



*Resiliencia de estudiantes universitarios postpandemia de la COVID-19*

*Resilience of COVID-19 post-pandemic college students*

*Resiliência dos estudantes universitários pós-pandêmicos da COVID-19*

Alcides Ponciano Ponce-Peñaloza <sup>I</sup>  
[apponcep.doc@unaj.edu.pe](mailto:apponcep.doc@unaj.edu.pe)  
<https://orcid.org/0000-0003-3640-1829>

Serapio Cecilio Calcina-Cuevas <sup>II</sup>  
[sc.calcina@unaj.edu.pe](mailto:sc.calcina@unaj.edu.pe)  
<https://orcid.org/0000-0001-5386-7685>

Alioska Jessica Martínez-García <sup>III</sup>  
[amatinez@unap.edu.pe](mailto:amatinez@unap.edu.pe)  
<https://orcid.org/0000-0002-7102-9957>

Alvaro Vilca-Miranda <sup>IV</sup>  
[avilcam@unap.edu.pe](mailto:avilcam@unap.edu.pe)  
<https://orcid.org/0000-0002-8591-3778>

**Correspondencia:** [apponcep.doc@unaj.edu.pe](mailto:apponcep.doc@unaj.edu.pe)

Ciencias Técnicas y Aplicadas.  
Artículo de Investigación.

\* **Recibido:** 23 de enero de 2023 \* **Aceptado:** 20 de febrero de 2023 \* **Publicado:** 17 de marzo de 2023

- I. Universidad Nacional de Juliaca, Perú
- II. Universidad Nacional de Juliaca, Perú
- III. Universidad Nacional del Altiplano, Perú
- IV. Universidad Nacional del Altiplano, Perú



## **Resumen**

La investigación tuvo como objetivo identificar el nivel de resiliencia de los estudiantes universitarios postpandemia COVID-19. El estudio fue no experimental, descriptivo y transversal. Participaron 210 estudiantes universitarios de los primeros cuatro ciclos, respondieron al Cuestionario de Resiliencia de Heilemann et al. (2003) de 25 ítems, con alta fiabilidad ( $\alpha=0,910$ ). Los resultados muestran un nivel moderado de resiliencia en los estudiantes universitarios; en cuanto a la dimensión competencia personal la mayoría de las mujeres presentan un nivel medio de resiliencia (56,2%), entre aquellos que se encuentran entre 17 y 22 años (65,2%), del I y II ciclo de estudios (26,7%); mientras que en la dimensión aceptación de uno mismo y la vida, la mayoría de las mujeres presentan un nivel medio de resiliencia (51,0%), entre aquellos que se encuentran entre 17 y 22 años (61,9%), del II ciclo de estudios (26,7%).

**Palabras clave:** Resiliencia; competencia personal; aceptación de uno mismo y la vida; COVID-19, educación.

## **Summary**

The research aimed to identify the level of resilience of post-pandemic COVID-19 college students. The study was non-experimental, descriptive and cross-sectional. A total of 210 university students from the first four cycles participated, responded to the 25-item Heilemann et al. (2003) Resilience Questionnaire of Heilemann et al. (2003), with high reliability ( $\alpha=0.910$ ). The results show a moderate level of resilience in university students; in terms of the personal competence dimension most women present a medium level of resilience (56.2%), among those between 17 and 22 years old (65.2%), of the I and II cycle of studies (26.7%); while in the dimension acceptance of oneself and life, most women present a medium level of resilience (51.0%), among those between 17 and 22 years old (61.9%), of the II cycle of studies (26.7%).

**Keywords:** Resilience; personal competence; acceptance of oneself and life; COVID-19, education.

## Resumo

O objetivo da pesquisa foi identificar o nível de resiliência de universitários pós-pandemia pós-COVID-19. O estudo foi não experimental, descritivo e transversal. Participaram 210 universitários dos quatro primeiros ciclos, que responderam ao Questionário de Resiliência de Heilemann et al. (2003) de 25 itens, com alta confiabilidade ( $\alpha=0,910$ ). Os resultados mostram um nível moderado de resiliência em universitários; Relativamente à dimensão competência pessoal, a maioria das mulheres apresenta um nível médio de resiliência (56,2%), entre as que têm entre 17 e 22 anos (65,2%), do I e II ciclo de estudos (26,7%); enquanto na dimensão aceitação de si e da vida, a maioria das mulheres apresenta um nível médio de resiliência (51,0%), entre as que têm entre 17 e 22 anos (61,9%), do II ciclo de estudos (26,7%).

**Palavras-chave:** Resiliência; competência pessoal; aceitação de si e da vida; COVID-19, educação.

## Introducción

La pandemia de la COVID-19 ha revolucionado el mundo de manera significativa en todas las esferas de la vida cotidiana del ser humano, y en particular la educación se vio afectada; ya que, se ha transitado hacia la virtualidad de manera urgente y sin planificación (García-Peñalvo et al., 2020). Sin embargo, el confinamiento por la pandemia, ha ocasionado un conjunto de reacciones físicas y mentales que la persona sufre cuando se ve sometida a diversos factores que superan su capacidad para enfrentarse a ello, siendo los estudiantes los más afectados (Cayo & Agramontel, 2020).

En estos tiempos de confinamiento obligatorio y en tiempos del COVID-19, la humanidad se ha visto vulnerable al estrés agudo, situación traumática con síntomas semejantes al estrés postraumático; estrés crónico que produce desregulaciones psicobiológicas conduciendo múltiples problemas físicos y mentales; estrés postraumático, trastorno mental que aparece después de una situación traumática (Castagnola et al., 2021). Los estudiantes universitarios están atravesando cuadros de estrés crónico con probables episodios sobrevenidos de estrés agudo, siendo un potencial factor dañino para el equilibrio emocional (Ocampo & Correa, 2023; Quiroz et al., 2021; Varela et al., 2022).

Frente a este fenómeno, la resiliencia es la capacidad de resistir la adversidad y recuperarse de sucesos vitales difíciles. