objetivo es investigar el impacto relativo de los factores de riesgo y de protección durante varias fases de la vida, donde se muestra que los hombres presentan mayor vulnerabilidad que las mujeres en su primera década y menos durante la segunda; concluyendo el estudio demuestra que un 1/3 de ellos tienen un comportamiento normal y competente a pesar de estar expuestos al mismo ambiente estresante que la población restante.

El análisis de este estudio brinda un aporte importante a la investigación en curso, debido a que muestra de forma contundente que el ambiente no es relevante en cuanto a la formación de la resiliencia en las personas, sino que está directamente asociado a los factores protectores de la misma.

Naranjo (2) en su estudio, menciona el origen y funcionamiento cognitivo y la relación que tienen los mismos con el cuerpo. Las bases neurobiológicas y neurobioquímicas que se conocen subyacen como fundamentos de los cambios mentales que acompañan a la conducta resiliente, necesitando las sustancias hormonales y neurotransmisoras del importante eje cerebro-hipotálamo-suprarrenal-gonadal, como lo son el cortisol, la testosterona, la di-hidro-

epi-androsterona y la galanina., las cuales favorecen o perjudican y tienen un particular interés por ser susceptibles de medición y análisis.

Portella, Neri y Liberalesso (3) exponen en su investigación las estrategias de afrontamiento como componentes de la resiliencia, en las cuales se tienen tres propósitos: protección contra amenazas de adaptación, recuperación de los efectos de la adversidad y desarrollo personal, y su objetivo es investigar la importancia interna y externa del valor de seguir adelante.

La citada investigación se aplica a 415 sujetos que responden preguntas que miden el afrontamiento, la depresión, la salud autoevaluada y la satisfacción con la vida; las puntuaciones obtenidas se comparan entre sí según el género, la edad y los ingresos, dando como resultado tres factores principales: 1. estrategias no adaptativas, 2. estrategias adaptativas y 3. estrategias de desarrollo.

La escala muestra una consistencia interna moderada ($\alpha = 0.541$). Las estrategias de desarrollo se correlacionan positivamente con la salud autoevaluada y la satisfacción con la vida, y se correlacionan negativamente con la depresión ($p < 0.05$). Dicho trabajo tiene relación con las variables descritas en la presente investigación, dado que coinciden los factores protectores, al mismo tiempo que se destaca el rol importante del ser humano en la adaptación con las circunstancias que presente en su vida.

Los factores protectores de los adultos se fortalecen desde la infancia hasta la adultez, los cuales mezclan ciertas aptitudes como la capacidad de resistencia y control emocional, así lo explica Saiz en su investigación (4) acerca de los factores personales y sociales que ayudan a proteger al sujeto frente a la victimización por bullying, en el cual su objetivo general es determinar la prevalencia de sufrir acoso escolar y analizar la influencia de elementos propios y sociales sobre este fenómeno en una población de adolescentes; en su trabajo se recogen datos de 844 estudiantes (54% chicas), la edad media de la muestra es de 16,36 años y se concluye que la población afectada es de 29,5%.

El análisis multivariante para los componentes particulares, muestra que ser mujer, más resiliente, tener mejor autopercepción y bienestar psicológico, sirven como protección ante el bullying. En tanto que, el modelo de factores sociales indica que tienen también un efecto protector los recursos económicos, las relaciones con los padres, amigos y entorno escolar, esto indica una relación de las características sociodemográficas de la población junto con las circunstancias que los resguardan, incrementando así la prevalencia de una resiliencia sólida en la población desde edades tempranas.

Días presenta en su artículo “Protective factors and resilience in adolescents: The mediating role of self-regulation” (5) su objetivo principal que es explorar el papel mediador de la autorregulación en la relación entre los factores protectores y la resiliencia. La muestra se compone de 393 adolescentes de cursos de bachillerato, los participantes se evalúan mediante el Healthy Kids Resilience Assessment para recoger información sobre cuatro factores protectores, los cuales se componen del entorno escolar, familiar, comunitario y entre pares resilientes.

El establecimiento de objetivos y el control de los impulsos, son dos dimensiones de la autorregulación que se evalúan utilizando el Short Self-Regulation Questionnaire. Los resultados indican que el ambiente familiar, de la comunidad y entre iguales predice significativamente los niveles de resiliencia de los estudiantes, siendo el entorno familiar el principal, en tanto que, los otros entornos son predictores, pero no se encuentran pruebas de un efecto mediador de las dimensiones de la autorregulación sobre la relación entre los factores de protección y de resiliencia.

Este artículo brinda un aporte significativo a la presente investigación, ya que confirma la importancia que se establece entre los factores protectores y los indicadores de los mismos a la resiliencia.

Los factores protectores son los responsables de crear una resiliencia sólida a través de los años y conforme se avanza en las etapas de la vida; como lo afirma Dávila en su investigación (6) donde su objetivo es determinar la influencia del apoyo social percibido. Su estudio descriptivo correlacional, en donde participan 202 adolescentes mexicanos (136 mujeres y 66 hombres) y aplica la Escala Provisión Social y Escala de Resiliencia, ambas para sexo seguro, arroja resultados en los que revelan que el apoyo de la familia, de la pareja y los proveedores de salud influyen significativamente en la resiliencia sexual del joven, explicando el 33% de la varianza.

El apoyo de los amigos representa una influencia negativa y no significativa hacia la resiliencia sexual, esto permite establecer que la familia, la pareja y proveedores de salud son los principales recursos con los que cuenta el joven para afrontar los diversos cambios y situaciones relacionados con su sexualidad, lo que le conlleva a adquirir una conducta resiliente, ya que el entorno de apoyo es directamente significativo en la creación de los factores protectores fundados en el joven y fortalecidos a lo largo de su vida.

Karpinski, habla acerca de la resiliencia de los adolescentes relacionado con su entorno, en su artículo menciona que el objetivo de tal investigación es analizar la influencia de las actividades extracurriculares en la resiliencia (7). La muestra consta de 413 adolescentes que informan problemas personales (estado de ánimo, problemas de concentración, comportamiento).

El efecto de las actividades fuera del ámbito del currículo establecido sobre la fortaleza que asuma el individuo se considera mediante modelos de regresión lineal. Las variables predictoras en estos modelos son las actividades extracurriculares y las subescalas del SDQ (Cuestionario de Fortalezas y Dificultades). Los resultados mostrados en la investigación arrojan el importante papel del comportamiento prosocial y la competencia emocional en la manifestación de la resiliencia, según el entorno social (tipo de escuela).

Thurston, en su artículo (8), se refiere acerca del papel moderador de la resiliencia con relación al estrés percibido y los síntomas de atracones entre mujeres adultas jóvenes y las estudiantes universitarias adultas.

Las participantes son 297 mujeres adultas jóvenes de entre 18 y 25 años, con un índice de masa corporal de 15 a 66, quienes completan este estudio transversal mientras asisten a universidades en el oeste o sur de los Estados Unidos.

Las colaboradoras proporcionan información demográfica y de estatura / peso, y completan las siguientes medidas: Escala de estrés percibido, Escala de atracones y Escala de resiliencia breve, de la cual se concluye que las mujeres que experimentan mayor estrés son más propensas a comer en exceso en comparación con las que presentan bajo estrés; sin embargo, la resiliencia atenúa esta asociación. La capacidad de recuperación puede reducir los efectos negativos del estrés que se percibe en los comportamientos alimentarios en mujeres jóvenes.

Ruvalcaba et al (9) menciona en su artículo la validez predictiva de las competencias socioemocionales en la resiliencia, su objetivo es identificarlas. El autor aplica el Inventario de Competencias Socioemocionales (EQi-YV) y la Escala de Resiliencia para Adolescentes (READ) a una muestra de 840 adolescentes mexicanos.

Los resultados obtenidos señalan que las habilidades de adaptabilidad, así como el optimismo y el autoconcepto, favorecen la competencia personal, mientras que las competencias interpersonales y la capacidad para generar emociones positivas, predicen las competencias sociales asociadas a la resiliencia.

Merino (10) desarrolla en su estudio la interrogante de si hay relación entre el desempleo de jóvenes graduados y los recursos psicológicos, en la cual crea una investigación empírica desde la teoría de la conservación de los recursos, se plantea como objetivo analizar el rol de los recursos psicológicos, el bienestar, el distrés y el eustrés en jóvenes graduados empleados y desempleados. Se utiliza una muestra de 542 jóvenes graduados, de los cuales

el 48.3% estaban desempleados y los que trabajan ocupaban puestos relacionados con su formación académica. Los resultados sugieren que: 1) es algo más probable que los jóvenes recién graduados encuentren trabajo si tienen puntuaciones altas en optimismo, 2) la resiliencia, el optimismo, la autonomía, la autoeficacia, el dominio del entorno y la satisfacción general con la vida están deteriorados en los jóvenes sin trabajo, a la par que aumenta en ellos el afecto negativo y 3) el dominio del entorno juega un papel fundamental en los jóvenes graduados desempleados, dado que su pérdida guarda relación con el estrés mientras que su ganancia se relaciona con el eustrés.

Coppari (11) analiza en su estudio los sucesos de vida, con relación al sexo y rango etario en jóvenes paraguayos, en el cual se destaca la importancia que tiene para ellos adaptarse a la etapa de la adolescencia y la detección temprana de sucesos de vida como indicadores de riesgo de producir estrés, cuyo afrontamiento exitoso depende de las interpretaciones subjetivas individuales y las variables contextuales.

El estudio cuenta con la participación de 1334 estudiantes de una institución pública de Educación Escolar Básica (EEB) y Educación Media (EM) de Asunción, 609 varones y 725 mujeres, de 12 a 15 y de 16 a 18 años de edad; se aplican los instrumentos Cédula Sociodemográfica para el Adolescente y su Familia y el Cuestionario de Sucesos de Vida.

Los resultados indican diferencias significativas entre la frecuencia de Sucesos Personales y Problemas de Conducta; por rango etario, los adolescentes de entre 16 y 18 años de edad son los más afectados por estos sucesos, mientras que por sexo son los varones. Las políticas públicas de salud y educación tienen en estas evidencias respaldo para realizar intervenciones de prevención temprana de riesgo, promoción de la resiliencia y refuerzo de afrontamiento funcional.

Banyard (12) realiza un estudio en el cual habla acerca de los efectos sobre la salud de eventos adversos en la infancia en la identificación de factores protectores prometedores en

la intersección del bienestar mental y físico, el cual basa su objetivo principal en documentar cómo la exposición a la adversidad en la infancia conduce a resultados negativos para la salud a lo largo de la vida. El mismo es guiado por el Modelo de Portafolio de Resiliencia, este estudio examina los factores protectores asociados con la salud física en una muestra de adolescentes y adultos expuestos a altos niveles de adversidad, incluido el abuso infantil.

Una muestra de la comunidad rural de 2565 individuos con una edad promedio de 30 años, participa en encuestas a través de software asistido por computadora. Los colaboradores completan medidas de auto informe de salud física, adversidad y una serie de factores protectores extraídos de la investigación sobre resiliencia.

Los partícipes indican que una mayor carga de victimización en la infancia y la tensión financiera actual tienen a tener una salud física más deficiente, pero aquellos con fortalezas en la regulación de las emociones, la creación de sentido, el apoyo comunitario y social y la práctica del perdón manifiestan una mejor salud. Según la hipótesis, las fortalezas en los dominios de la cartera de resiliencia (regulatorio, de creación de significado e interpersonal) tienen asociaciones positivas e independientes con la calidad de vida relacionada a la salud, después de tener en cuenta la exposición de los participantes a la adversidad.

Los esfuerzos de prevención e intervención para el maltrato infantil deben centrarse en reforzar una cartera de fortalezas. La base del trabajo debe comenzar con las familias al inicio de la vida.

Echeburúa (13) habla en su estudio acerca de la memoria traumática y sus estrategias de afrontamiento, tanto adaptativas como inadaptativas, su objetivo es analizar la relación existente entre los recuerdos traumáticos y las posibles tácticas para hacerles frente. A través de su investigación revela que los recuerdos traumáticos son difíciles de integrar en la biografía de las personas afectadas y éstos pueden interferir de forma significativa en su

funcionamiento social, académico y profesional, psicopatológicamente existe diferencia entre ambos.

Las estrategias de afrontamiento adaptativas, tales como la evitación cognitiva, la exposición terapéutica a los recuerdos traumáticos o la capacidad de perdón y las inadaptativas como la nostalgia, sentimientos de odio y de venganza o conductas autodestructivas, pueden causar dificultades de recuperación en algunos pacientes. Por último, se examinan las estrategias de regulación emocional cognitiva y el papel de la resiliencia y del crecimiento postraumático para afrontar los recuerdos traumáticos.

Andrade (14) plantea, en su estudio cómo analizar las implicaciones de la promoción de recursos protectores por medio de la familia y la escuela en estudiantes mayas yucatecos migrantes, debido a que se desenvuelven en condiciones de pobreza, marginación social, violencia escolar, embarazos no deseados y consumo de alcohol y tabaco, que en ocasiones les conducen a deserción escolar, lo que incrementa su situación de adversidad en la que se encuentran. De aquí la relevancia de promover en estos estudiantes, mientras permanecen en la escuela secundaria, capacidades resilientes y recursos personales cuyo propósito sea mejorar su adaptación positiva al centro escolar y, en consecuencia, su propia situación personal y familiar.

Méndez (15) establece como objetivo en su investigación determinar los factores que se asocian con el no consumo de drogas en personas adolescentes. Para ello se administra, además de una diversidad de instrumentos, una escala de resiliencia que permite determinar factores de riesgo y de protectores en dos muestras seleccionadas intencionalmente en la Gran Área Metropolitana (GAM), con el fin de establecer si el no consumo de sustancias se asocia con mayores o menores valores de resiliencia. La aplicación de modelos de regresión logística y análisis factorial permiten establecer la ausencia de relaciones significativas entre niveles de resiliencia y la abstinencia o la ingestión de diversas drogas.

1.1.2 Delimitación del problema

La investigación analiza 52 artículos llevados a cabo en América Latina, en los cuales se abarca una población de 4032 personas, de ambos sexos, con edades de 9 a 32 años que oscilan de grado de escolaridad. Los estudios pertenecen al último quinquenio.

