

Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes egresados de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Manabí durante la pandemia covid-19

Resilience and coping strategies in Clinical Psychology graduates from Technical University of Manabí during the covid-19 pandemic

Resiliencia y estrategias de afrontamiento

Artur Tatianovich Gorozabel Vetrov⁽¹⁾

María Leonila García Cedeño⁽²⁾

(1) Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo. Ecuador. email: agorozabel396@gmail.com

(2) Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo. Ecuador. email: maria.garcia@utm.edu.ec

Contacto: agorozabel396@gmail.com

Recibido: 28-8-2020

Aprobado: 7-11-2020

Resumen

El objetivo de la presente investigación es determinar la relación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento presentes en estudiantes egresados de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Manabí (UTM), durante la pandemia COVID-19, entre los meses de julio y agosto de 2020. Se empleó un enfoque de investigación mixto, tanto cualitativo como cuantitativo y un diseño descriptivo-correlacional. En el estudio participaron 69 estudiantes a los cuales se aplicó una ficha sociodemográfica para conocer las características de la muestra, una escala de resiliencia para identificar los niveles de resiliencia presentes y un inventario de estrategias de afrontamiento para caracterizar las estrategias de afrontamiento más empleadas. Los principales resultados destacan que los estudiantes egresados tienen buenos puntajes en los niveles de resiliencia, las variables y las características de la muestra presentan una escasa diferencia estadísticamente significativa y los niveles de resiliencia tienen una correlación débil con las estrategias de afrontamiento adaptativas.

Palabras clave: resiliencia, estrategias de afrontamiento, covid-19, estudiantes egresados

Abstract

The objective of this research is to determine the relationship between resilience and coping strategies present in graduate students of Clinical Psychology of the Technical University of Manabí (UTM), during the COVID-19 pandemic, between the months of July and August of 2020. A mixed research approach, both qualitative and quantitative, and a descriptive-correlational design were used. 69 students participated in the study to whom a sociodemographic record was applied to know the characteristics of the sample, a resilience scale to identify the levels of resilience present and an inventory of coping strategies to characterize the most used coping strategies. The main results highlight that the graduate students have good scores in the levels of resilience, the variables and characteristics of the sample show little statistically significant difference and the levels of resilience have a weak correlation with adaptive coping strategies.

Keywords: resilience, coping strategies, covid-19, graduate students.

Introducción

La resiliencia y las estrategias de afrontamiento son dos términos muy relevantes en el campo de la Psicología Clínica. A nivel teórico, son recursos más conocidos por los estudiantes y profesionales de este campo; y a nivel práctico, los seres humanos la usan en determinadas situaciones o contextos.

A finales del año 2019 surgió un virus al cual se le denominó COVID-19. Esta es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Este virus y la enfermedad que provoca se dieron a conocer en el momento en que hubo un masivo brote en Wuhan, China en diciembre de 2019, actualmente este virus se ha vuelto una pandemia que afecta a una gran parte de los países del mundo (OMS, 2020).

Frente a esta pandemia la población se ve en la necesidad de ser resiliente y desplegar sus estrategias de afrontamiento para sobrellevarla, las cuales pueden ser positivas o negativas. La resiliencia es percibida como aquel dominio integrado por recursos personales y factores

contextuales de una persona durante todas las etapas del ciclo vital, las cuales posibilitan una adaptación positiva y un afrontamiento exitoso ante diferentes estímulos estresores (Caycho *et al.*, 2018).

Grotberg considera que la resiliencia es un proceso constructivo, interactivo y sujeto a constantes cambios el cual permite al ser humano enfrentar situaciones adversas y sobreponerse a ello (2006, citado en Castro, 2017). Para Saavedra *et al.* (2015) la resiliencia es dinámica y está en constante desarrollo, mediante la interacción entre los sujetos y su entorno, no es una condición absoluta.

