

## Resiliencia en estudiantes como herramienta para asegurar la calidad educativa

### Resilience in students as a tool to ensure educational quality

**Martha Elva Campuzano González**

Universidad Autónoma del Estado de México

[mecampuzanog@uaemex.mx](mailto:mecampuzanog@uaemex.mx)

**Yamel Libien Jiménez**

Universidad Autónoma del Estado de México

[yaliji@hotmail.com](mailto:yaliji@hotmail.com)

#### Resumen

**Fundamento:** Identificar el nivel de resiliencia en estudiantes entendida como la capacidad del ser humano de salir adelante en las adversidades que se presentan en la vida; permite desarrollar o fomentar habilidades que pueden ser usadas como herramienta para asegurar la calidad educativa. **Método:** Se realizó un estudio transversal, descriptivo y comparativo entre estudiantes de las Licenciaturas de Médico Cirujano y Nutrición. **Objetivo:** Identificar y comparar el nivel de resiliencia en estudiantes de las Licenciatura de Médico Cirujano y Nutrición, utilizando la escala de medición de la resiliencia RESI-M<sup>1</sup>, validada con población mexicana. **Resultados:** Participaron en el estudio 98 estudiantes, 48 de la Licenciatura en Médico Cirujano y 50 de la Licenciatura en Nutrición, el 78.57% de los alumnos tiene niveles altos de resiliencia, no hay diferencias significativas entre las licenciaturas. **Conclusiones:** Es

necesario implementar estrategias para elevar los niveles de resiliencia en estudiantes sobre todo en los aspectos referentes al apoyo social.

**Palabras Clave:** Resiliencia, Adversidades, Educación, Adolescentes

## Abstract

Background: Identify the level of resilience in students understood as the ability of the human being to get ahead in the adversities that occur in life, allows developing or promoting skills that can be used as a tool to ensure educational quality. Method: A cross-sectional, descriptive and comparative study was conducted among medical and nutrition students. Objective: Identify and compare the level of resilience in medical and nutrition students, using the RESI-M<sup>1</sup> resilience measurement scale, validated with Mexican population. Results: 98 students participated in the study, 48 Medical and 50 students of Nutrition, 78.57% of the students have high levels of resilience, there are no significant differences between them. Conclusions: It is necessary to implement strategies to raise the levels of resilience in students, especially in the aspects related to social support.

**Key Words:** Resilience, Adversity, Education, Adolescents

**Fecha recepción:** Agosto 2018

**Fecha aceptación:** Diciembre 2018

---

## Introducción

El término resiliencia de acuerdo con la Real Academia Española de la lengua, deriva del latín *resiliens*, y se define como la capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos.<sup>1</sup> Es un término antiguo, pero en la actualidad ha

tenido relevancia,<sup>2</sup> considera esa capacidad que tiene el ser humano de adaptarse a circunstancias diversas, considerar recuperarse frente a la adversidad y verse inmerso en un futuro prometedor, considerando a las adversidades como desafíos. Es un concepto positivo.<sup>3</sup>

Los problemas son enfrentados y superados gracias a que las personas son resilientes, cuando una persona no logra esa resiliencia puede caer en estado de depresión, asimismo, una persona con depresión tiene la tendencia de ser menos resiliente.<sup>4</sup>

La educación, las relaciones sociales y el contexto social son determinantes en una persona resiliente.<sup>5</sup> Estudios afirman que la resiliencia está vinculada a la autoestima<sup>6</sup>, por lo que es importante trabajar con los niños desde pequeños para que puedan desarrollar sanamente esta capacidad. Un niño con buena autoestima será un adulto resiliente, por lo que estará preparado para superar los obstáculos que encuentre a lo largo de su vida.

El apoyo social y familiar en los estudiantes de buen rendimiento escolar, ayuda a mejorar las condiciones de adaptación a estímulos estresores, logrando mantener su rendimiento; mientras que aquellos que no se evidencia esta figura de un profesor, de un familiar, de un amigo cercano tienen mayor riesgo de no presentar una mayor estabilidad psicológica, lo que podría provocar situaciones de inestabilidad en el plano emocional<sup>7</sup>.