1.1.3 Justificación

Los factores protectores e indicadores de la resiliencia son el punto de partida para abordar posibles estrategias y aspectos que deben ser trabajados desde etapas tempranas, ya que permiten la visualización de los seres desde una dimensión diferente. El estudio de la resiliencia puede proveer datos que permitan caracterizar a poblaciones específicas, según sus condiciones demográficas, por ejemplo.

La presente investigación identifica el panorama global de los indicadores de resiliencia en la población y su distribución geográfica, los aspectos comunes y los elementos divergentes, entre otros. La mayoría de artículos se enfocan en poblaciones vulnerables y eventos traumáticos; es importante discernir si en América Latina se han desarrollado estudios en la población general y si los factores protectores o indicadores de resiliencia coinciden o no entre ambos grupos.

La resiliencia permite abrir un campo de investigación amplio, por medio del cual se puede analizar su impacto, tanto de forma positiva como negativa en las personas. A pesar de ser un concepto conocido desde tiempos pasados, es hasta en el siglo XX que surge el interés por su relación con los seres vivos.

El profesional en enfermería debe comprender la aplicación de este concepto para identificar a qué edad se debe abordar a los individuos para que en la etapa adulta puedan afrontar las situaciones adversas, de esta manera se puede tener una visualización de las personas de forma integral, no solo viendo su ser fisiológico, sino destacando su ser emocional, teniendo

claro que la formación de una resiliencia sólida, proporciona herramientas que permitan a las personas tener una mayor claridad de los obstáculos vividos.

1.2 REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son los factores protectores e indicadores de la resiliencia en jóvenes y adultos relacionados con características sociodemográficas?

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Objetivo General

Determinar los factores protectores e indicadores de resiliencia en jóvenes y adultos relacionados con las características sociodemográficas, revisión bibliográfica en América Latina en el último quinquenio.

1.3.2 Objetivos Específicos

1. Identificar los factores protectores de la resiliencia en estudios elaborados en América Latina en los años 2014-2018.
2. Reconocer los indicadores de resiliencia en estudios llevados a cabo en América Latina en los años 2014-2018.
3. Caracterizar los estudios según los aspectos sociodemográficos, América Latina periodo 2014-2018.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2. MARCO TEÓRICO

2.1. DEFINICIÓN DE LA RESILIENCIA

El vocablo resiliencia tiene su origen en el idioma latín, con el término "resilio", que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. A lo largo de la historia, el concepto de resiliencia ha tenido diferentes conceptualizaciones, dentro de las cuales las más relevantes mencionan a continuación:

Para Rutter (16) sirve "para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos".

Cyrułnik (17), como uno de los mayores exponentes en el mundo de la teoría y práctica de la resiliencia, la define como "la capacidad de los seres humanos sometidos a los efectos de una adversidad, de superarla e incluso salir fortalecidos de la situación".

Vanistendael (18) habla de una capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad impedir, disminuir o superar los efectos nocivos de la adversidad.

En tanto Walsh (19) la menciona como la capacidad de una persona para recobrase de la adversidad fortalecida y dueña de mayores recursos. Se trata de un proceso activo de resistencia, autocorrección y crecimiento como respuesta a las crisis y desafíos de la vida.

Otros autores, hablan de la historia de adaptaciones exitosas en el individuo que se ven expuestos a factores biológicos de riesgo o eventos de vida estresantes, así mismo consideran la resiliencia como parte del proceso evolutivo y que el mismo debe ser promovido desde la niñez, en los cuales concluyen que determinados factores, como la adquisición de responsabilidades, el interés hacia el prójimo como medio de reparación personal, sentirse amado, la fe y búsqueda de filosofía, otorgan sentido a la existencia y permiten al individuo encontrarle cierto sentido a su sufrimiento.

Entre las distintas definiciones de resiliencia, la mejor representada es la adoptada por la segunda generación de investigadores como Luthar (20) quienes definen resiliencia como

"un proceso dinámico que tiene como resultado la adaptación positiva en contextos de adversidad". Esta definición distingue tres componentes importantes que deben estar presentes en el concepto de resiliencia:

1. La noción de adversidad, trauma, riesgo, o amenaza al desarrollo humano.
2. La adaptación positiva o superación de la adversidad.
3. El proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales que influyen sobre el desarrollo humano.

En relación con lo mencionado anteriormente, es importante entender la resiliencia como un proceso de superación de la adversidad y de responsabilidad social y política, ya que ésta puede ser promovida con la participación de todos los actores de la sociedad. De esta forma, la resiliencia permite una nueva epistemología del desarrollo humano, en tanto enfatiza el potencial humano, es específica de cada cultura y hace un llamado a la responsabilidad colectiva. Un enfoque en resiliencia permite que la promoción de la calidad de vida sea una labor colectiva y multidisciplinaria.

La resiliencia es una agrupación de distintos procesos psíquicos y sociales que, a través del tiempo, permiten al individuo tener una vida saludable a pesar de que el medio donde se desarrolle sea disruptivo. Es por ello que la resiliencia no es algo con lo que se nace, sino una capacidad que se adquiere por diversas situaciones que se conllevan día con día.

2.2 PILARES DE LA RESILIENCIA

Henderson Grotberg (21) propone en su teoría los 4 pilares de la resiliencia como fundamentales en la creación de la misma.

1. **Yo tengo:** Son aquellas cualidades que tienen que ver con el apoyo que el individuo cree que puede recibir, es decir es producto de las relaciones de confianza y del apoyo formal e informal. Hace referencia a personas del entorno en quienes uno confía y de los cuales recibe cariño incondicionalmente, que establecen límites para que uno aprenda a

evitar los peligros o problemas, que muestran a través de su conducta el modo correcto de proceder, que desean que uno aprenda a desenvolverse solo y ayudan cuando se está enfermo, o en peligro o cuando se necesita aprender.

2. Yo soy: Son las cualidades que se relacionan con la fortaleza interna o intrapsíquica y se refiere a una persona por la que otros sienten aprecio y cariño, el momento en que uno es feliz cuando hace algo bueno para los otros y les manifiesta afecto, cuando se es respetuoso de sí mismo y de los demás.

3. Yo estoy: También alude a las cualidades que se relacionan con la fortaleza interna o intrapsíquica. Se refiere a estar dispuesto a responsabilizarse de los propios actos y a estar convencido de que todo saldrá bien.

4. Yo puedo: Apunta a las capacidades sociales e interpersonales y a la resolución de conflictos. Se refiere a exteriorizar cosas que asustan o inquietan; buscar el modo de resolver los problemas; controlarse cuando se tenga ganas de hacer algo peligroso o que no está bien; buscar el momento adecuado para hablar con alguien o actuar y encontrar a alguien que le ayude cuando se le necesita.

2.3 INDICADORES DE LA RESILIENCIA

Saavedra y Villalta (22) proponen como indicadores de la resiliencia 12 componentes, los cuales se describen a continuación:

- a) **Identidad.** (Yo soy). Se refiere a juicios generales tomados de los valores culturales que definen al sujeto de un modo relativamente estable. Estos juicios generales refieren a formas particulares de interpretar los hechos y las acciones que constituyen al sujeto de un modo estable a lo largo de su historia.
- b) **Autonomía.** (Yo soy- visión de sí mismo). Son las reflexiones referentes al vínculo que determine el sujeto de sí mismo para contribuir a su entorno sociocultural.

- c)** Satisfacción. (Yo soy- visión del problema). Tiene que ver con los discernimientos que el individuo hace referente al problema y su interpretación.
- d)** Pragmatismo. (Yo soy- respuesta resiliente). Refiere a juicios que develan la forma de interpretar las acciones que realiza.
- e)** Vínculos. (Yo tengo-condiciones de bases). Juicios que ponen de relieve el valor de la socialización primaria y redes sociales con raíces en la historia personal.
- f)** Redes. (Yo tengo-Visión de sí mismo). Juicios que refieren al vínculo afectivo que establece la persona con su entorno social cercano.
- g)** Modelos. (Yo tengo-Visión del problema). Juicios que refieren a la convicción del papel de las redes sociales cercanas para apoyar la superación de situaciones problemáticas nuevas.
- h)** Metas. (Yo tengo-respuesta). Juicios que refieren al valor contextual de metas y redes sociales por sobre la situación problemática.
- i)** Afectividad. (Yo puedo-condiciones de base). Juicios acerca del lazo emocional y posibilidades entre el individuo y su entorno.
- j)** Autoeficacia. (Yo puedo-visión de sí mismo). Juicio sobre las posibilidades de éxito que la persona reconoce en sí mismo ante una situación problemática.
- k)** Aprendizaje. (Yo puedo-visión del problema). Juicios que refieren a valorar una situación problemática como una posibilidad de aprendizaje.
- l)** Generatividad. (Yo puedo-respuesta). Juicios que refieren a la posibilidad de pedir ayuda a otros para solucionar situaciones problemáticas.

Los doce factores determinados desarrollan la resiliencia, no obstante, los mismos tienden a agruparse en diferentes aspectos del sujeto. Por ello, se evalúa la resiliencia en forma de acciones y las interpretaciones de respuestas sobre sí mismos, el ambiente y la vida, abriendo así la oportunidad de cambio y crecimiento en el sujeto.

2.4 DIMENSIONES DE LA RESILIENCIA

El modelo teórico bifactorial de Wagnild y Young (23) describe las 5 dimensiones emergentes de la combinación de los factores propuestos:

- a) **Ecuanimidad:** Hace referencia a una visión equilibrada de la vida y la experiencia adquirida a lo largo de la misma, asumiendo con tranquilidad los sucesos y modulando conductas frente a la adversidad.
- b) **Perseverancia:** Se perfila como la constancia y resistencia ante situaciones complejas o desaliento impulsado por un deseo exaltado de logro y autodisciplina.
- c) **Confianza en sí mismo:** Es creer en las capacidades y habilidades que se posee.
- d) **Satisfacción personal:** Consiste en asumir y comprender el significado de la vida y el cómo cada persona contribuye a esta.
- e) **Sentirse bien sólo:** Vislumbra la satisfacción que genera la libertad y el saber que se es único e importante.

2.5 FACTORES PROTECTORES DE LA RESILIENCIA

Los factores protectores de la resiliencia son los que ayudan al sujeto a protegerse ante las experiencias negativas, mejorando su adaptación con el medio para fortalecerse y superarse. Al respecto, Guillén (21) manifiesta que “la familia es un factor primordial en la promoción de la resiliencia siempre y cuando refleje relaciones afectivas adecuadas, cohesión y calidez”.

Una experiencia hostil puede volverse un factor de protección, siempre y cuando el sujeto se adapte y establezca mecanismos para fortalecerse y desarrollarse satisfactoriamente, obteniendo provecho del acontecimiento vivido.

Los elementos protectores se clasifican entre externos e internos. Los externos se refieren a condiciones del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños: familia

extendida, apoyo de un adulto significativo, o integración social y laboral. Los internos se refieren a atributos de la propia persona: estima, seguridad y confianza de sí mismo, facilidad para comunicarse, empatía

El comportamiento resiliente está sujeto a factores externos e internos de la persona; de estas interacciones se deriva la multiplicidad de conductas que se pueden manifestar ante un mismo suceso, tanto en el mismo individuo como en diferentes.

Las conductas resilientes requieren de factores resilientes y acciones. Este tipo de conducta admite la presencia e interacción dinámica de ciertos factores los cuales van cambiando durante el desarrollo del ser humano; ya que las situaciones de adversidad cambian y requieren también cambios en la conducta resiliente.

2.5.1 Factores protectores internos: Características individuales que facilitan la resiliencia

- **Introspección o capacidad de insight.** Es la capacidad de mirarse a sí mismo, detectar y reconocer las propias emociones.
- **Capacidad de relacionarse o interacción.** Es la habilidad para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas, es crear vínculos.
- **Iniciativa.** Es el placer de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes.
- **Humor.** Alude a la capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia.
- **Creatividad.** Es la capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden, es hacer todo a partir de la nada.
- **Moralidad.** Es la actividad de una conciencia informada, se refiere a la conciencia moral, a la capacidad de comprometerse con valores y de discriminar entre lo bueno y lo malo.

- **Autoestima consistente.** Es la base de los demás pilares y fruto del cuidado afectivo consecuente del niño o adolescente por un adulto significativo.
- **Autonomía:** Es la capacidad que tiene el ser humano para pensar, sentir y tomar decisiones por sí mismo, asumiendo las consecuencias de sus propios actos y de sus decisiones y emociones
- **Expectativas positivas de futuro:** Es la predisposición a mirar el futuro con una actitud más favorable, lo que le permite a la persona tener un mejor estado de ánimo y ser más perseverante con respecto a sus metas futuras.

2.5.2 Factores protectores externos: Características de las familias, escuelas, comunidades y grupos de pares que fomentan la resiliencia.

- Promover vínculos estrechos, valorar y alentar la educación.
- Emplear un estilo de interacción cálido y no crítico.
- Fijar y mantener límites claros (reglas, normas y leyes).
- Fomentar relaciones de apoyo con muchas otras personas afines.
- Alentar la actitud de compartir responsabilidades, prestar servicio a otros y brindar "la ayuda requerida".
- Brindar acceso a recursos para satisfacer necesidades básicas de vivienda, trabajo, salud, atención y recreación.
- Expresar expectativas de éxito elevadas y realistas.
- Promover el establecimiento y el logro de metas.
- Fomentar el desarrollo de valores sociales (como el altruismo) y estrategias de convivencia (como la cooperación).
- Proporcionar liderazgo, adopción de decisiones y otras oportunidades de participación significativa.

- Apreciar los talentos específicos de cada individuo.

2.6 FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

2.6.1 Resiliencia y género

Los niños son más limitados que las niñas a temprana edad, para formar parte activa de diferentes prácticas y tener relaciones de afecto y de cuidado. Variables que quizá podría revelar algunos de los soportes bajo los cuales un hombre toma apoyo para superar una barrera o adversidad diferentes a los movimientos de una mujer para superar las mismas (24).