En congruencia con las ideas antes expresadas, las personas experimentan diversos estímulos que pueden generar alegría, ansiedad, estrés, tristeza, dolor, los cuales pueden presentarse en condiciones, eventos o acontecimientos similares o iguales. Sin embargo, cada persona expresa su propia reacción ante cada estímulo, por lo que esa vivencia se torna particular e irrepetible.

Saavedra y Villalta (2008), hacen alusión en la literatura especializada de la salud mental, el término resiliencia tiene su aparición como una explicación sobre las conductas saludables ante las adversidades. Esta se relaciona con otros términos tales como: factores de protección, factores de riesgo y vulnerabilidad, donde los elementos del entorno y los predisponentes del individuo repercuten sobre un comportamiento saludable.

Los factores de protección y de riesgo toman un papel importante. El primero incluye recursos personales, situacionales, ambientales o contextuales que reducen la aparición o la gravedad de un fenómeno; mientras que el segundo, abarca diversas características, internas y externas, que aumentan la probabilidad de que un determinado fenómeno suceda (García, García *et al.*, 2015).

En concordancia con lo anterior, estos factores repercuten en los mecanismos adaptables de una persona frente a situaciones adversas, permitiendo que logre evadir, disminuir o controlar la situación o, por el contrario, facilitar y predisponer la aparición de dicha situación.

El presente artículo tiene por objetivo determinar la relación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento presentes en estudiantes egresados de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Manabí (UTM), durante la pandemia COVID-19, entre los meses de julio y agosto de 2020.

Estrategias de afrontamiento

Lazarus y Folkman consideran que las estrategias de afrontamiento se definen como el proceso dinámico de intentar reducir o eliminar los estresores a través de respuestas cognitivas o de comportamiento (1984, citado en Morales, 2018).

Se denomina afrontamiento a aquel conjunto de respuestas de índole cognitiva, afectiva y conductual que las personas suelen presentar al momento de manejar y tolerar el estrés. Son estrategias usadas para enfrentar diferentes situaciones que suceden en la vida cotidiana (Banda *et al.*, 2018).

Asumir esta posición implica que, para hacer frente a las diversas situaciones estresantes, la persona durante todo su desarrollo evolutivo, adquiere y desarrolla una serie de estrategias que le ayudan a enfrentar estas situaciones y lograr mecanismos de adaptación más efectivos.

Estas estrategias de afrontamiento, son recursos psicológicos que posee cada persona, las cuales pueden ser fortalecidas o debilitadas gracias al enfrentamiento de dichas situaciones. El éxito no siempre es garantizado, pero permite la evasión o disminución de conflictos.

Las teorías de Carver, Scheier y Weintraub (1989); Lazarus y Folkman (1984); Maddi (1980) fueron analizadas por Rubio *et al.* (2016), en donde concluye que varias clasificaciones han sido propuestas para las estrategias de afrontamiento, siendo estas: afrontamiento pasivo y activo, afrontamiento centrado en el problema o centrado en las emociones, estrategias de abordaje o evitación y afrontamiento funcional y disfuncional.

Mayordomo *et al.* (2015) consideran que existen dos grupos de estrategias de afrontamiento; por un lado, aquellas centradas en el problema, en donde la persona busca manipular o modificar el problema, están orientadas en la tarea y en alcanzar una resolución. Por otro lado, las centradas en las emociones, las cuales buscan regular las respuestas emocionales ante un problema y la liberación de estas para intentar relajarse.

es necesario recalcar que la persona puede manifestar las estrategias desde una forma funcional o disfuncional, por lo cual estas estrategias pueden ser eficaces en ciertas situaciones, mientras que en otras no.

Es de interés destacar que, al momento de afrontar situaciones adversas, en el caso de personas resilientes, entran en acción las estrategias de afrontamiento, como aquellos recursos emocionales, cognitivos y conductuales que pueden permitir el manejo y superación de situaciones estresantes, ya sea con mecanismos adaptativos y saludables o disfuncionales.