Es cada vez más frecuente escuchar en los jóvenes que se sienten decepcionados, deprimidos y solos. Parece ser que la capacidad de actuar frente a los conflictos o situaciones problemáticas de la vida representa una tarea cada vez más difícil y complicada. Esto puede afectar su salud mental.

Los jóvenes universitarios están en proceso de formación y se supone que deben ser resilientes, sin embargo, no siempre es así y pueden caer en estados depresivos que incluso les limite terminar con éxito su licenciatura.

El estudiante universitario, no está exento de vivir situaciones de estrés y de enfrentarse a nuevos retos, por lo que la universidad se convierte en un espacio importante para determinar la resiliencia y en su caso favorecer actividades que la promuevan.

Estudios realizados en estudiantes muestran que existen diferencias significativas con respecto a la resiliencia, por lo que es necesario identificar en las diversas poblaciones estudiantiles la resiliencia de sus estudiantes a efecto de tomar medidas preventivas.<sup>8,9</sup>

Además, derivado del crecimiento que ha tenido la educación superior en México, ha sido necesario que se considere de manera importante la calidad educativa, por lo que se ha requerido reconfigurar las actividades académicas y de gestión a un enfoque basado en la atención de necesidades específicas, incluyendo la formación y capacitación integral de los alumnos, considerando los procesos asociados el sistema de enseñanza-aprendizaje.<sup>10</sup> La resiliencia en los alumnos puede ser determinante en su desempeño académico. Un alumno resiliente puede enfrentar mejor el estrés y por lo tanto estar en posibilidades de tener aprendizajes significativos.

## **Material y método**

Se realizó un estudio transversal, descriptivo, analítico, comparativo. Se trabajó con la población de nuevo ingreso (2018), conformada por 98 alumnos, 48 de la Licenciatura de Médico Cirujano y 50 de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad Autónoma del Estado de México.

Se realizó el análisis estadístico utilizando el paquete SPSS versión 22.

## **Instrumento de investigación**

Se utilizó la escala de medición de la Resiliencia mexicana (RESI-M) desarrollado por Palomar L.J y Gómez V.N.E (2010)<sup>11</sup>. Esta escala consta de un total de 43 reactivos. Divididos en 5 factores: Fortaleza y confianza en sí mismo (19 ítems), Competencia social (8 ítems), Apoyo familiar (6 ítems), Apoyo social (5 ítems) y Estructura (5 ítems). El instrumento tiene una confiabilidad de 0.93 (Alpha de Cronbach) y la confiabilidad de la factorial de los pilares oscila entre 0.79 y 0.92. Utiliza una escala de Likert y cada ítem se valora considerando las opciones:

totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, de acuerdo y totalmente de acuerdo, dando un valor respectivamente de 1, 2, 3 y 4 puntos, resultando la puntuación máxima de 76 puntos en el primer factor, 32 en el segundo, 24 en el tercero, 20 en el cuarto y 20 en el quinto.

Este cuestionario fue auto aplicable y dirigido de forma grupal, su duración fue de aproximadamente 15-20 minutos, se aplicó al ingresar los estudiantes a la Licenciatura.

## Resultados

Se encuestaron 98 estudiantes, 48 de Médico Cirujano (49 %) y 50 de Nutrición (51 %), 23 hombres y 75 mujeres (Tabla No. 1), en un rango de edad entre 17 y 28 años, con una media de 18.63 años (Tabla No. 2).

**Tabla No. I Distribución por licenciatura y sexo**

	Médico Cirujano	Nutrición	Total
Masculino	18	5	23
Femenino	30	45	75
Total	48	50	98

Fuente: Base de datos

Al aplicar el cuestionario RESI-M, se obtuvo en el factor 1 (Fortaleza y confianza en sí mismo) un puntaje mínimo de 23, y un máximo de 76 puntos, con una media de 63.32 y un rango de 53 (Tabla No. 2), lo que muestra que la mayoría de los alumnos tiene fortaleza y confianza en sí mismos.