2.6.2 Resiliencia y edad

La primera etapa de infancia de un niño es relevante para el buen desarrollo psicoemocional. Investigaciones señalan que un trauma severo durante este periodo puede traducirse en graves problemas en la edad adulta. Procesos cognitivos como el aprendizaje, el razonamiento, la memoria, la resolución de problemas, toma de decisiones e incluso el lenguaje son los primeros procesos que serán entrenados por el niño (a).

El afecto y el cariño impulsan la independencia en los primeros pasos del infante; además de brindarle confianza en sí mismo, forjándolo para tolerar frustraciones. A los 9 años los niños son capaces de promover su propia resiliencia y buscar mayor ayuda externa.

Los niños que están en riesgo debido a la pobreza, la separación familiar, la violencia y el abuso, enfermedad, enfermedad de los padres y muchos otros factores, no son un determinante puntual para infringir niveles de depresión en los mismos a lo largo de toda su vida e incluso impedirles pensar de manera lógica sobre cómo superar un problema personal. Aunque los factores de protección, incluyendo el temperamento del niño, fuentes

inesperadas de apoyo en la familia y su comunidad, además de la autoestima, conducen a la mayoría de los niños en riesgo a tener éxito en la vida.

2.6.3 Resiliencia y educación

Las personas pueden pensar que entre mayor educación se tenga, mayor número de herramientas se tienen para afrontar las adversidades. La educación es vital para generar competencias para la vida de las personas, pero no es una base esencial de la resiliencia, como sí lo son la capacidad de introspección necesaria para reflexionar, la experiencia propia y la capacidad de autocontrol afectivo para adaptarse al entorno.

2.6.4 Resiliencia y relaciones socio afectivas

Martin Seligman (25) habla de un factor importante que deben implementar las personas para lograr una vida satisfactoria, ese factor, generador de resiliencia, lo llama la vida comprometida, se habla de tener buenas relaciones con amigos, familiares y también con la pareja, aunque haciendo hincapié, además, en que no es solo cuestión de tener, por ejemplo, una pareja, sino ir más allá y buscar siempre ser uno solo con todas las cosas, entregarse por completo.

Las personas deben de tener la capacidad de relacionarse, tener la actitud de brindarse, establecer lazos afectivos e intimidad con otras personas, ya que puede servir de apoyo para balancear la propia necesidad de afecto que tienen, factor que además les puede permitir conocerse a ellos mismos. Una autoestima baja o exageradamente alta produce aislamiento, ya que si es baja el grupo, o la misma persona, harán que no forme parte del grupo y si es demasiado alta puede generar rechazo por la soberbia que muestra, y dependerá de la persona cambiar o no dichos errores para entrar en un círculo de amistades.

2.7 TEORIAZANTE

Dorothy E. Johnson nació el 21 de agosto de 1919 en Savannah (Georgia). Realizó un curso de preparación enfermera en el Armstrong Junior College de Savannah, en Georgia (1938); se licenció en enfermería en 1942 en la Vanderbilt University en Nashville (Tennessee) y obtuvo su máster en salud pública en la Harvard University en Boston (1948). Murió en febrero de 1999 a la edad de 80 años. (26)

El modelo del sistema conductual de Dorothy Johnson (**Anexo 1**) se centra en cómo el paciente se adapta a la enfermedad y en cómo el estrés presente o potencial puede afectar la capacidad de adaptación. Para Johnson, el objetivo de enfermería es reducir el estrés de tal forma que el paciente pueda avanzar con mayor facilidad a través del proceso de recuperación (27). El modelo de Johnson se centra en las necesidades básicas en relación con los siguientes subsistemas de conductas:

1. **Subsistema de afiliación.** Este es probablemente el más importante, asegura la supervivencia y la seguridad.
2. **Subsistema de dependencia.** Promueve una conducta de colaboración que exige una respuesta recíproca.
3. **Subsistema de ingestión.** Tiene que ver con cuándo, cómo, qué, cuánto y en qué condiciones nos alimentamos. Cumple así la amplia función de satisfacer el apetito.
4. **Subsistema de eliminación.** Tiene que ver con cuándo, cómo y en qué condiciones se produce la eliminación, considera aspectos biológicos, sociales y fisiológicos.
5. **Subsistema sexual.** Obedece a la doble función de la procreación y la gratificación.

6. Subsistema de realización. Este subsistema trata de manipular el entorno, controla y domina un aspecto propio o del mundo circundante hasta alcanzar cierto grado de superación.

7. Subsistema agresión/protección. Consiste en proteger y conservar.

Los supuestos principales, que esta teoría menciona, son:

Enfermería. Es una fuerza externa que actúa para preservar la organización de la conducta del paciente cuando éste se siente sometido a estrés, por medio del fomento de mecanismos reguladores y otros recursos. Como técnica y como ciencia, presta asistencia externa antes y durante la pérdida del equilibrio del sistema y, por lo tanto, requiere un conocimiento del orden, el desorden y el control.

Persona. Se ve a la persona como un sistema conductual con formas de comportamiento marcadas por un modelo, repetitivas e intencionadas, que la vinculan con el entorno.

Johnson (27) reconoce también que un sistema conductual es fundamental para el individuo, y cuando alguna fuerza poderosa y una menor resistencia perturban el equilibrio del sistema conductual, la integridad del individuo se ve amenazada.

Salud. Estado dinámico fugaz influido por factores biológicos, fisiológicos y sociológicos. La salud se refleja en la organización, interacción, interdependencia e integración de los subsistemas que integran el sistema conductual.

Entorno. Se compone de todos los factores que no forman parte del sistema conductual del individuo, pero que influyen en él; algunos de ellos pueden ser utilizados por la enfermera a favor de la salud del paciente.

2.7.1 RELACIÓN ENTRE EL MODELO DE ENFERMERÍA Y LA RESILIENCIA

El objetivo del modelo consiste en mantener y recuperar el equilibrio en el usuario, ayudándole a conseguir un nivel óptimo de funcionamiento, es por esto que se relaciona directamente con el término "resiliencia", que es la capacidad que va adquiriendo la persona para poder enfrentar, satisfactoriamente, los distintos factores de riesgo, y a la vez ser fortalecido como resultado de esa situación.

El sistema humano está constantemente sometido a factores estresantes, los cuales producen un desequilibrio en el individuo. Es aquí donde el profesional de enfermería debe intervenir proporcionando cuidados que lleven al usuario a enfrentar de mejor manera las amenazas, tanto internas como externas, que se le presentan en diversas ocasiones y así lograr que las personas enfrenten estos factores de manera positiva, lo que los llevará a ser una persona resiliente.

Los sistemas son interactivos, interdependientes e integrados, por lo que partiendo de esa base podemos decir que "los cambios en un subsistema producidos por una enfermedad no se pueden comprender del todo sin entender su relación con los cambios producidos en los otros subsistemas". Es así como los principios del modelo del sistema conductual permiten a la enfermera/o valorar la importancia de ofrecer de forma constante protección, nutrición y estímulo, para así fomentar la resiliencia en el individuo.

Johnson (27) manifiesta que las personas son seres activos en constante labor de búsqueda no sólo para adaptarse a su entorno, sino también para alterar dicho entorno y adaptarlo a sus necesidades. Asimismo, considera que el sistema conductual es más activo que reactivo.

Otros autores (28) hablan que factores de riesgos propios de las enfermedades y lesiones son un enfoque comúnmente utilizado para conocer cuán preparados están las personas para

experimentar un problema de salud. La exposición al estrés o a un desafío psíquico es fundamental para definir la resiliencia en los seres humanos.

CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO

3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación cuantitativa, utiliza la recolección de datos, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, es por esto que el presente trabajo de investigación se clasifica como un enfoque bibliográfico de tipo cuantitativo, parte del estudio es la recolección de datos de tipo descriptivo y de observación; el cual permite la obtención necesaria para analizar los factores protectores de la resiliencia y los indicadores que determinan la resiliencia.

Este método utiliza recolección de datos, con medición numérica la cual se obtiene mediante una recopilación de referencias bibliográficas, relacionadas con la investigación.

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

- ✓ **Retrospectivo:** Se utiliza en la investigación el último quinquenio como periodo de análisis.
- ✓ **Descriptivo:** No hay manipulación de las variables, sino que solo se describe el comportamiento de las mismas a lo largo de los estudios.

3.3 OBJETOS DE ESTUDIO

El diseño de la investigación es no experimental, ya que se trata de estudios donde no se hace variar en forma intencional las variables independientes, para ver su efecto sobre otra variable.

3.3.1 Población

Los estudios abarcan una población de 4032 personas.

3.3.2 Criterios de inclusión y exclusión

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
Personas entre 9 y 32 años.	
Estudios donde se utilice población Latinoamericana. Estudios que contengan al menos un factor protector o indicador de la resiliencia. Estudios vinculados en la resiliencia enfocados al área de la salud.	Estudios hechos en América Latina, que utilicen población fuera de la misma. Estudios que mencionen aspectos relacionados con de la resiliencia sin clasificarlos en factores protectores o indicadores de la resiliencia.
Artículos de 2014 a 2018.	

3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

3.4.1 Validación del instrumento

El instrumento que se utiliza para la recolección de datos, consta de cuatro partes. La primera parte contiene las generalidades de los artículos, empezando por el nombre del mismo y año, seguido de la cantidad de personas en estudio, edad y grado académico.

La segunda parte corresponde a la primera variable de la investigación, los factores protectores, en donde se presentan por medio de una tabla de cotejo con diferentes características y se marcan por medio de selección única.

La tercera parte pertenece a los indicadores de la resiliencia, al igual que la sección anterior se recolecta por medio de una tabla de cotejo, la cual contiene niveles altos, medios o bajos para clasificarlos. La cuarta parte indica las características sociodemográficas de la población, el sexo que muestra mayor índice de resiliencia, edad, situación económica y estado civil. **(Ver anexo 2)**

3.7 PLAN PILOTO

El plan piloto se realiza con 5 estudios en países que no forman parte de América Latina como lo son Estados Unidos de América y España que se seleccionan uno por pertenecer al mismo continente y España por compartir el mismo idioma, de igual manera la cantidad de estudios es abundante.

La cantidad que se selecciona es el 10% del total de los estudios para realizar el plan piloto, se elabora un instrumento que consta de cuatro partes. La primera sección abarca generalidades, como nombre del estudio, año y país de origen seguido por la edad y el grado académico. La segunda, consta de los factores protectores en una tabla con clasificaciones de alto, medio y bajo, según corresponda.

La tercera fracción constituye a los indicadores de la resiliencia por medio del yo soy-yo tengo y yo puedo. La cuarta parte corresponde a los factores sociodemográficos de la población, como lo es el sexo y la edad con mayor índice de resiliencia.

Fernández, García y Sajquim son los autores que mediaron para determinar la invalidez del instrumento, esto debido a la clasificación de las variables, la forma en la que se encuentra la tabla de los factores protectores y su selección, la inexactitud de criterio de categorización de los indicadores de la resiliencia y la carencia de características sociodemográficas. **(Ver Anexo 3)**

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS DE RESULTADOS

Características sociodemográficas

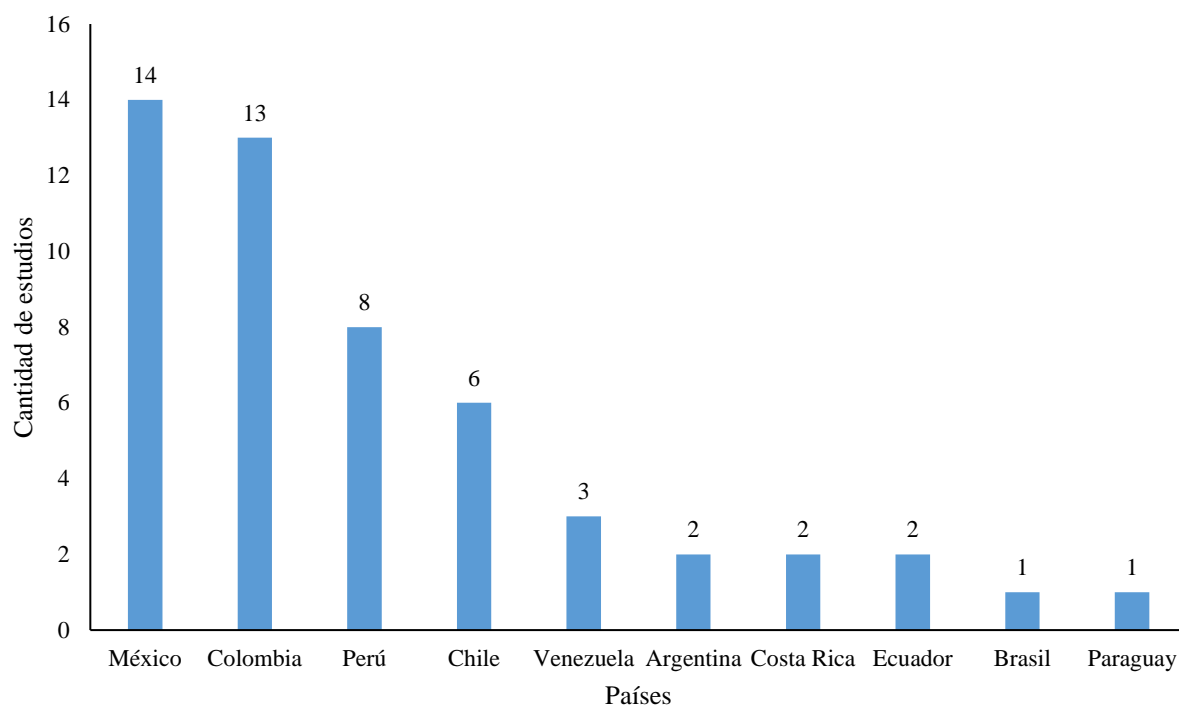


Figura N°1 Distribución de los estudios según país de origen, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia.2019

México y Colombia representan la mitad de los estudios, mientras que Costa Rica se encuentra en el segundo grupo con menos cantidad de estudios acerca del tema.