Cabe aclarar que afrontar no significa necesariamente reducir o evitar una situación que genere malestar en la persona, sino también el intento de convivir con ese malestar. Un afrontamiento adaptativo, saludable o positivo, es la principal estrategia a fomentar dentro de la resiliencia, debido a que se buscan las mejores soluciones para que la persona logre afrontar la adversidad y desarrolle un comportamiento resiliente y una conducta saludable.

Por otra parte, un desarrollo evolutivo positivo en la persona, con redes de apoyo y recursos personales, permitirá desarrollar una conducta resiliente con estrategias de afrontamiento positivas. Las personas que no sepan cómo manejar la situación adversa o el problema, con conductas problemáticas, falta de habilidades sociales, bajos recursos personales y sociales, tenderán a desarrollar actitudes poco resilientes con estrategias de afrontamiento ineficaces.

Dentro de las estrategias de afrontamiento se encuentran: el afrontamiento activo, planificación, búsqueda de apoyo instrumental, búsqueda de apoyo emocional, autodistracción, desahogo, desconexión conductual, reinterpretación positiva, negación, aceptación, religión, uso de sustancia, humor, autoinculpación (Carver, 1996, citado en García *et al.*, 2009).

Justamente, esta investigación se desarrolló con el objetivo de determinar la correlación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento presentes en estudiantes egresados de Psicología Clínica de la UTM durante la pandemia COVID-19, entre los meses de julio y agosto de 2020, lo cual se realiza por medio de la identificación de los niveles de resiliencia en los estudiantes egresados y la caracterización de sus estrategias de afrontamiento.

Materiales y métodos

El estudio se realizó en la Universidad Técnica de Manabí, del Cantón Portoviejo, Manabí, Ecuador. Se aplicaron tres instrumentos a 69 estudiantes egresados del ciclo escolar octubre del

2019 – febrero 2020, de la carrera de Psicología Clínica. Para la selección de la muestra se utilizó la siguiente fórmula matemática:

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p}$$

Se empleó un enfoque de investigación mixto, tanto cualitativo como cuantitativo y un diseño descriptivo-correlacional.

Para la recolección de datos se diseñó una ficha la cual permitió recoger información sobre las características sociodemográficas, tomando en cuenta las referencias básicas encontradas en la literatura como género, edad y estado civil para poder relacionarlas con las variables.

Adicionalmente, se utilizó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) validada por Castilla *et al.* (2014) quienes refieren que la misma está compuesta de 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y 7 representa estar en máximo acuerdo.

Los participantes indican el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente. Los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia. El rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos.

Martínez (2016); Bosa *et al.* (2018) mencionan que, dicha escala fue diseñada para medir el nivel de resiliencia individual, dividida en 3 rangos que abarcan diferentes puntuaciones, siendo 121 o menos indicador de escasa resiliencia, entre 121-146 moderada resiliencia, y 147-175 indicador de una alta capacidad de resiliencia.

Por último, se empleó la adaptación del Inventario de Estrategias de Afrontamiento de Cano *et al.* (2007) el cual consta de 40 ítems. Las respuestas se recogieron mediante la escala tipo Likert de cinco puntos, con una estructura jerárquica compuesta por ocho estrategias primarias, cuatro secundarias y dos terciarias. Las 8 estrategias primarias son: resolución de problemas, autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo, apoyo social, reestructuración cognitiva, evitación de problemas y retirada social.

Las estrategias secundarias se generan a partir de la agrupación de las primarias siendo las mismas: manejo adecuado centrado en el problema (resolución de problemas y reestructuración cognitiva), manejo adecuado centrado en la emoción (Apoyo social y expresión emocional), manejo inadecuado centrado en el problema (evitación de problemas y pensamiento desiderativo) y manejo inadecuado centrado en la emoción (retirada social y autocrítica).

Las estrategias terciarias surgen a partir de la agrupación de las segundas, siendo las siguientes: manejo adecuado y manejo inadecuado. En la presente investigación se estudian los estilos de afrontamiento en cuanto a las estrategias primarias. Y se usaron abreviaturas de las escalas de las estrategias de afrontamiento, siendo estas: REP= resolución de problemas; AUT= autocrítica, EEM= expresión emocional; PDS= pensamiento desiderativo; APS=apoyo apoyo social; REC= reestructuración cognitiva; EVP= evitación de problemas; y RES= retirada social.

Todos los instrumentos fueron aplicados mediante la herramienta de Google Forms. Se utilizó el software SPSS versión 25, mediante el cual se hizo la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov y la prueba no paramétrica de Spearman para la correlación de las variables.

Mediante dicho software también se obtuvieron las frecuencias de las características de la muestra, las medias y desviación estándar en base a las variables y las características de la muestra. Además, para obtener la significancia estadística se utilizó la prueba U de Mann-Whitney y la prueba de Kruskal-Wallis.

Resultados

En la tabla 1, se puede observar las características de la población. De los 69 estudiantes egresados que fueron investigados, se observó, como datos más significativos, que el 76,8% de la muestra es representada por el género femenino, el 58% tiene un rango de edad entre 18-24 años y respecto al estado civil el 78,3% son solteros.

| Características | Opciones | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------|-----------|------------|------------|
| Género | Femenino | 53 | 76,8% |
| | Masculino | 16 | 23,2% |
| Edad | 18-24 | 40 | 58% |

| | | | |
|--------------|-------------|----|-------|
| | 25-34 | 27 | 39,1% |
| | 35-44 | 2 | 2,9% |
| Estado Civil | Soltero | 54 | 78,3% |
| | Casado | 6 | 8,7% |
| | Divorciado | 1 | 1,4% |
| | Unión Libre | 8 | 11,6% |

Tabla 1. Características de la población. Distribución de la muestra según las características sociodemográficas (n= 69).

En las siguientes tablas, se podrá ver la comparación entre las distintas variables (resiliencia y estrategias de afrontamiento) en base a las características de la muestra. Se calculó la media de la puntuación directa obtenida en la escala de resiliencia, la cual es mayor en el género femenino con una puntuación de 141,73 en comparación con la puntuación obtenida en el género masculino de 139,81, las cuales corresponden con un nivel moderado de resiliencia, ya que se encuentra en el intervalo de 121-146.

Respecto a la variable estrategias de afrontamiento, la muestra femenina obtuvo puntuaciones mayores en resolución de problemas (M= 15,20), expresión emocional (M= 12,43), apoyo social (M= 11,30) y reestructuración cognitiva (M= 14,77).

La muestra masculina puntuó alto en las estrategias de afrontamiento de autocritica (M= 7,00), pensamiento desiderativo (M= 13,31), evitación de problemas (M= 11,93) y retirada social (M= 9,25). Sólo existe diferencia estadísticamente significativa en autocritica y retirada social, los resultados se presentan en la tabla 2.

| Género | Resiliencia | Estrategias de afrontamiento | | | | | | | | |
|-----------|----------------|------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | | REP | AUC | EEM | PSD | APS | REC | EVP | RES | |
| Femenino | Media | 141,73 | 15,20 | 3,67 | 12,43 | 13,18 | 11,30 | 14,77 | 10,62 | 6,94 |
| | Desv. Estándar | 15,02 | 3,67 | 4,22 | 4,18 | 4,57 | 5,63 | 3,77 | 4,40 | 4,76 |
| Masculino | Media | 139,81 | 13,75 | 7,00 | 10,37 | 13,31 | 10,06 | 13,43 | 11,93 | 9,25 |
| | Desv. Estándar | 12,37 | 4,85 | 4,27 | 4,03 | 4,31 | 4,68 | 4,91 | 3,88 | 2,81 |
| | U | 374,00 | 351,00 | 241,00 | 288,00 | 419,50 | 369,00 | 357,50 | 351,00 | 272,50 |
| | p | ,477 | ,297 | ,009 | ,052 | ,949 | ,433 | ,342 | ,297 | ,030 |

Tabla 2. Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento según el género.

Se puede observar que, en la escala de resiliencia, el rango de edad de 35 a 44 años puntuó con una media de 155,50, considerado como una alta capacidad de resiliencia, ya que está ubicado en el intervalo de 147-175, mientras que el rango de edad de 25 a 34 años obtuvo una media de 141.40 y el rango de edad de 18 a 24 años obtuvo 140,50 estando ubicados así en el rango de 121-146 considerándose como moderada resiliencia.

Respecto a las estrategias de afrontamiento el rango de edad de 35 a 44 posee puntuaciones mayores en la escala de resolución de problemas (M= 17,00), expresión emocional (M= 15,00), apoyo social (M= 13,00) y reestructuración cognitiva (M= 16,00).

La muestra en el rango de edad de 25 a 34 años obtuvo mayor puntuación en retirada social (M= 7,70). La muestra ubicada en el rango de edad de 18 años a 24 años tuvo mayores puntuaciones en autocrítica (M= 5,17), pensamiento desiderativo (M= 13,75) y evitación de problemas (M= 11,92).

Sólo existe diferencia estadísticamente significativa en evitación de problemas, los resultados se observan en la tabla 3.

| Edad | | Resiliencia | Estrategias de afrontamiento | | | | | | | |
|-------|----------------|-------------|------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | | REP | AUC | EEM | PSD | APS | REC | EVP | RES |
| 18-24 | Media | 140,50 | 15,57 | 5,17 | 12,52 | 13,75 | 11,60 | 15,05 | 11,92 | 7,50 |
| | Desv. Estándar | 13,92 | 3,16 | 4,66 | 3,82 | 3,67 | 5,28 | 3,67 | 4,34 | 4,52 |
| 25-34 | Media | 141,40 | 13,66 | 3,33 | 10,88 | 12,55 | 10,00 | 13,48 | 9,88 | 7,70 |
| | Desv. Estándar | 15,19 | 4,81 | 4,07 | 4,61 | 5,37 | 5,69 | 4,54 | 3,82 | 4,54 |
| 35-44 | Media | 155,50 | 17,00 | 5,00 | 15,00 | 11,50 | 13,00 | 16,00 | 5,00 | 4,00 |
| | Desv. Estándar | 9,19 | 4,24 | 1,41 | 4,24 | 7,77 | 4,24 | 4,24 | 1,41 | ,00 |
| | K | 2,469 | 3,140 | 4,209 | 3,350 | ,458 | 1,349 | 2,822 | 9,508 | 1,156 |
| | p | ,291 | ,208 | ,122 | ,187 | ,795 | ,509 | ,244 | ,009 | ,561 |

Tabla 3. Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento según la edad.

La tabla indica que de la muestra seleccionada el estado civil que corresponde a unión libre tiene una media de 148,62, la cual está considerada como alta capacidad de resiliencia al estar ubicada en el intervalo de 147-175. El resto de categorías se encuentran en el intervalo de 121-146 considerado como resiliencia moderada, siendo en un orden descendente: soltero con una media de 140.77 y casado con una media de 135,16.

Respecto a las estrategias de afrontamiento, el factor Casado, posee puntuaciones mayores altas en autocrítica (M= 7,83), expresión emocional (M= 15,66), pensamiento desiderativo (M= 14,33), apoyo social (M= 14,50), reestructuración cognitiva (M= 15,83), evitación de problemas (M= 12,83) y retirada social (M= 10,83), mientras que el factor unión libre puntuó alto en resolución de problemas (M= 15,75). Dentro de esta característica, sólo hubo un sujeto de la muestra bajo el factor divorciado, quién obtuvo una puntuación ubicada en el intervalo de 125-150 como resiliencia alta, y obtuvo puntuaciones altas en resolución de problemas, pensamiento desiderativo, apoyo social y reestructuración cognitiva. Pero no hay diferencia estadísticamente significativa, los resultados se observan en la tabla, 4.