Con respecto al factor 2 (Competencia social), en donde el ideal es de 32 puntos, se obtuvieron valores máximos de 32 pero también se obtuvieron puntajes de 8 (Tabla No. 2), con una media de 24.79.

En el factor No. 3 (Apoyo familiar) tiene un puntaje máximo de 24 puntos, se obtuvieron valores máximos de 24, sin embargo, se presentaron puntajes bajos de 6, con una media de 20.76 (Tabla No. 2).

Los valores obtenidos en el factor 4 (apoyo social) tienen un rango de 15, el puntaje mínimo fue 5 y el máximo 20, con una media de 17.85 puntos (Tabla No. 2), tomando en cuenta que el factor tiene un máximo de 20 puntos.

Con respecto al factor 5 (Estructura), el puntaje máximo que considera es 20, en este estudio se obtuvo una media de 15.24 puntos, se encontraron valores de 20 puntos, sin embargo, también se presentaron valores de 7 puntos como mínimo (Tabla No. 2), Asimismo, para todos los factores considerados se presentaron alumnos que tienen poca resiliencia, sin embargo, la gran mayoría (Tabla No. 2) se sitúa arriba del tercer cuartil, para el factor 1,  $Q_3$  tiene un valor de 57 puntos y la media es de 63.32, para el factor 2,  $Q_3$  tiene un valor de 24 puntos y la media tiene un valor de 24.79, para el factor 3,  $Q_3$  tiene un valor de 18 y la media es de 20.76, para el factor 4 y 5,  $Q_3$  tiene un valor de 15 y se obtuvo una media de 17.85 y 15.24 puntos respectivamente.

Considerando que el puntaje máximo en los cinco factores de resiliencia son 172 puntos, la media obtenida es de 141.9, el 5.1 % de los estudiantes tuvo una baja resiliencia ( $Q_2$ ), el 16.3 % tuvo una resiliencia media ( $Q_2$ ), y la mayoría 78.57 % obtuvo una resiliencia alta arriba de  $Q_3$ .

**Tabla No. 2 factores de resiliencia**

	Rango	Mínimo	Máximo	Media	Desv, Estándar
Edad	11	17	28	18.63	2.26
Factor 1	53.0	23.0	76.0	63.32	10.53
Factor 2	24.0	8.0	32.0	24.79	5.25
Factor 3	18.0	6.0	24.0	20.76	4.14
Factor 4	15.0	5.0	20.0	17.85	3.14
Factor 5	13.0	7.0	20.0	15.24	3.02
Resiliencia total Martha	117	55.0	172	141.9	23.01

Fuente: Base de datos

Para conocer el comportamiento de las variables de estudio, se realizó una prueba de Kolmogorov- Smirnov, encontrando una distribución normal por lo que se llevó a cabo una prueba de t Student, para comparar las medias globales obteniendo los siguientes resultados.

La Tabla No. 3 muestra los valores obtenidos al calcular la t de Student para muestras independientes al 95 % de confianza, considerando el sexo de los estudiantes de licenciatura, no existen diferencias significativas en los factores 1, 2, 4 y 5 por lo que la fortaleza y confianza en sí mismos es igual para los hombres que para las mujeres, lo mismo que la competencia social, el apoyo social y la estructura.

Sin embargo, en el factor 3 referente al apoyo familiar existe diferencia significativa entre hombres y mujeres, las mujeres obtuvieron un puntaje más alto.

**Tabla No. 3 t Student por Sexo**

Factor	Sexo	Media	SEM	Sig.
Factor 1	Mujeres	62.8	1.19	0.507
	Hombres	65.0	2.36	
Factor 2	Mujeres	24.65	0.57	0.507
	Hombres	25.22	1.29	
Factor 3	Mujeres	21.00	0.44	0.020
	Hombres	19.96	1.05	
Factor 4	Mujeres	17.99	0.35	0.371
	Hombres	17.39	0.74	
Factor 5	Mujeres	15.17	0.33	0.098
	Hombres	15.44	0.73	

La Tabla No. 4 muestra los valores obtenidos al calcular la t de Student para muestras independientes al 95 % de confianza, considerando la licenciatura de los estudiantes. No existen diferencias significativas en los factores 1, 2, 3, 4 y 5.

**Tabla No. 4 t Student por Licenciatura**

Factor	Sexo	Media	SEM	Sig.
Factor 1	Médico	63.75	1.55	0.855
	Cirujano			
	Nutrición	62.90	1.47	
Factor 2	Médico	24.94	0.78	0.822
	Cirujano			
	Nutrición	24.64	0.73	
Factor 3	Médico	20.81	0.63	0.757
	Cirujano			
	Nutrición	20.70	0.56	
Factor 4	Médico	17.96	0.45	0.782
	Cirujano			
	Nutrición	17.74	0.45	
Factor 5	Médico	15.08	0.41	0.459
	Cirujano			
	Nutrición	15.38	0.46	

## Discusión De Resultados

Los resultados obtenidos muestran que la mayoría de los alumnos tienen un nivel alto de resiliencia (78.57%), sin embargo, en algunos alumnos es necesario fortalecer estos aspectos para que adquieran las habilidades necesarias para fortalecer la confianza en sí mismos, mejorar sus relaciones familiares y aprender a convivir socialmente, estos resultados coinciden con los



resultados obtenidos en un estudio realizado por Velasco Rodríguez *et al.* 2015<sup>12</sup>, en donde el 63% de los alumnos tuvieron puntuaciones del instrumento RESI-M en el cuartil superior.

Se encontraron valores altos para el factor 1 referente a la fortaleza y confianza en sí mismos, sin embargo, en algunos alumnos es necesario fortalecer este aspecto, con la finalidad de que puedan salir adelante por sí mismos y tengan la certeza de que pueden enfrentar la vida con las herramientas que tienen o aprendiendo nuevas estrategias para abrirse paso en su camino.

Considerando que el factor 2 describe el comportamiento con respecto a la competencia social, es importante identificar que hay estudiantes que no se encuentran cómodos con otras personas, o no es fácil para ellos tener temas de conversación, por lo que es un punto a tratar para identificar que los jóvenes requieren que se les apoye en actividades que se les favorezca la convivencia social. Incluso como comentan algunos autores<sup>13</sup> las nuevas tecnologías y las redes sociales pueden llegar a causar adicción y como consecuencia aislarse socialmente, influyendo definitivamente en la calidad educativa. Las redes sociales están transformando la comunicación con las personas, por lo que necesario revisar como comentan algunos autores, si están ocasionando que los jóvenes no están acostumbrados a resolver situaciones cara a cara.<sup>14</sup>

De acuerdo con los resultados del factor 3 referente al apoyo familiar, muestra que en algunos casos los alumnos sienten o perciben que no cuentan con el apoyo familiar, o posiblemente las actividades familiares no favorecen que realicen actividades juntos dado que algunos estudiantes viven fuera de su lugar de origen o del núcleo familiar. Como muestran algunos estudios, el apoyo social familiar juega un rol moderador en la relación entre la autoestima y la resiliencia.<sup>15</sup>