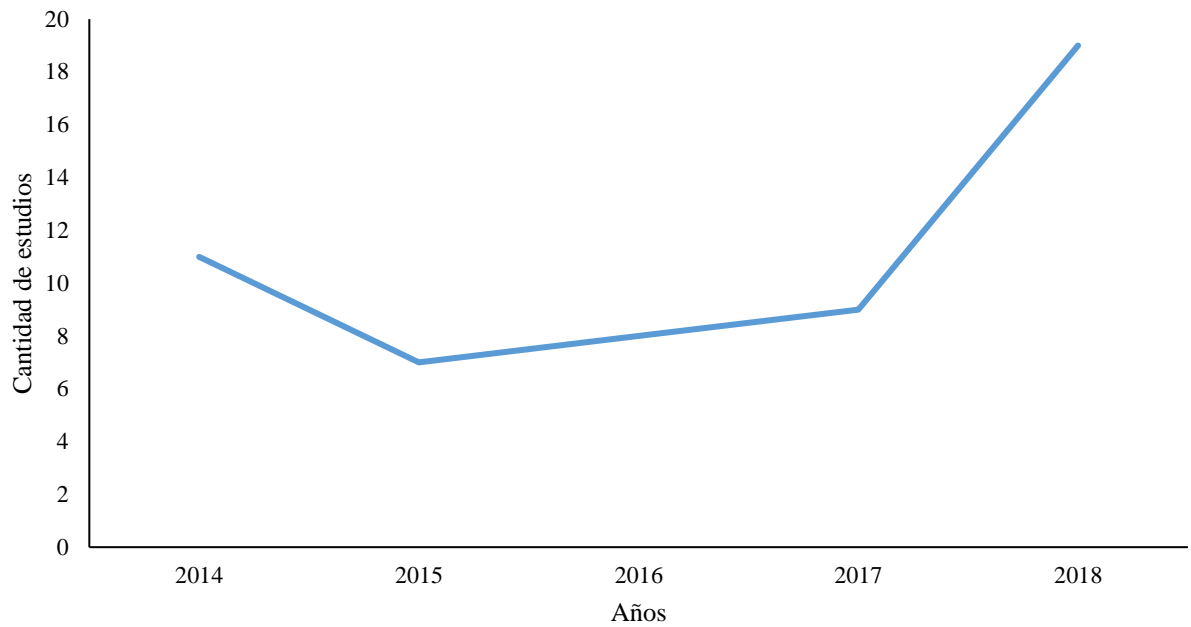


Figura N° 2 Distribución de los estudios según año realizado, revisión sistemática en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

La representación cronológica indica que el interés por los estudios tuvo una tendencia a la baja entre el 2014 y 2017, sin embargo, la tendencia se invierte un año después dado que cuatro de cada diez estudios se realizan en el año 2018.

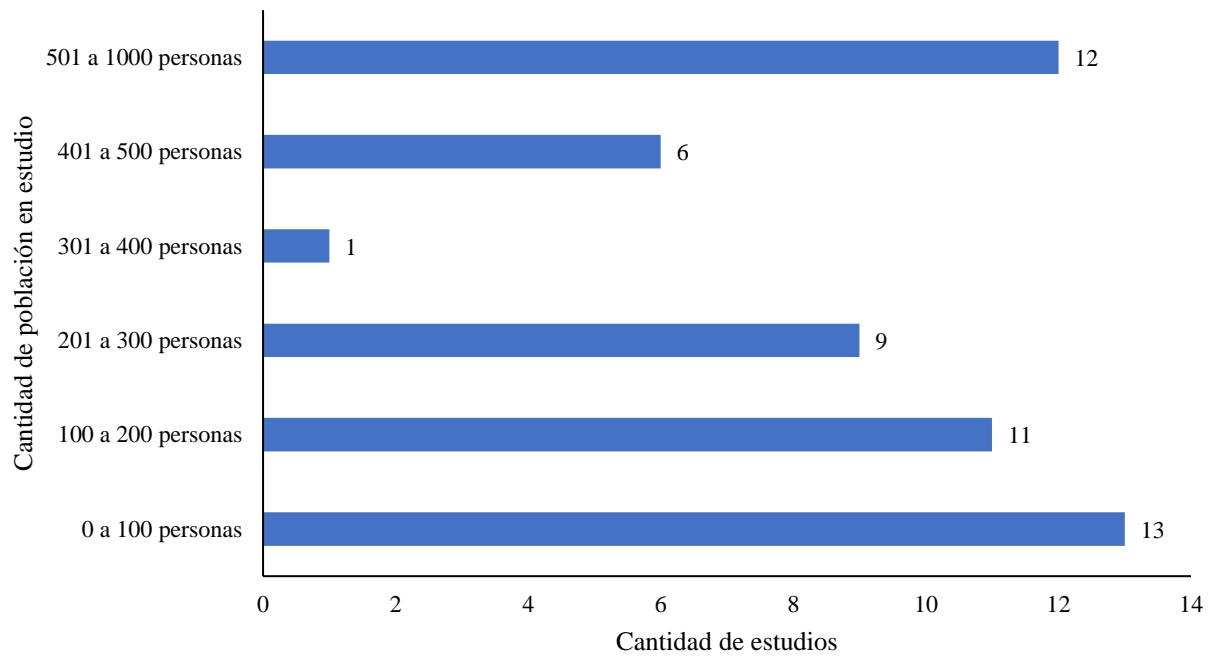


Figura N° 3 Distribución de población en estudio según cantidad de artículos, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Treinta y cinco estudios se realizan en menos de 300 personas.

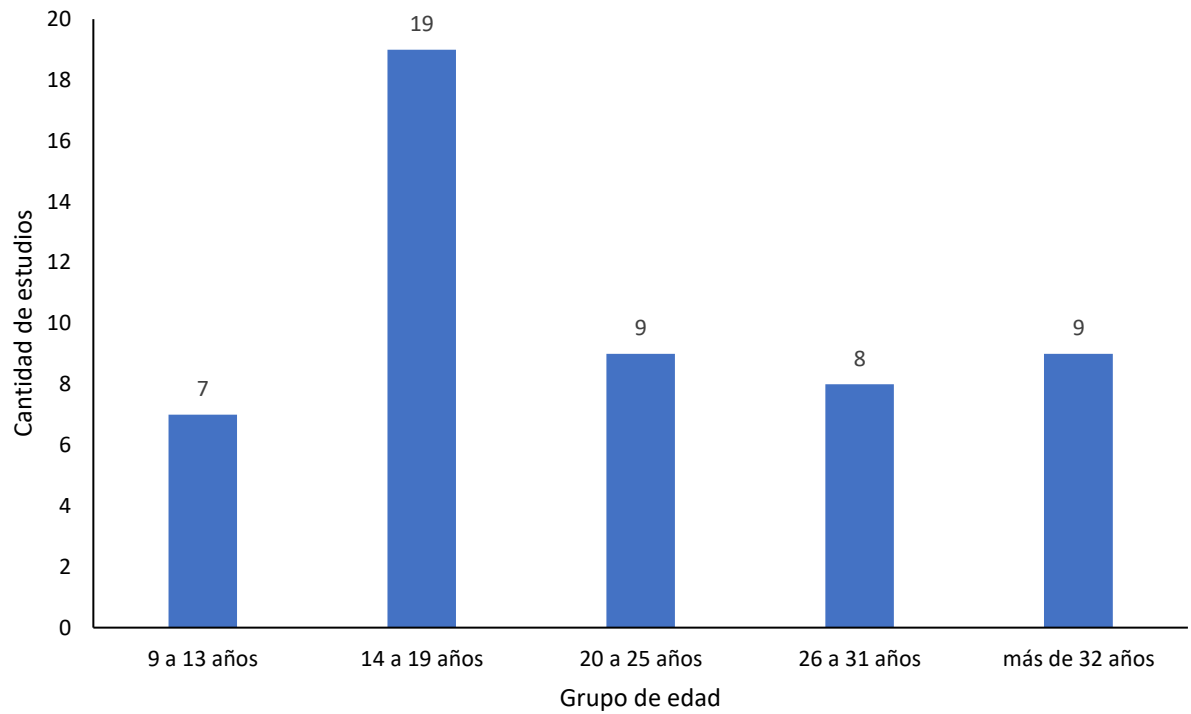


Figura N° 4 Distribución de estudios según grupos de edades, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Veinticuatro estudios (cerca de la mitad) se centran en la pre adolescencia y adolescencia para estudiar la resiliencia.

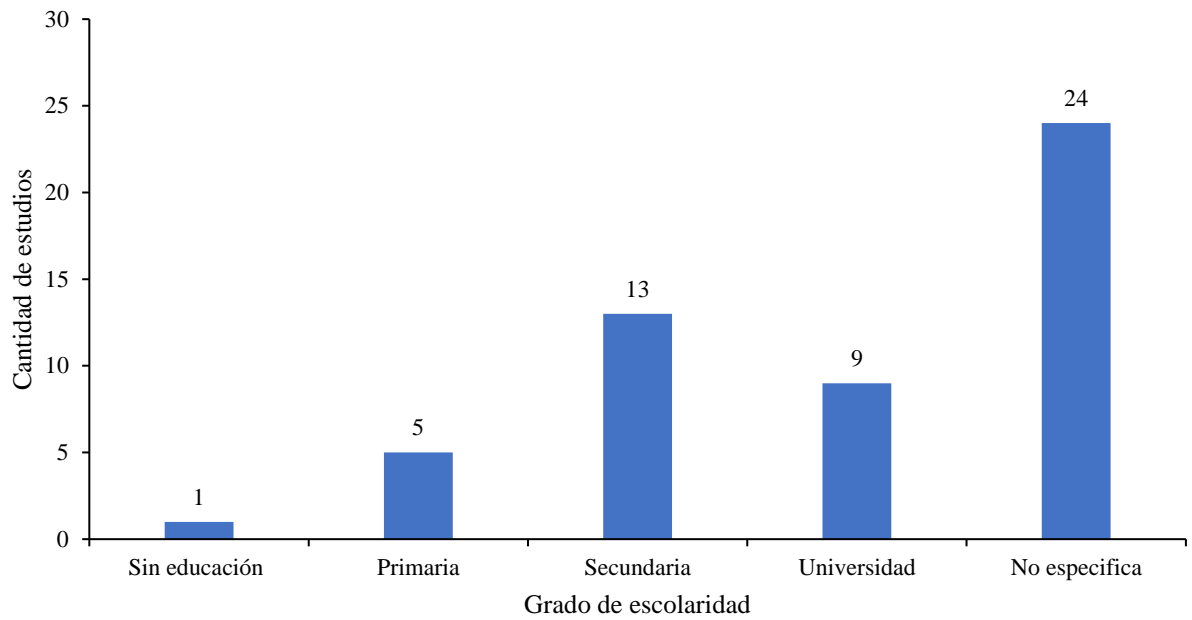


Figura N° 5 Distribución de estudios según grado académico, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Cerca de la mitad de los estudios no especifica su grado de escolaridad.

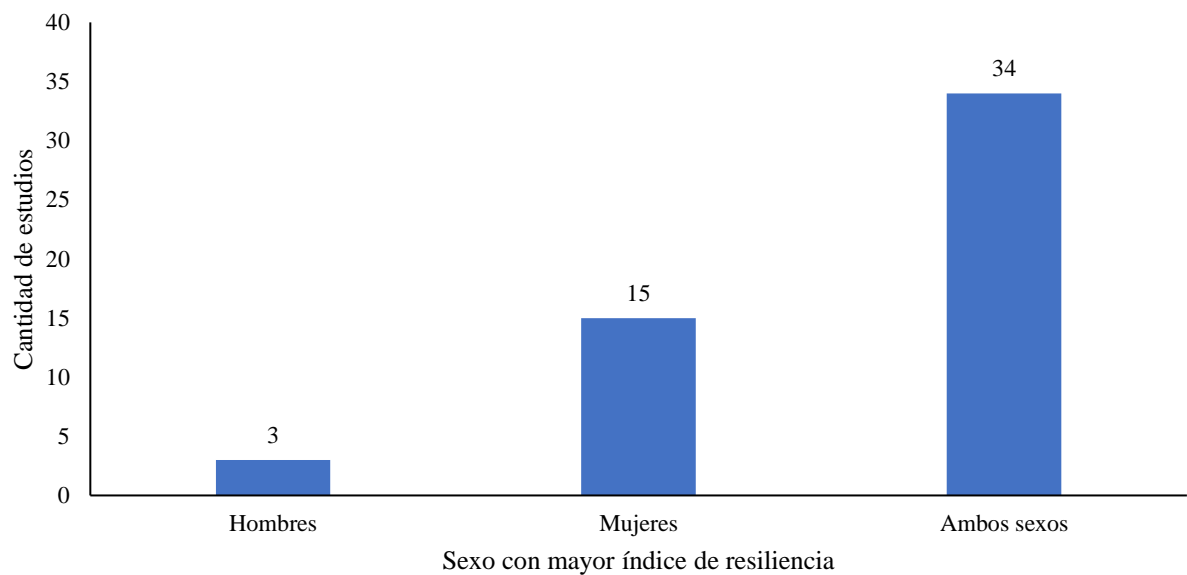


Figura N° 6 Distribución de estudios según sexo con mayor índice de resiliencia, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Siete de cada diez estudios señalan que ambos sexos poseen el mismo nivel de resiliencia, mientras que una cuarta parte indica que las mujeres tienen mayor índice de resiliencia.

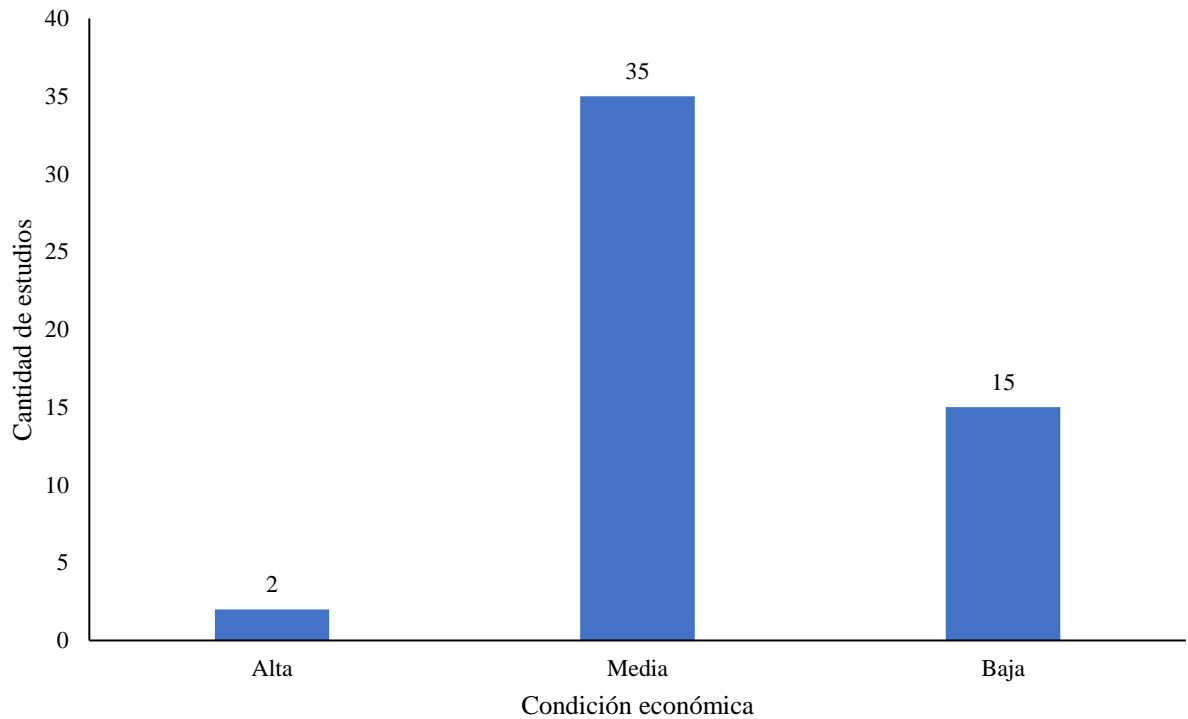


Figura N^o7 Distribución de estudios según condición económica, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Más de la mitad de estudios se realizan en personas con una condición económica media.

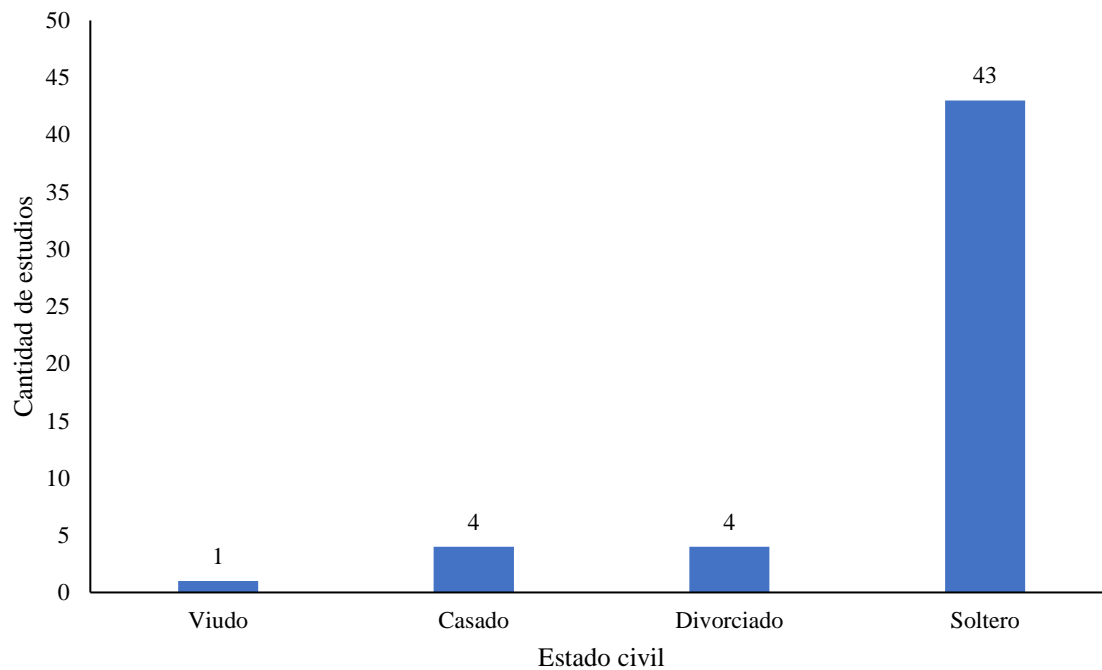


Figura N° 8 Distribución de estudios según estado civil, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Tres cuartas partes de los estudios se realizan en personas solteras.

Factores protectores de la resiliencia

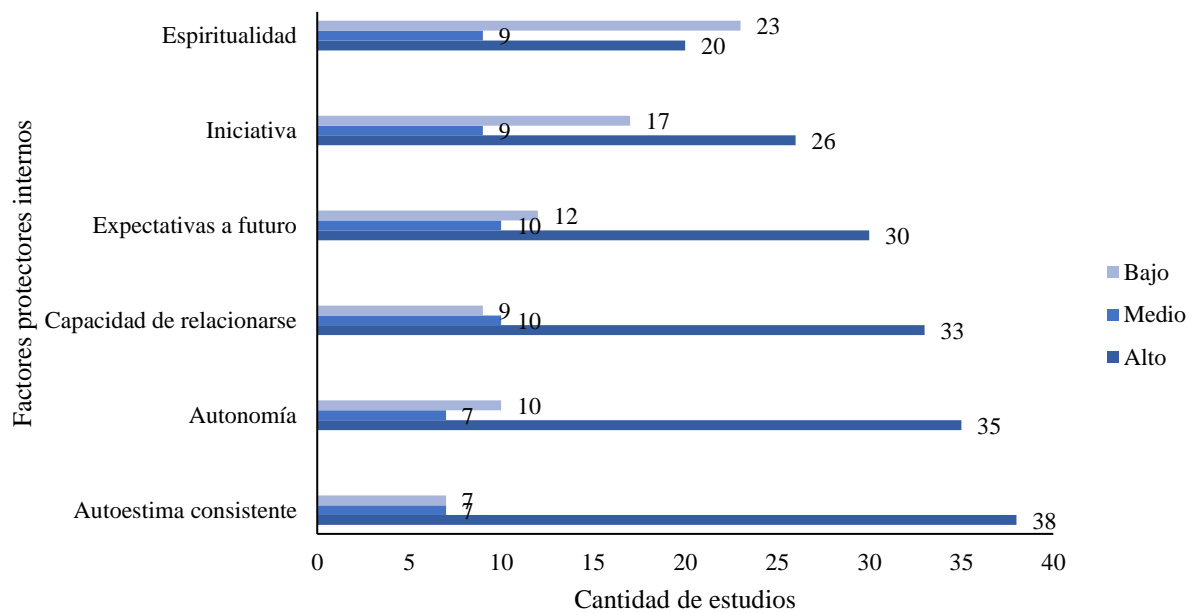


Figura N^o 9 Distribución de estudios según nivel de relevancia de los factores protectores internos, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Tres cuartas partes de los estudios indican que la autoestima consistente y la autonomía tienen un alto nivel de relevancia como factor protector interno ante la resiliencia seguido por la capacidad de relacionarse, cabe resaltar que la espiritualidad sólo es relevante para 4 de cada 10 artículos.

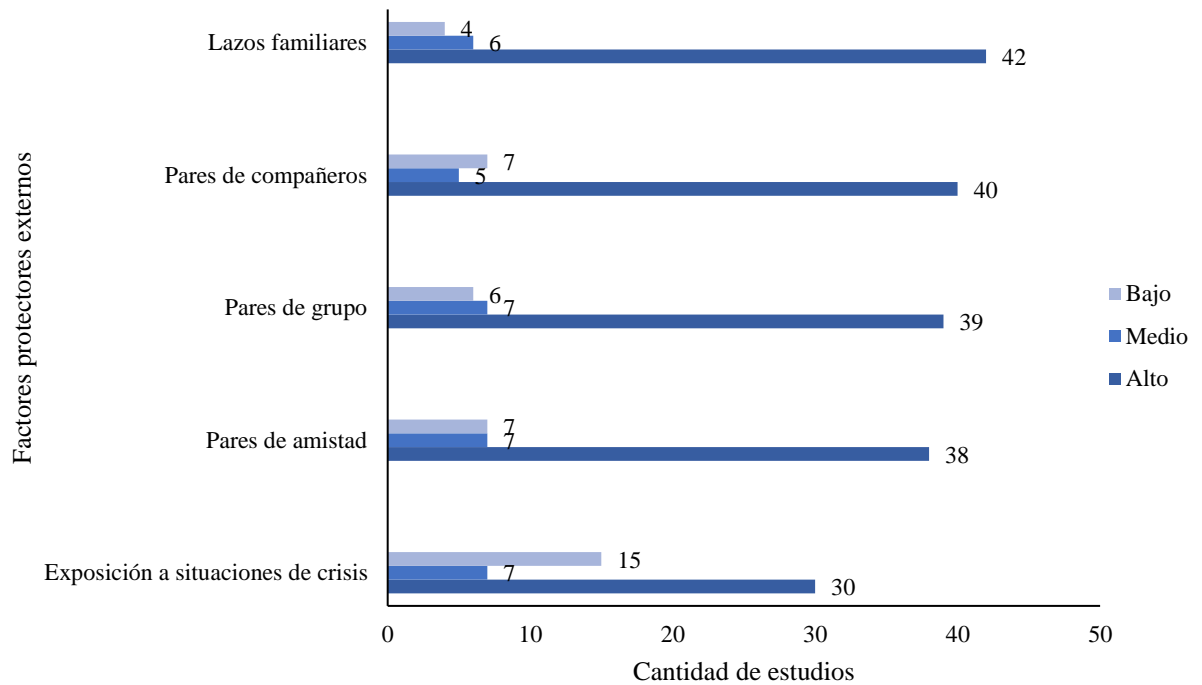


Figura N°10 Distribución de estudios según nivel de relevancia de los factores protectores externos según, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Ocho de cada diez estudios coinciden que las relaciones interpersonales (familiares, pares de grupo, compañeros y amistad) son factores protectores altamente relevantes, no así la exposición a situaciones de crisis, ya que esta última es considerada altamente relevante solamente por 6 de cada 10 estudios.

Indicadores de la resiliencia

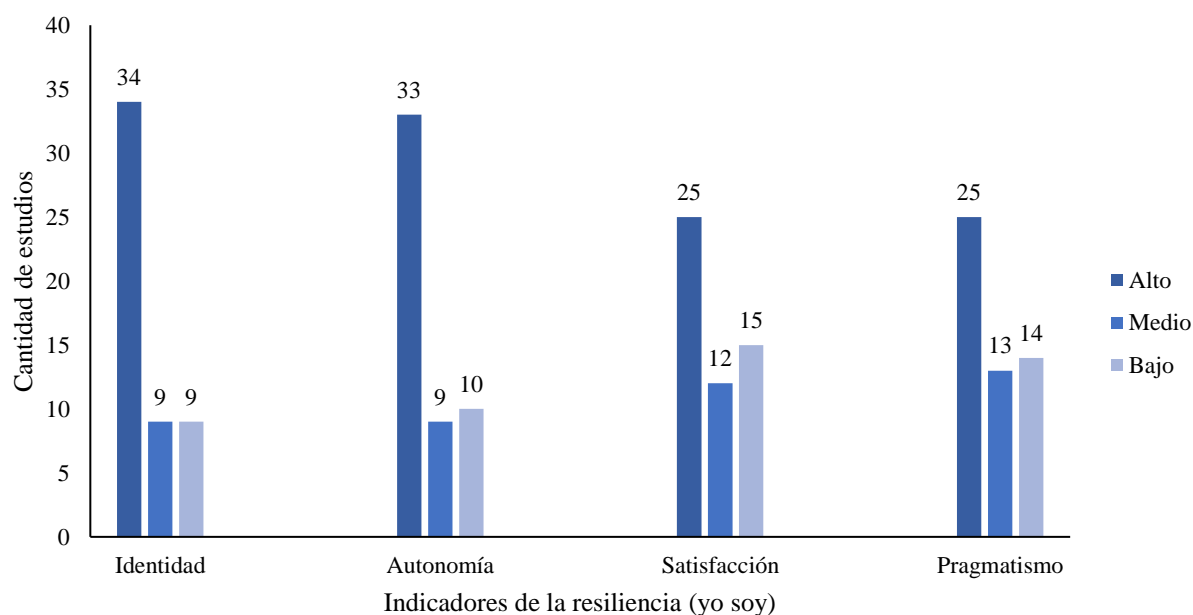


Figura N^o 11 Distribución de estudios según nivel de relevancia de los indicadores de la resiliencia, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Ocho de cada diez estudios mencionan a la identidad y autonomía altamente relevantes como indicadores de la resiliencia en la dimensión yo soy y solamente la cuarta parte menciona al pragmatismo como un indicador relevante.

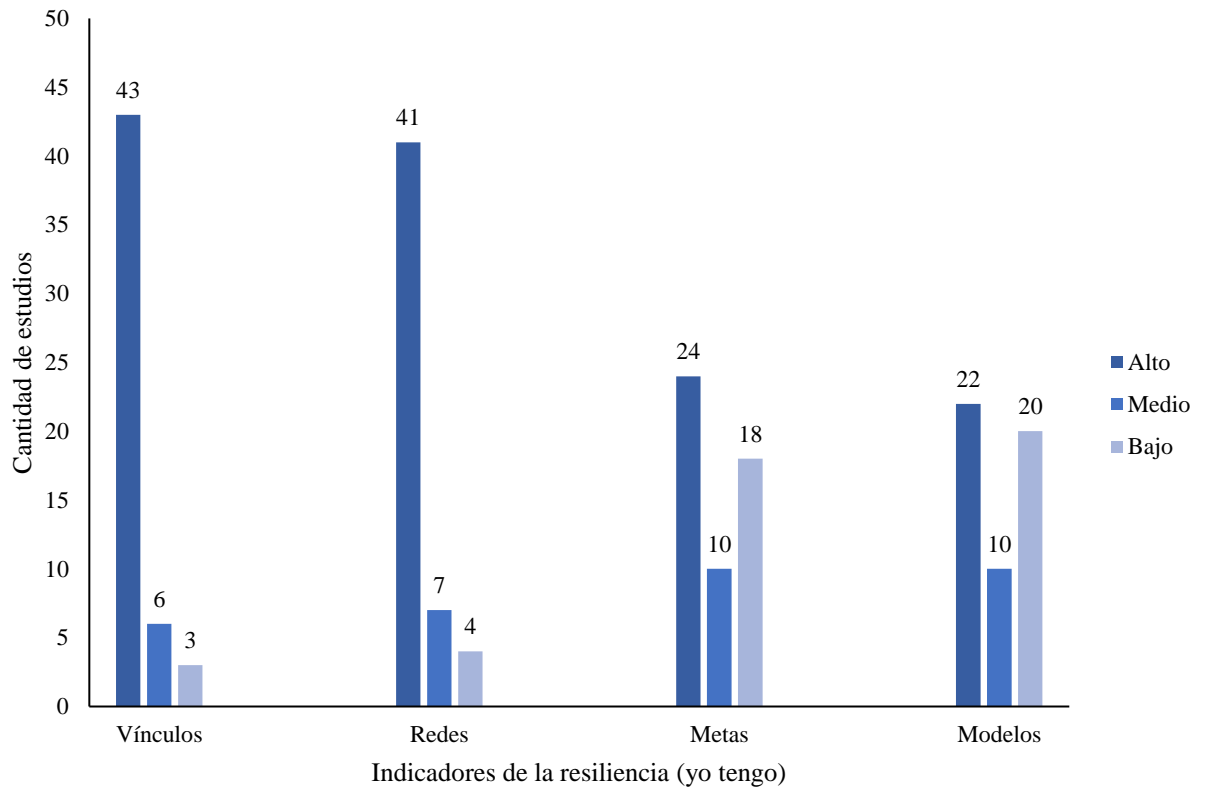


Figura N° 12 Distribución de estudios según nivel de relevancia de los indicadores de la resiliencia, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Elaboración propia 2019

Tres cuartas partes de los estudios señalan a los vínculos y redes como indicadores altamente relevantes ante la resiliencia la resiliencia mientras que solo una cuarta parte menciona a las metas que el individuo se propone y modelos de ideas a seguir.

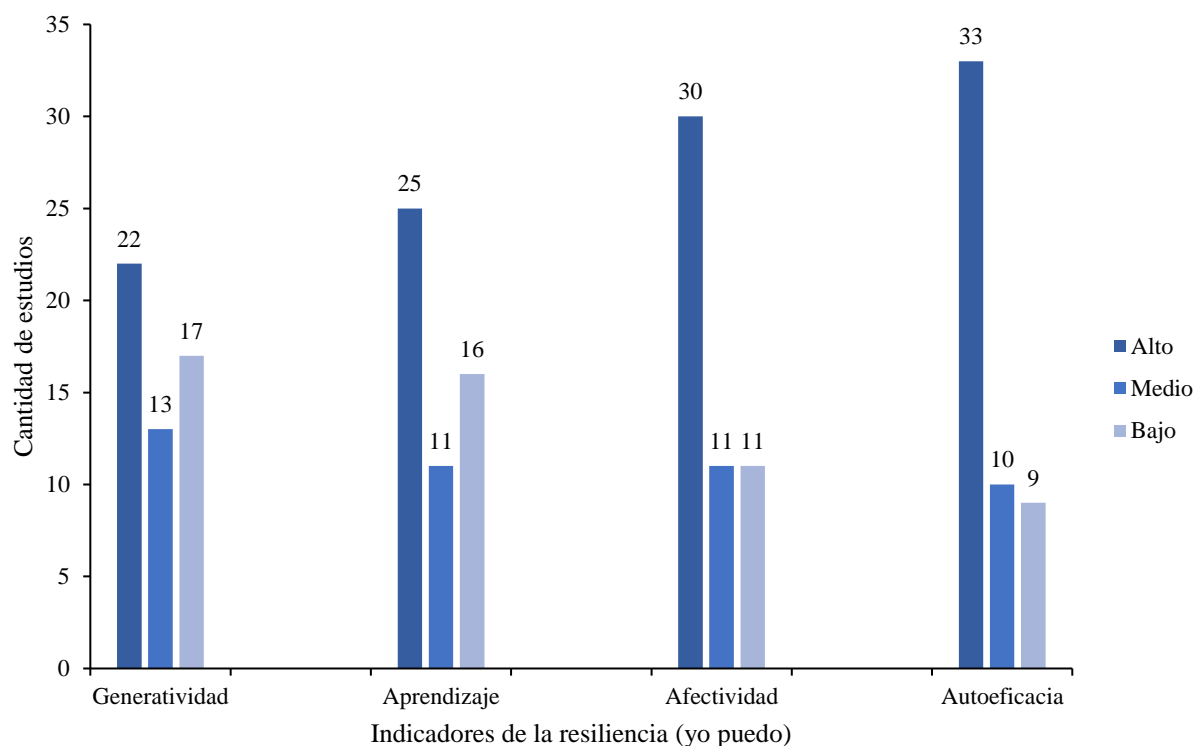


Figura N° 13 Distribución de estudios según nivel de relevancia de los indicadores de la resiliencia, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio. Fuente: Revisión sistémica 2019

Siete de cada diez estudios señalan a la autoeficacia o juicios de posibilidades de éxito y a la afectividad o juicios acerca de los lazos emocionales, como altamente relevantes en los indicadores de la dimensión del “yo puedo”, mientras que una cuarta parte de los estudios señalan a la generatividad y el aprendizaje.

Tabla N^o 1

Distribución de estudios según nivel de relevancia de los factores protectores y países, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio.

Factores protectores internos	México	Colombia	Perú	Costa Rica
Autoestima consistente:				
Alto	11	9	7	
Medio	2		1	2
Bajo	2	3		
Autonomía:				
Alto	10	9	5	
Medio	3		1	2
Bajo	2	3	2	
Factores protectores externos				
Lazos familiares:				
Alto	13	10	6	1
Medio	2		1	1
Bajo		2	1	
Pares de compañeros:				
Alto	11	10	6	1
Medio	2		1	1
Bajo	2	2	1	

Fuente: Revisión sistémica, 2019.

Tres cuartas partes de los estudios de México y Colombia, señalan a la autoestima consistente y la autonomía como factor protector interno altamente relevante y a su vez los lazos familiares y pares de compañeros, mientras que dos de cada dos estudios de Costa Rica indican un nivel medio de la relevancia de dichos factores.

Tabla N° 2

Distribución de estudios según nivel de relevancia de los indicadores de la resiliencia y países, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio.

Indicadores de la resiliencia(yo soy)	México	Colombia	Perú	Costa Rica
Identidad:				
Alto	12	9	5	
Medio	2		1	2
Bajo	1	2	2	
Autonomía:				
Alto	12	8	5	
Medio	2	2	1	2
Bajo	1	1	2	
Indicadores de resiliencia (yo tengo)				
Vínculos:				
Alto	13	11	6	1
Medio	2		1	1
Bajo			1	
Redes:				
Alto	12	11	6	1
Medio	2		1	1
Bajo	1		1	
Indicadores de resiliencia (yo puedo)				
Autoeficacia:				
Alto	10	7	6	
Medio	4		1	2
Bajo	1	4	1	
Afectividad:				
Alto	8	8	5	
Medio	5		2	2
Bajo	2	3	1	

Fuente: Elaboración propia, 2019.

México y Colombia comparten datos relevantes en cuanto a los indicadores de la resiliencia, mientras que Costa Rica sitúa su posición en una relevancia media en cuanto a los indicadores.

Tabla N° 3

Distribución de estudios según nivel de relevancia de los factores protectores en relación con grupo de edad, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio.

Autoestima consistente	9-13 años	14-19 años	20-25 años	26-31 años	más de 32 años
Autonomía:	1	10	6	4	3
Lazos familiares:	4	14	6	4	6
Expectativas a futuro					
Metas:	1	6	4	1	
Iniciativa:	1	6	3	1	1

Fuente: Elaboración propia, 2019

La mayoría de estudios de factores protectores se enfocaron entre edades de 14-19 años dejando por último a la población infantil.

Tabla N° 4

Distribución de estudios según nivel de relevancia de los indicadores de la resiliencia en relación con grupo de edad, revisión sistémica en América Latina en el último quinquenio.

Vínculos	9-13 años	14-19 años	20-25 años	26-31 años	más de 32 años
Lazos familiares:	2	10	5	1	3
Pares de compañeros:	2	8	5	1	2
Afectividad:	2	8	2	1	2
Identidad					
Autoestima consistente:	1	9	4	1	
Autonomía:	1	8	5	1	

Fuente: Elaboración propia, 2019

La mayoría de estudios de indicadores de la resiliencia se enfocaron en edades de 14-19 años.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

5.1 Discusión

La resiliencia, es un concepto que evoluciona con el transcurrir de los años, ya que se demuestra un mayor interés en las diversas investigaciones realizadas mundialmente por áreas como: la biología, física y salud.

Actualmente, la resiliencia se entiende como la capacidad de una persona para recobrase de la adversidad fortalecida y dueña de mayores recursos. Se trata de un proceso activo de resistencia, autocorrección y crecimiento como respuesta a las crisis y desafíos de la vida (19) como parte de esta significación, se incluyen factores protectores internos y externos que contribuyen a la protección del sujeto ante las experiencias negativas, mejorando a su vez, la adaptación al medio para fortalecerse y superar las situaciones adversas.

Como elementos internos o propios del ser, destacan la autoestima consistente, la autonomía, capacidad de relacionarse, expectativas a futuro, iniciativa y espiritualidad. Mientras que la exposición a situaciones de crisis, los lazos familiares, pares de compañeros, de grupo y de amistad son considerados factores externos.

Factores sociodemográficos

Dentro de esta tesis, se confronta y delata la desigualdad existente entre países como México, Colombia y Perú con respecto a Costa Rica en términos de investigación relacionadas al tema de resiliencia. Para el 2018, México cuenta con un total de 14 estudios, posicionándose como líder latinoamericano en este tema, seguido por Colombia y Perú con 13 y 8, respectivamente; mientras que Costa Rica, con apenas 2 investigaciones, iguala a Ecuador y Argentina.

Es preciso señalar que México tiene una población mayor en relación con los otros países citados, ya que cuenta con un total aproximado a 125,7 millones de habitantes, contando entonces con cerca de 77 millones más de habitantes que Colombia y alrededor de 120

millones de habitantes más que Costa Rica, según indica el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (29).

Además, México cuenta con un Plan Nacional de Desarrollo (30) desde 2013 la cual tiene como objetivo principal combatir la desigualdad y la discriminación en adolescentes, promoviendo así la investigaciones en el tema, además de que, cerca de la mitad de esta población tiene ingresos menores a la línea de bienestar económico, situación que los convierte en una población vulnerable y un foco importante en el estudio de la resiliencia.

Colombia por su parte, crea en el 2013 la Ley 1616 que busca garantizar el ejercicio pleno del derecho de la salud mental, priorizando a los niños, niñas y adolescentes mediante acciones que promuevan dicho bienestar, por medio de atención integral. Sin embargo, un año antes, Costa Rica consolida la Política Nacional de Salud Mental 2012-2021 (31) donde se destaca la atención integral del usuario a partir de un enfoque comunitario.

Señalado esto, sobresale el impacto que tienen las leyes y políticas de un país en la promoción de la investigación. Los datos que se obtienen demuestran que Costa Rica le otorga importancia a la salud mental, más no así a los factores que la protejan de la misma como lo es la resiliencia, ni a la población infantojuvenil caracterizada por vivir una serie de transiciones, cambios o exposiciones a situaciones nuevas, de crisis o riesgo (32), demostrado por su bajo índice de investigación del fenómeno.

Este estudio, refleja un mayor interés por aquellas edades comprendidas entre los 14 y 19 años, donde además de lo anterior, representa una etapa de exploración, afianzamiento de la autoimagen y el autoconcepto, siendo la resiliencia una herramienta fundamental para superar esta etapa de una manera saludable (32)

González et al (33) en su artículo, menciona la relación positiva existente entre resiliencia y grupo de edad, explicando que la primera sufre cambios según el grupo etario influenciado primordialmente por los factores protectores externos, es decir, los factores sociales.

El segundo grupo de interés se encuentra conformado por los adultos jóvenes, que comprenden entre los 20 a 25 años, quienes se introducen a la etapa productiva, ya sea en el área laboral o de educación superior, lo que representa un reto para la consolidación de un proyecto de vida que permita autonomía financiera, personal y emocional.

González et al (33) explica que es en esta etapa de la vida, donde la resiliencia depende mayormente de los factores protectores internos; lo que podría explicar el desnivel existente al relacionarlos. Por otra parte, este mismo autor resalta la diferencia de resiliencia entre sexos atribuyendo a la mujer con mayores niveles de la misma; sin embargo, en los resultados expuestos por los estudios revisados, no se logra obtener una cifra significativa que permita sustentar la teoría anteriormente mencionada por González, en donde por el contrario se observan niveles iguales de resiliencia en ambos sexos.

Factores protectores

Los factores protectores en la resiliencia son características internas y externas, que permiten al ser humano protegerse ante las experiencias negativas, fortaleciendo su adaptación al medio y superación a lo largo de la vida. (21)

La relación positiva entre autoestima consistente y autonomía ha sido catalogada, entre los estudios revisados en América Latina, como un factor sobresaliente colocándose en el nivel más alto dentro del grupo de factores protectores externos.

Existen similitudes entre las actitudes expresadas por Guillén y las descritas por Saavedra y Villalta, al resaltar cualidades pertenecientes a la tenacidad cognitiva, y enmarcarlas como indispensables en los factores anteriormente mencionados; así mismo, posicionan la

autoestima consistente y la autonomía como la base de la resiliencia. Cabe señalar que el término autonomía cuenta con dos definiciones diferentes, según los autores citados, ya que engloba la forma en que se ve la persona ante la sociedad, las relaciones afectivas y su libre albedrío. (21)

Así como lo describen diferentes autores y lo realza esta investigación, la autoestima consistente y autonomía, se tornan relevantes dentro de las características internas que debe tener cada ser humano para sostenerse frente las adversidades, creyendo no solo en sus capacidades de salir adelante, sino en el aprendizaje que las mismas ofrecen.