| Estado Civil | | Resiliencia | Estrategias de afrontamiento | | | | | | | |
|--------------|----------------|-------------|------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | | REP | AUC | EEM | PSD | APS | REC | EVP | RES |
| Casado | Media | 135,16 | 15,00 | 7,83 | 15,66 | 14,33 | 14,50 | 15,83 | 12,83 | 10,83 |
| | Desv. Estándar | 25,96 | 3,94 | 6,11 | 2,94 | 2,58 | 3,27 | 3,06 | 6,08 | 5,30 |
| Soltero | Media | 140,77 | 14,68 | 4,25 | 11,66 | 13,07 | 11,07 | 14,18 | 10,85 | 7,59 |
| | Desv. Estándar | 13,52 | 4,07 | 4,23 | 3,84 | 4,76 | 5,45 | 4,33 | 4,25 | 4,30 |
| Unión Libre | Media | 148,62 | 15,75 | 3,75 | 11,62 | 13,00 | 7,50 | 15,00 | 10,25 | 5,12 |
| | Desv. Estándar | 6,65 | 3,91 | 3,88 | 6,27 | 4,03 | 5,07 | 2,92 | 3,45 | 3,22 |
| | K | 3,129 | ,870 | 4,722 | 6,282 | ,795 | 6,545 | ,898 | 2,593 | 6,865 |
| | p | ,372 | ,833 | ,193 | ,099 | ,851 | ,088 | ,826 | ,459 | ,076 |

Tabla 4. Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento según el estado civil.

En la tabla 5 se presenta la relación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento en los sujetos estudiados, durante la pandemia COVID-19. Se encuentra que existe una relación positiva estadísticamente significativa a nivel 0,01 entre los niveles de resiliencia y las estrategias de afrontamiento de resolución de problemas (estrategias conductuales y cognitivas que buscan modificar una situación causante de estrés, con el fin de eliminar este) y apoyo social (estrategias dirigidas a la búsqueda de apoyo emocional).

También se encuentra relación positiva con una significancia a nivel de 0,05 entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento de expresión emocional (estrategias dirigidas a la liberación de emociones que suceden con el proceso de estrés) y reestructuración cognitiva (estrategias cognitivas que producen una modificación sobre el significado que se atribuye a la situación generadora de estrés). Sin embargo, aunque exista relación positiva, esta es débil, lo cual se observa en la tabla 5.

| | | | REP | AUC | EEM | PSD | APS | REC | EVP | RES |
|-----------------|-------------|-----------------------------|--------|-----|-------|-----|--------|-------|-----|-----|
| Rho de Spearman | Resiliencia | Coefficiente de correlación | ,406** | | ,239* | | ,355** | ,285* | | |
| | | Sig. (bilateral) | ,001 | | ,048 | | ,003 | ,018 | | |

Tabla 5 Relación de la resiliencia con las estrategias de afrontamiento en estudiantes graduados de la carrera de Psicología Clínica.

Discusión

Al determinar la relación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento presentes en estudiantes egresados de Psicología Clínica de la UTM durante la pandemia COVID-19, se observó que las mujeres tienen mayor capacidad de resiliencia. Sin embargo, no fue posible establecer una diferencia estadísticamente significativa en base al género, lo cual concuerda con la investigación realizada en estudiantes universitarios por Caldera *et al* (2015), quienes refieren que; a pesar de que las mujeres tengan un puntaje más alto, este no presenta diferencia estadísticamente significativa en comparación con los hombres.

En correspondencia con el resultado obtenido, diversos autores manifiestan que las mujeres son más resilientes que los hombres, Álvarez y Cáceres (2010) Adicionalmente plantean que presentan una mayor capacidad de resolución de problemas.