El factor 4 que considera el apoyo social y la percepción de los estudiantes con respecto a la preocupación que otras personas tienen en él, el apoyo o el aliento que reciben de otras personas, es de tomar en cuenta que se requiere revisar que está sucediendo con los jóvenes, dado que, a pesar de estar conectados en redes sociales con más persona, amigos o incluso familia, no sienten el apoyo o la motivación que requieren para salir adelante, llama la atención que el rango de este factor es de 15, con un mínimo de 5 y un máximo de 15, para lo que se requiere

profundizar en este aspecto, ya que muchos de nuestros alumnos además de entrar en una etapa “difícil” de su vida, deben migrar a un lugar cercano a sus actividades, dejando la casa paterna, a la cual regresan cuando pueden los fines de semana y sino hasta el periodo vacacional. Algunos estudios muestran bajos niveles de apoyo social autopercibido por los estudiantes de medicina manifestado por el poco apoyo que refieren recibir tanto de sus familias como de sus amigos.<sup>16</sup> Además, algunos estudios indican que las condiciones favorables de salud mental están asociadas con un mayor apoyo social y un menor estrés académico,<sup>17</sup> incluso puede variar a lo largo de sus estudios o sentir que sí cuentan con apoyo social,<sup>18</sup> por lo que es importante estudiar las diversas comunidades de estudiantes en específico.

Con respecto al factor 5 referente a la estructura, aunque la media es alta, algunos alumnos sienten que las reglas, la rutina, la falta de metas limita su capacidad de salir adelante en la vida, no saben organizarse o planear actividades sistemáticas. Es importante fortalecer este factor en los jóvenes para que no se sientan presionados, sobre todo porque de acuerdo con García del Castillo *et al.*, (2016)<sup>19</sup> las habilidades que desarrollan las personas resilientes consiguen mejorar y optimizar sus recursos para el mantenimiento de la salud.

En el factor 3 referente al apoyo familiar existe diferencia significativa entre hombres y mujeres, las mujeres obtuvieron un puntaje más alto, posiblemente porque estén más acostumbradas a realizar actividades en familia, disfruten estar más en familia y hacer actividades junto a su familia y considerar importante dentro de la familia los mismos aspectos. Coinciden los resultados con los encontrados por González-Arratia *et al.*, (2015)<sup>20</sup>, en donde las mujeres tienen puntuaciones más elevadas en resiliencia.

De acuerdo con los resultados obtenidos, la resiliencia de los estudiantes en este estudio no depende de la licenciatura que estudian, incluso las medias de cada uno de los factores están muy cercanas entre ambos grupos, la resiliencia no depende de lo que estudien. Sin embargo, es necesario realizar estudios más profundos que permitan realizar estudios a profundidad, otros autores han encontrado que, a disposición a la resiliencia afectó positivamente las metas educativas.<sup>21</sup>

Algunos estudios como el de Álvarez, L. y Cáceres, L. (2010)<sup>22</sup>, muestran que las mujeres tienen valores más altos de resiliencia, sin embargo, en este estudio solamente hubo diferencia significativa en el factor 3, apoyo familiar, en donde las mujeres tienen puntajes más altos, el resto de los factores no marcó diferencia significativa entre hombres y mujeres. Resulta relevante estudiar si este puntaje más alto en mujeres está relacionado con algún aprendizaje previo, algunos autores sugieren que la resiliencia se desarrolla a partir de las interacciones del sujeto con su entorno.<sup>23</sup>

Estos resultados coinciden con el estudio realizado por Campuzano G. *et al.*, 2013<sup>24</sup>, que, aunque se utilizó otro instrumento, aún falta desarrollar estrategias que permitan fortalecer la resiliencia en los alumnos de nuevo ingreso a la Universidad a efecto de obtener mejores resultados en las evaluaciones y mediciones del proceso de enseñanza aprendizaje y, así incrementar su resiliencia, a efecto de asegurar la calidad educativa de los estudiantes.

Es importante implementar estrategias en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permitan que los alumnos se vuelvan más resilientes y con ello asegurar la calidad educativa, algunos estudios muestran que incluso jóvenes en situaciones difíciles son capaces de aprender a ser resilientes<sup>25</sup>

## Conclusiones

La mayoría de los alumnos tiene un nivel alto de resiliencia, no existen diferencias estadísticamente significativas al comparar ambas licenciaturas, al agruparlos por sexo, se encuentra diferencias significativas en el factor “apoyo familiar” ( $p= 0.020$ )

Se han empleado diferentes instrumentos de investigación en los estudios, por lo que resulta difícil poder comparar los resultados.