Este estudio encuentra que el factor menos aludido por las investigaciones es la espiritualidad, en donde dicho resultado difiere de autores como Girard el cual menciona en su artículo que existe una relación directa entre la resiliencia y la misma, manifestando que esta última es indispensable, debido a que las personas necesitan de una “energía vital” para el afrontamiento de la adversidad manteniendo la fe o la esperanza en algo o alguien, creando así un grado de fortaleza en el ser humano para enfrentar las situaciones de crisis que vive día a día. (34)

No obstante, Guillén en su investigación no menciona la religiosidad, sino que más bien habla acerca de la moralidad, la cual describe como una conciencia o capacidad de comprometerse con valores logrando así discriminar entre lo bueno y malo. (21)

Es decir, al tomar estas referencias no es posible comparar los resultados, ya que menos de la mitad de los estudios indican el bajo papel que tiene la espiritualidad ante la resiliencia, y es por esto, que no se logra sustentar lo mencionado por Girard en su investigación.

Así mismo, la mitad de los estudios sugieren que expectativas a futuro como un punto importante y coadyuvante ante la capacidad de avanzar, ya que permite la predisposición a

mirar el más allá con una actitud favorable pese a las adversidades, coincidiendo este concepto de la teoría de Guillén (21) junto con los datos revelados por la encuesta.

Además, dentro de los factores protectores externos los resultados muestran una relevancia en los lazos familiares, afirmando lo que menciona Guillén en su estudio (21) donde indica que es un factor primordial en la promoción de la resiliencia, entendiendo este concepto de manera amplia y no solo a las personas pertenecientes al primer grado de consanguinidad, tomando importancia al individuo que se encuentra en mayor cercanía con el sujeto, esto se puede ver relacionado con la teoría del apego creada por John Bowlby (35) la cual explica la importancia del afecto con un miembro de la familia o a su cuidador primario, brindando seguridad y protección al sujeto a lo largo de la vida.

Los artículos reflejan la importancia de los vínculos de apego con la familia, amistades y la afectividad en los adolescentes, así como lo afirma Córdova (36) en su artículo acerca de las características de resiliencia en los jóvenes, en donde expone que el papel central es de las figuras parentales, con todo lo que esto implica en términos de apoyo, comunicación y monitoreo como un elemento de contención y protección.

Sustentando la importancia de los pares de compañeros, el ser humano se crea para trabajar en manada, por lo que brinda mayor seguridad y confianza al individuo a tomar decisiones de aceptación a la adversidad y de afrontamiento a la misma.

La exposición a situaciones de crisis es un factor que, aunque no se encuentra dentro de los más altos, también posee un papel importante, ya que más de la mitad de los estudios lo señalan como un elemento significativo, relacionándose entonces con la teoría que, a mayor exposición a las crisis, mayores técnicas de afrontamiento crean las persona ante las adversidades, permitiendo a la misma salir adelante.

Indicadores de la resiliencia

Los indicadores pertenecen a un grupo de características llamados los pilares de la resiliencia, que hacen referencia a un rasgo personal cultivado a lo largo de la vida de las personas y que se subdividen en tres principales partes: yo soy, yo tengo y yo puedo. Todos enmarcan la manera en el que el sujeto es capaz de verse a sí mismo y a su entorno. (22)

Los resultados mostrados señalan que la identidad y la autonomía forman un papel significativo en los indicadores del (yo soy) con más de tres cuartas partes de los estudios, reforzando la relación entre la literatura de Grotberg y Saavedra, donde complementan a los indicadores de la resiliencia con los pilares.

Es importante mencionar que la teoría citada como indicador, toma a la identidad como un juicio general de valores culturales que permite interpretar los hechos y las acciones que constituyen al sujeto, mientras que la autonomía son reflexiones referentes al vínculo que determina el sujeto de sí mismo. (22)

En cuanto a la satisfacción y el pragmatismo, solo la mitad de los estudios revisados los muestran como indicadores de la resiliencia, resultados que difieren con lo expuesto por Grotberg; sin embargo, esto podría deberse a la definición específica de los términos empleada por el autor.

En otro orden de ideas, los vínculos y las redes aportan tres cuartas partes de los estudios, mostrándose una fuerte relación con los lazos familiares y los pares de grupo, sustentando a Grotberg en su estudio que describe a los vínculos como los juicios que ponen el valor de la socialización primaria y las redes sociales desde una raíz personal. (22)

Analizando dicho concepto, se dice que los lazos familiares son los que van a aportar las herramientas de la comunicación y su importancia en el ser a lo largo de su vida. Así mismo,

las redes se refieren al vínculo afectivo que establece la persona con su entorno más cercano y es así que se puede explicar su relación con los pares de compañeros y su alta incidencia.

Los resultados de estos datos, permiten observar la importancia de estos factores en la resiliencia, llegando a la conclusión que la visión que tiene el sujeto de sí mismo, sus capacidades para afrontar la vida y la relación del mismo con el entorno, ya sea familiar o social, son la base primordial en el ser humano.

En cuanto al modelo y las metas como indicadores de la resiliencia, se observa un bajo índice de relevancia al igual que con la exposición a crisis y las expectativas a futuro, indicando que la visión futurista no es un factor que promueva la resiliencia en las personas. Esto lleva a una discrepancia con autores como Córdova (36) que en su artículo habla acerca de que los jóvenes que se plantean un proyecto de vida, lo cual les permite tener una mayor visión del futuro, piensan más en él y pueden hacerse una idea de lo que serán más adelante, tienen un enfoque y una mayor resistencia a las adversidades.

5.2 CONCLUSIONES

La resiliencia es la capacidad humana de sobreponerse a las circunstancias o acontecimientos traumáticos, resistiendo, adaptándose y fortaleciéndose de dichas experiencias. En la misma se incluyen factores protectores internos y externos que contribuyen a la defensa del sujeto ante experiencias negativas, mejorando a su vez, la adaptación al medio y superación a lo largo de la vida.

La autoestima consistente y la autonomía se destacan como los elementos internos o propios del ser más importantes, seguidos por la capacidad de relacionarse. Mientras que la exposición a situaciones de crisis, lazos familiares, pares de compañeros, grupos y amistades son considerados factores externos.

Los indicadores de este fenómeno corresponden a: el yo soy, yo tengo y yo puedo, construyéndose así los llamados pilares de la resiliencia. Todos estos enmarcan la manera en el que el sujeto es capaz de verse a sí mismo y a su entorno.

El fenómeno de la resiliencia en América Latina evidencia un incremento en el interés por estudiarlo, a partir del año 2018; no obstante, la desigualdad entre países como México, Colombia y Perú con respecto a Costa Rica es notoria, ya que este último se posiciona dentro de los países con menos investigaciones sobre el tema.

Costa Rica otorga importancia a la salud mental; sin embargo, de acuerdo con la política y sus leyes, evade los factores que la protegen, como lo es la resiliencia, además no contempla o prioriza a la población infantojuvenil caracterizada por vivir una serie de transiciones, cambios o exposiciones a situaciones nuevas, de crisis o riesgo.

Los elementos sobresalientes de la investigación determinan que:

- Existe una relación positiva entre edad y resiliencia, es decir, a mayor edad, mayor resiliencia.
- Se observan los mismos niveles de resiliencia sin distinción de género.
- Existe una relación positiva entre autoestima consistente y autonomía, convirtiéndose en los factores protectores internos más sobresalientes.
- Este estudio demuestra que el factor menos nombrado por las investigaciones es la espiritualidad, colocándose en un nivel inferior.
- Dentro de los factores protectores externos los resultados muestran relevancia en los lazos familiares, siendo entonces un factor primordial en la promoción de la resiliencia, entendiendo este concepto de manera amplia y no solo a las personas pertenecientes al primer grado de consanguinidad.

- Se enmarca a la autoestima consistente y autonomía como características fundamentales del propio ser y en su alrededor los lazos familiares de afecto que brindan seguridad al sujeto.

5.2.3 RECOMENDACIONES

- ✓ Promover en instituciones públicas charlas educativas acerca del concepto de la resiliencia y su importancia a lo largo del desarrollo humano.
- ✓ Crear un instrumento estandarizado que permita evaluar el nivel de resiliencia en Costa Rica.
- ✓ Investigar la resiliencia en la población infanto-juvenil costarricense.
- ✓ Analizar la relación entre resiliencia y el grado de la familia.
- ✓ Realizar investigaciones y publicarlas en revistas nacionales e internacionales.
- ✓ Promover el abordaje de enfermería en temas de la resiliencia.

Bibliografía

1. EE W. PubMed. [Online].; 1989 [cited 2019 Julio 20. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2467566>.
2. Alvarez RJN. Neurología de la resiliencia. Revista Cubana Salud Pública. 2014 Julio; 36(3).
3. Portella A, Neri , Liberalesso A. Scielo. [Online].; 2019 [cited 2019 Julio 20. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&nrm=iso&lng=pt&tlng=pt&pid=S1413-81232019000401265.
4. Simon MJ, Fuentes R, Garrido M, Serrano M, Larrañaga E, Yubero S. Biblioteca Virtual de Salud. [Online].; 2019 [cited 2019 Julio 20. Available from: <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/ibc-ET1-2977>.
5. Dias PC, Cadime I. Protective factors and resilience in adolescents: The mediating role of self-regulation. Psicología Educativa. 2017 Junio; XXIII(1).
6. Esparza Dávila SP, Moreno Monsivais MG. Influencia del apoyo social percibido para el sexo seguro en la resiliencia sexual. Journal Health NPEPS. 2019 Junio; IV(1).
7. Karpinski N, Popal N, Lemkuln G. Hogrefe eContent. [Online].; 2016 [cited 2019 Agosto 4. Available from: <https://econtent.hogrefe.com/doi/10.1024/1422-4917/a000437>.
8. Thurston I, Hardin R, Kamody R, Herbozo S, Kauffman C. The moderating role of resilience on the relationship between perceived stress and binge eating symptoms among young adult women. Science direct. 2018 April; 29(1).
9. Ruvalcaba A, Gallejos J, Orozco M, Bravo H. Validez predictiva de las competencias socioemocionales sobre la resiliencia en adolescentes mexicanos. Scielo. 2019 Junio; XVI(1).
- 10 Merino MD, Privado J, Arnaiz R. ¿Hay relación entre el desempleo de jóvenes graduados y los recursos psicológicos? Investigación empírica desde la teoría de la conservación de los recursos. Scielo. 2019 Abril; XXXV(1).
- 11 Coppari. Eureka. [Online].; 2018 [cited 2019 Agosto 04. Available from: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/06/885113/eureka-15-1-8.pdf>.
- 12 Banyard V, Hamby S, Grych J. Health effects of adverse childhood events: Identifying promising protective factors at the intersection of mental and physical well-being. Science Direct. 2017 Marzo; LXV(1).
- 13 Echebúrua E, Amor P. Memoria traumática: estrategias de afrontamiento adaptativas e inadaptativas. Scielo. 2019 Abril; XXXVII(1).
- 14 Andrade EA. RESILIENCIA, FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN EN ADOLESCENTES MAYAS. Scielo. 2012 Agosto; X(1).
- 15 Mendez J, Bejarano J. Resiliencia y consumo de drogas. Un estudio en jóvenes costarricenses. Revista Ciencias Sociales. 2018 Marzo; I(1).

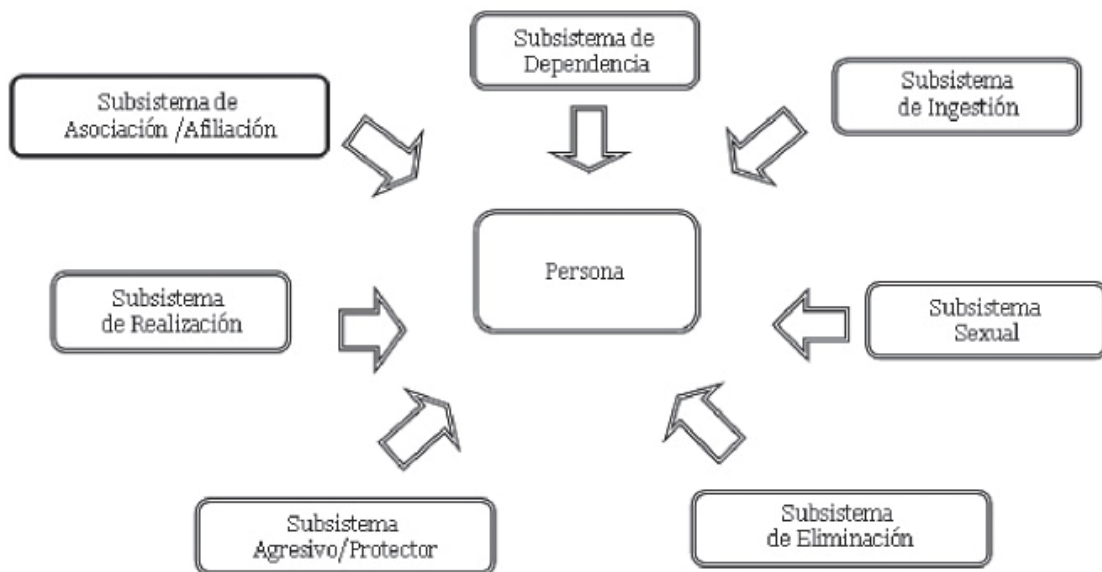
- 16 Kotliarenco M CIFM. Resiliencia. [Online].; 2013 [cited 2019 Noviembre 7. Available from: [. http://www.resiliencia.cl/resilien.htm](http://www.resiliencia.cl/resilien.htm).
- 17 Cyrulnik B. Perspectivas Sistémicas. [Online].; 2013 [cited 2019 Noviembre 7. Available from: [. http://www.redsistemica.com.ar/melillo.htm](http://www.redsistemica.com.ar/melillo.htm).
- 18 Cyrulnik B. Scielo. [Online].; 2014 [cited 2019 Noviembre 7. Available from: [Manciaux M, Vanistendael S \(comp\). La resiliencia en lo cotidiano. La resiliencia: resistir y rehacerse. Barcelona: Gedisa; 2003. p. 17-21-23-103-105.](#)
- 19 F W. Resiliencia familiar Buenos Aires; 2014.
.
- 20 Melillo A, Suarez N, Rodriguez D. Resiliencia descubriendo las propias fortalezas Buenos Aires; 2014.
- 21 Guillén R. Resiliencia en la adolescencia. Revista de la sociedad boliviana de pediatría. 2005; III(17).
- 22 Saavedra E. Scielo. [Online].; 2013 [cited 2019 Noviembre 21. Available from: [. http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v14n14/a05v14n14.pdf](http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v14n14/a05v14n14.pdf).
- 23 Wagnild G, Young H. Resiliencia. [Online].; 2014 [cited 2019 Noviembre 21. Available from: [. https://miespacioresiliente.wordpress.com/2014/05/07/escala-de-resiliencia-er-de-wagnild-y-young/](https://miespacioresiliente.wordpress.com/2014/05/07/escala-de-resiliencia-er-de-wagnild-y-young/).
- 24 Jaramillo. Instrumento de mediación de resiliencia. [Online].; 2010 [cited 2019 Noviembre 21. Available from: [. http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/4016/1/MEDDI.pdf](http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/4016/1/MEDDI.pdf).
- 25 Rak.C. Promoting resilience in At-Risk Children. Journal of counseling and development. 2009 . Noviembre; IV.
- 26 Jimenez J. Biomedical Library. [Online].; 2013 [cited 2020 Febrero 28. Available from: [. http://modelosenfermerosucaldas.blogspot.com/2013/06/modelo-del-sistema-conductual.html](http://modelosenfermerosucaldas.blogspot.com/2013/06/modelo-del-sistema-conductual.html).
- 27 PA P. Fundamentos de enfermería: teoría y práctica. Tercera ed. Madrid; 1998.
.
- 28 E G. La resiliencia en el mundo de hoy. Como superar las adversidades. Cuarta ed. Barcelona; 2006.
- 29 Instituto Nacional de Estadística y Geografía. [Online].; 2015 [cited 2020 Enero 13. Available from: [. from: https://www.inegi.org.mx/default.html](https://www.inegi.org.mx/default.html).
- 30 Gobierno de la República. CONAPRED. [Online].; 2014 [cited 2020 Enero 13. Available from: [. https://www.conapred.org.mx/userfiles/files/Pronaind%202014-2018_WEB_ACCSS.pdf](https://www.conapred.org.mx/userfiles/files/Pronaind%202014-2018_WEB_ACCSS.pdf).
- 31 Ministerio de Salud. Ministerio de Salud. [Online].; 2012 [cited 2019 Diciembre 10. Available from: [. from: https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/biblioteca-de-archivos/sobre-el-](https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/biblioteca-de-archivos/sobre-el-)

- ministerio/politcas-y-planes-en-salud/politicas-en-salud/1558-politica-nacional-de-salud-mental/file.
- 32 Fallas MA. Scielo. [Online].; 2017 [cited 2019 Diciembre 10. Available from: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582017000100001].
- 33 González I, López A, Valdez L. Scielo. [Online].; 2013 [cited 2020 Enero 13. Available from: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322013000100004].
- 34 Girard GA. Adolescencia y resiliencia. [Online].; 2007 [cited 2020 Enero 13. Available from: <http://www.adolescenciaalape.com/sites/www.adolescenciaalape.com/files/Espiritualidad%20-Promueve%20resiliencia%20-%20G%20Girard.pdf>].
- 35 Corbin JA. Psicología y Mente. [Online].; 2017 [cited 2019 Diciembre 16. Available from: <https://psicologiaymente.com/desarrollo/teoria-apego-padres-hijos>].
- 36 Córdova AJ. Redalyc. [Online].; 2005 [cited 2020 Enero 13. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/802/80270207.pdf>].
- 37 Real Academia Española. [Online].; 2018 [cited 2019 Julio 20. Available from: <https://dle.rae.es/?id=WA5onlw>].
- 38 Gras M, Font S, Baltasar A, Patiño J, Sullman M, Planes M. La escala de resiliencia de Connor-Davidson en adultos españoles jóvenes. Scielo. 2019 Julio; XXX(2).
- 39 Sánchez C. Formación y desarrollo profesional del educador social en contextos de intervención. [Online].; 2015 [cited 2019 Noviembre 21].
- 40 Theis A. La resiliencia en la literatura científica. [Online].; 2003 [cited 2019 Noviembre 21].
- 41 L R. Cómo forjar personas resilientes desde nuestra escuela? Revista pedagógica del maestro peruano San Jerónimo. 2008; I(14).
- 42 Mateu R, Garcia , Gill , Caballer. Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. 2009 . Agosto.

ANEXOS

Anexo 1

Diagrama representativo del modelo teórico del sistema conductual de Dorothy Johnson



Anexo 2

- 1- Nombre del estudio
- 2- País en que se realizó el estudio?
- 3- Año en que se realizó el estudio?
- 4- Cantidad de población en estudio?
- 5- Edad de la población en estudio?
- 6- Grado académico de los adultos en estudio?
- 7- Factores protectores de la resiliencia presentes en los estudios:

Alto Medio Bajo

Conducta

Espiritualidad

Familia

Lazos familiares

- 8- Indicadores de la resiliencia presentes en los estudios:

Alto Medio Bajo

Yo soy/yo estoy

Yo puedo

Yo tengo

- 9- Edad que muestra mayor índice de resiliencia?

- 10- ¿Sexo que muestra mayor índice de resiliencia?

Anexo 3

Instrumento

1. Nombre del estudio:

2. País donde se realizó el estudio:

3. Año en que se realizó el estudio:

4. Cantidad de población en estudio:

5. Edad de la población en estudio:

6. Grado académico de los adultos en estudio:

Factores protectores de la resiliencia

7. Factores protectores internos de la resiliencia presentes en el estudio:

8. Factores protectores externos de la resiliencia presentes en el estudio:

Indicadores de la resiliencia

9. Indicadores de la resiliencia presentes en el estudio (Yo soy)

10. Indicadores de la resiliencia presentes en el estudio (yo tengo):

11. Indicadores de la resiliencia presentes en el estudio (yo puedo)

Factores sociodemográficos

12. Edad que muestra mayor índice de resiliencia en el estudio:

13. Sexo que muestra mayor índice de resiliencia en el estudio:

14. Situación económica prevaleciente en el estudio:

15. Estado civil:

DECLARACIÓN JURADA

Yo Mary Ángel Briceño Mendoza, mayor de edad, portadora de la cédula de identidad número 1-1627-0026 egresada de la carrera de Enfermería de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de éste acto y debidamente apercibido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de LICENCIATURA EN ENFERMERÍA, juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado: **Factores protectores e indicadores de resiliencia en adultos y jóvenes relacionados con las características sociodemográficas, revisión bibliográfica en América Latina en el último quinquenio**, es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derecho Conexos número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público. en fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los dieciséis días del mes de enero del año dos mil veinte.



Firma del estudiante

Cédula: 116270026

CARTA DEL TUTOR

San José 16 de enero 2020.

Señores

Departamento de Registro

Estimados señores:

La estudiante, MARY ÁNGEL BRICEÑO MENDOZA, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado: '**FACTORES PROTECTORES E INDICADORES DE LA RESILIENCIA EN JÓVENES Y ADULTOS RELACIONADOS CON LAS CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS EN AMÉRICA LATINA EN EL ÚLTIMO QUINQUENIO**'. el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería.

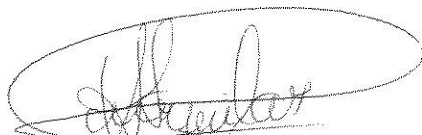
En mi calidad de tutora metodológica, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos por el postulante, se obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	9
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	15
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, COS INSTRUMENTOS APLICADOS Y COS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	24
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	16
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	16
	TOTAL	100	80

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de revisión por parte del lector metodológico.

Atentamente,



MSc. Vanessa Aguilar
Zeledón Cédula identidad
1-0874-0329
Carné Colegio Profesional
E-4368

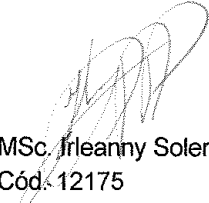
San José, 12 de marzo, 2020

Señores
Universidad Hispanoamericana
Sede Aranjuez

Estimados Señores

Como docente universitario y en calidad de lector de Tesis para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería, titulada: FACTORES PROTECTORES E INDICADORES DE LA RESILIENCIA EN JÓVENES Y ADULTOS RELACIONADOS CON LAS CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS EN AMÉRICA LATINA EN EL ÚLTIMO QUINQUENIO, a cargo de la estudiante MARY ÁNGEL BRICEÑO MENDOZA; he revisado y aprobado el documento, según los requisitos académicos de la universidad, para ser presentado como requisitos final de graduación.

Atentamente,



MSc. Irleanny Solera Porras
Cód. 12175
Lector

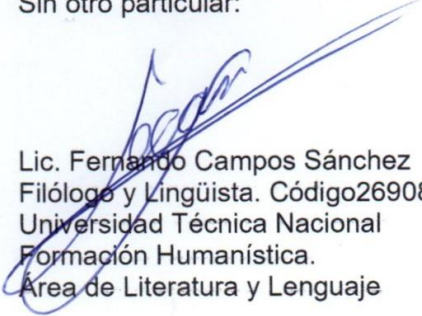
Alajuela 16 de marzo de 2020

Señores:
Universidad Hispanoamericana
Carrera de Enfermería
S.M.

Estimados Señores:

Por este medio, hago constar que se ha revisado y corregido filológicamente el documento: **Tesis para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería. FACTORES PROTECTORES E INDICADORES DE LA RESILIENCIA EN JÓVENES Y ADULTOS RELACIONADOS CON LAS CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS EN AMÉRICA LATINA EN EL ÚLTIMO QUINQUENIO.** De la estudiante: **MARY ÁNGEL BRICEÑO MENDOZA**, mayor de edad, portadora de la cédula de identidad número **1-1627-0026**, egresada de la carrera de Enfermería de la Universidad Hispanoamericana..

Sin otro particular:



Lic. Fernando Campos Sánchez
Filólogo y Lingüista. Código 26908
Universidad Técnica Nacional
Formación Humanística.
Área de Literatura y Lenguaje

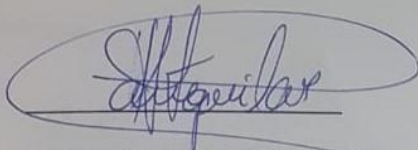
San José, 04 de junio del 2020.

Máster
Marcela Cerdas Salazar
Directora Servicios Estudiantiles
Universidad Hispanoamericana

Estimada máster:

La estudiante MARY ÁNGEL BRICEÑO MENDOZA, cédula de identidad número 1-1627-0026, ha presentado el documento digital de la tesis denominada: "FACTORES PROTECTORES E INDICADORES DE LA RESILIENCIA EN JÓVENES Y ADULTOS RELACIONADOS CON LAS CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS EN AMÉRICA LATINA EN EL ÚLTIMO QUINQUENIO" para efectos de revisión y comprobación. Tras su lectura puedo dar fe que contiene todas las correcciones que el Tribunal Examinador indicó en el momento de la defensa oral, por lo que manifiesto mi aval como tutora para la entrega de documentos finales.

Atentamente:



Máster Vanessa Aguilar Zeledón
Cédula identidad 1-0874-0329
Carné Colegio Profesional 4368

BIBLIOTECA UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACIÓN**

San José, 11 de marzo de 2020

Señores:

Universidad

Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) Mary Ángel Briceño con número de identificación 116270026 autor (a) del trabajo de graduación titulado FACTORES PROTECTORES E INDICADORES DE LA RESILIENCIA EN JÓVENES Y ADULTOS RELACIONADOS CON LAS CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS EN AMÉRICA LATINA EN EL ÚLTIMO QUINQUENIO, como requisito para optar por el grado de licenciatura; sí autorizo a la Biblioteca de la Universidad Hispanoamericana para que con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,

Firma y Cédula de Identidad

ANEXO 1 (Versión en línea dentro del Repositorio)
LICENCIA Y AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA PUBLICAR Y
PERMITIR LA CONSULTA Y USO

Parte 1. Términos de la licencia general para publicación de obras en el repositorio institucional

Como titular del derecho de autor, confiero al Centro de Información Tecnológico (CENIT) una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, el autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito.
- b) Autoriza al Centro de Información Tecnológico (CENIT) a publicar la obra en digital, los usuarios puedan consultar el contenido de su Trabajo Final de Graduación en la página Web de la Biblioteca Digital de la Universidad Hispanoamericana
- c) Los autores aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) Los autores manifiestan que se trata de una obra original sobre la que tienen los derechos que autorizan y que son ellos quienes asumen total responsabilidad por el contenido de su obra ante el Centro de Información Tecnológico (CENIT) y ante terceros. En todo caso el Centro de Información Tecnológico (CENIT) se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- e) Autorizo al Centro de Información Tecnológica (CENIT) para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- f) Acepto que el Centro de Información Tecnológico (CENIT) pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- g) Autorizo que la obra sea puesta a disposición de la comunidad universitaria en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en las "Condiciones de uso de estricto cumplimiento" de los recursos publicados en Repositorio Institucional.

SI EL DOCUMENTO SE BASA EN UN TRABAJO QUE HA SIDO PATROCINADO O APOYADO POR UNA AGENCIA O UNA ORGANIZACIÓN, CON EXCEPCIÓN DEL CENTRO DE INFORMACIÓN TECNOLÓGICO (CENIT), EL AUTOR GARANTIZA QUE SE HA CUMPLIDO CON LOS DERECHOS Y OBLIGACIONES REQUERIDOS POR EL RESPECTIVO CONTRATO O ACUERDO.