Respecto a las estrategias de afrontamiento según el género, sólo se encontró diferencia estadísticamente significativa en autocrítica y retirada social, en donde el género masculino puntuó más alto.

Pese a que en el resto de categorías no existe dicha diferencia, cabe destacar que, en base a las medias y puntuaciones, las mujeres tienden a tener un afrontamiento adecuado centrado en el problema, es decir un afrontamiento adaptativo en el cual se busca cambiar la situación estresante o su significado.

También poseen un afrontamiento adecuado centrado en la emoción, el cual es un afrontamiento adaptativo en donde se manejan las emociones para afrontar la situación. Por su parte los hombres presentan un afrontamiento inadecuado centrado en el problema y en la emoción, ambos son

desadaptativos; ya que en el primero se busca evitar las situaciones estresantes y en el segundo, aislarse, autoinculparse o autocriticarse (Cano *et al.*, 2014).

Valadez *et al.* (2015) reportaron estadísticas significativas en la dimensión de apoyo social, en donde las mujeres evaluadas puntuaron alto a diferencia de los hombres. En cuanto a la edad no existen diferencias significativas en torno a la resiliencia. Esto concuerda con datos de diversos autores como Saavedra y Villalta (2008) quienes concluyen que los niveles de resiliencia no se encuentran asociados de forma directa con la edad. Pueden existir adultos poco resilientes o jóvenes con alta capacidad de resiliencia. La edad no repercute en que una persona sea más o menos resiliente (Álvarez y Cáceres, 2010).

En la investigación realizada en estudiantes universitarios por Caldera *et al* (2015) tampoco se encontró relación significativa entre la edad y la resiliencia.

Sin embargo, Gínez *et al* (2019) expresan lo contrario, a medida que la edad aumenta también lo hace el nivel de resiliencia. En la investigación realizada se observó que la resiliencia aumenta ligeramente conforme a la edad, basándonos en las medias, pero no son estadísticamente significativas.

En la relación del estado civil con los niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento no se encontró estadística significativa. Álvarez y Cáceres (2010) en su investigación con estudiantes de educación superior, reportaron que al parecer no existe una relación o asociación en los niveles de resiliencia con los casados o solteros, al menos en el ámbito educativo universitario.

En base a los resultados obtenidos se observó que sí existe correlación positiva, pero débil, entre la resiliencia y ciertas estrategias de afrontamiento, pero sólo con las adaptativas; es decir, las que conforman el manejo adecuado centrado en el problema y el manejo adecuado centrado en la emoción.

Los estudiantes universitarios estudiados son resilientes y por ello despliegan estrategias de afrontamiento adaptativas. Esta circunstancia podría darse debido a que el estudiante pasa por un largo proceso de estudios antes de acceder a la educación superior, y en ese lapso de tiempo, ha enfrentado diversos problemas o situaciones complejas (Caldera *et al.*, 2015).

Conclusiones

La investigación realizada genera varias conclusiones, una de ellas es que existe una correlación débil entre los niveles de resiliencia y las estrategias de afrontamiento, esto indica que, a medida que los sujetos sean más resilientes, las estrategias de afrontamiento desplegadas se vuelven más adaptativas, ya sean centradas en el problema o en la emoción.

En un orden descendente de, qué estrategia de afrontamiento se correlaciona más con la resiliencia tenemos, resolución de problemas, apoyo social, reestructuración cognitiva y expresión emocional.

Los estudiantes egresados estudiados de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Manabí obtienen como tendencia niveles altos y moderados de resiliencia.

Las estrategias de afrontamiento con mayores puntuaciones en un orden descendente han sido resolución de problemas, reestructuración cognitiva, pensamiento desiderativo, expresión emocional, apoyo social, evitación de problemas, retirada social y autocrítica.

Respecto a las características de la muestra en relación a las variables, parece existir una escasa asociación con el género y la edad y una nula asociación con el estado civil.