Es necesario implementar estrategias que permitan que los alumnos vigoricen su resiliencia, sobre todo considerar el factor fortaleza y confianza en sí mismo, tomando en cuenta que cada día hay más medios de comunicación en los cuales los adolescentes se encuentran inmersos y paradójicamente “se sienten solos”

## Sugerencias

- Es importante unificar criterios e instrumentos para medir el nivel de resiliencia, difundir este cuestionario que es validado en población mexicana a efecto de estar en posibilidades de comparar resultados entre los diversos estudios.
- Es necesario establecer estrategias dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje que les permita a los alumnos incrementar su nivel de resiliencia para lograr su objetivo al ingreso a la licenciatura y con esto lograr la calidad educativa, incluyendo el: saber, hacer, ser y convivir.
- Se deberán realizar estudios anualmente a la misma muestra de alumnos para dar seguimiento a los niveles de resiliencia durante su estancia académica.

## Limitaciones

- Bajo tamaño de muestra para extrapolar los datos a los jóvenes mexicanos.

## Bibliografía

1. RAE (2018) Real Academia Española de la Lengua. Consultado el 10 de noviembre de 2018 Disponible en <http://dle.rae.es/?id=WA5onlw>
2. Becoña E (2006) Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica. Vol. 11, No. 3, pp. 125-146. Disponible en: [http://aepcp.net/arc/01.2006\(3\).Becona.pdf](http://aepcp.net/arc/01.2006(3).Becona.pdf)
3. Oriol-Bosch, Albert. (2012). Resiliencia. *Educación Médica*, 15(2), 77-78. Consultado el 09 de noviembre de 2018, Disponible en <http://scielo.isciii.es/pdf/edu/v15n2/colaboracion2.pdf>

4. Saavedra E., Castro A., Inostroza A. (2012). Niveles de resiliencia en adultos diagnosticados con y sin depresión. Revista Pequén. Vol.2, n°1, p. 161- 184. Disponible en: <http://revistas.ubiobio.cl/index.php/RP/article/view/1839>
5. Gaxiola, J. C., González, S. y Contreras, Z. (2012). Influencia de la resiliencia, metas y contexto social en el rendimiento académico de bachilleres. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 14(1), 164-181. Disponible en: <http://redie.uabc.mx/vol14no1/contenido-gaxiolaglez.html>
6. Huare, E. (2014). Prevalencia de resiliencia y autoestima sobre el rendimiento escolar en estudiantes de instituciones educativas de Ate Vitarte, Lima. Disponible en: <http://journals.continental.edu.pe/index.php/apuntes/article/view/272/0>
7. Morales N., Mario, González G., Adolfo, (2014) Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables. Estudios Pedagógicos XL Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/estped/v40n1/art13.pdf>
8. Montes-Hidalgo J. y Tomás-Sábado (2016). Autoestima, resiliencia, locus de control y riesgo suicida en estudiantes de enfermería. Enfermería clínica, ISSN 1130-8621, Vol. 26, N°. 3, 2016, págs. 188-193.
9. Caldera, J., Aceves, B. y Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. Psicogente, 19(36), 227-239. Disponible en: <http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>
10. Salas Durazo, Iván Alejandro. (2013). La acreditación de la calidad educativa y la percepción de su impacto en la gestión académica: el caso de una institución del sector no universitario en México. Calidad en la educación, (38), 305-333. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-45652013000100009>
11. Palomar Lever, Joaquina, Gómez Valdez, Norma E., (2010) Desarrollo de una Escala De Medición De La Resiliencia Con Mexicanos (Resi-M). Interdisciplinaria [En Línea] 27 (Sin Mes): [Fecha De Consulta: 12 De Noviembre De 2018] Disponible En:<<Http://Wwww.Redalyc.Org/Articulo.Oa?Id=18014748002>> ISSN 0325-8203
12. Velasco Rodríguez V. M., Suárez Alemán G.G., Córdova Estrada S.P., Luna Sifuentes L.V., Mireles Barbosa S.A. (2015). Niveles de resiliencia en una población de

estudiantes de licenciatura y su asociación con variables familiares y académicas  
Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa Publicación #  
02 Enero – Junio 2015

13. Echevurrúa E y Paz de Corral (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Adicciones Vol. 22. Núm. 2. 91-96 p.p.
14. Madariaga, Camilo, y Lozano J., José Eduardo. (2016). El apoyo social en estudiantes universitarios y su relación con las comunicaciones cara a cara y las comunicaciones mediadas por las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). Psicogente, 19(35), 47-62. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.17081/psico.19.35.1208>
15. Leiva, L., Pineda, M. y Encina, Y. (2013). Autoestima y apoyo social como predictores de la resiliencia en un grupo de adolescentes en vulnerabilidad social. Revista de Psicología, 22(2), 111-123. doi: 10.5354/0719-0581.2013.30859
16. Torales J, Barrios I. Samudio A. Samudio M (2017). Apoyo social autopercebido en estudiantes de medicina de la Universidad Nacional de Asunción (Paraguay). Educ Med. 2017. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.edumed.2017.07.001>
17. Feldman L, Goncalves L, Chacón-Puignau, Zaragoza J, Bagés N, De Pablo J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. Univ. Psychol. Bogotá, Colombia , V. 7 No. 3, p.p. 739-751 Sept-Dic 2008
18. Dávila F.A, Ruíz Celis R., Moncada A.L., Gallardo R.I. (2011) Niveles de ansiedad, depresión y percepción de apoyo social en estudiantes de Odontología de la Universidad de Chile. Revista de Psicología, Vol. 20, N° 2.
19. García del Castillo, Jose A., García del Castillo-López, Álvaro, López-Sánchez, Carmen, Dias, Paulo C., (2018) Conceptualización teórica de la Resiliencia y su relación con la salud. Salud y drogas [en línea] 2016, 16. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83943611006> ISSN 1578-5319
20. González-Arratia López Fuentes, Norma Ivonne, Valdez Medina, José Luis, Resiliencia. Diferencias por Edad en Hombres y Mujeres Mexicanos. Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records [en línea] 2015, 5 (Agosto-

Sin mes) : [Fecha de consulta: 25 de noviembre de 2018] Disponible en: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358942803005>> ISSN 2007-4832

21. Gaxiola J. R., González L. S, Gaxiola V.E. (2013). Autorregulación, Resiliencia y Metas Educativas. Variables Protectoras del Rendimiento Académico de Bachilleres. Revista Colombiana de Psicología, ISSN-e 0121-5469, Vol. 22, N. 2 (Julio-Diciembre), 2013, págs. 241-252
22. Álvarez, L. y Cáceres, L. (2010). Resiliencia, rendimiento académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de Bucaramanga. Psicología Iberoamericana, 18(2), 37-46.
23. Espinosa S. M.R. Jiménez T.S. y Bautista del Ángel C.B. (2017). Alternativas Psicología. Número 37. Febrero-Julio 2017.
24. Campuzano G. M.E, Arceo G.M.E, Reyes R. A. (2013) Resiliencia en los alumnos de la Facultad de Medicina de la UAEM. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo. Publicación #10. Enero-Julio. Disponible en: <http://ride.org.mx/1-11/index.php/RIDASECUNDARIO/article/view/260/255>
25. Bernal Romero, Teresita, Melendro Estefanía, Miguel (2017). Resolución de conflictos desde la resiliencia: El caso de los jóvenes extutelados en Colombia. Revista de Paz y Conflictos 10 (2) p.p. 65-87. Disponible en: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=205054523004>> ISSN