Bibliografía

Álvarez, L., & Cáceres, L. (2010). Resiliencia, rendimiento académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de Bucaramanga (Colombia). *Psicología iberoamericana*, 18(2), 37-46.

Bosa, M., Bohórquez, M., Olarte, C., & Malaver, J. (2018). Diferencias por sexo en la intimidación escolar y la resiliencia en adolescentes. *Psicología escolar educativa*, 22(3), 519-526.

Caldera Montes, J. F., Aceves Lupercio, B. I., & Reynoso González, Ó. U. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19(36), 227-239.

- Cano García, F. J., Rodríguez Franco, L., & García Martínez, J. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 35 (1), 29-39.
- Castilla, H., Caycho, T., Shimabukuro, M., Valdivia, A., & Torres-Calderón, M. (2014) Análisis exploratorio de la escala de resiliencia de Wagnild y Young en una muestra de adolescentes jóvenes y adultos universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Psicología de Arequipa*, 4(1), 80-93
- Caycho-Rodríguez, T., Ventura-León, J., García-Cadena, C. H., Tomás, J. M., Domínguez-Vergara, J., Daniel, L., & Arias-Gallegos, W. L. (2018). Evidencias psicométricas de una medida breve de resiliencia en adultos mayores peruanos no institucionalizados. *Psychosocial Intervention*, 27(2), 73-79. <https://dx.doi.org/10.5093/pi2018a6>
- García del Castillo, J., García del Castillo-López, Á., López-Sánchez, C., & Dias, P. (2016). Conceptualización teórica de la resiliencia psicosocial y su relación con la salud. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 16(1), 59-68.
- García, F. E., Manquián, E., & Rivas, G. (2016). Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales. *Psicoperspectivas*, 15(3), 101-111.
- Gínez-Silva, M. J., Astorga, C. M., & Urchaga-Litago, J. D. (2019). Resiliencia psicológica a través de la edad y el sexo. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 4(1), 85-94.
- González, O., González, C., Mata, F., Guzmán, G., De los Reyes Nieto, L., & García, R. (2018). Estilos de afrontamiento y resiliencia en adultos mayores con enfermedad crónica. *Revista Enfermería Herediana*, 10(2), 117-122.
- Martínez, R. S. (2016). Bienestar subjetivo, resiliencia y discapacidad. *Acciones e investigaciones sociales*, (36), 113-140.
- Mayordomo-Rodríguez, T., Sales-Galán, A., Satorres-Pons, E., & Blasco-Igual, C. (2015). Estrategias de afrontamiento en adultos mayores en función de variables

sociodemográficas. *Escritos de Psicología (Internet)*, 8(3), 26-32.
<https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2015.2904>

Morales, F. M. (2018). Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 289-294.

OMS. (2020). *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19)*.
<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

Ríos, A. (2017). Las familias rurales chilenas, a la luz de la resiliencia y la lectura de una adulta mayor. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 5(1), 113-122.

Rubio, L., Dumitrache, C., Cordon-Pozo, E., & Rubio-Herrera, R. (2016). Psychometric properties of the Spanish version of the Coping Strategies Inventory (CSI) in elderly people. *Anales De Psicología/Annals of Psychology*, 32(2), 355-365. doi:10.6018/analesps.32.2.216141

Saavedra, E., Salas, G., Cornejo, C., & Morales, P. (2015). *Resiliencia y Calidad de Vida: la Psicología Educacional en diálogo con otras disciplinas*. Talca: UCM.

Saavedra-Guajardo, E., & Villalta-Paucar, M. (2008). Medición de las características resilientes: un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. *Liberabit*, 14(14), 32-40.

Valadez, D., Reyes, V., Morales, P., Pérez, F. M., & Galván, V. (2015). Tipos y puntajes de resiliencia en hombres y mujeres en el norte de México. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 20(2), 184-188.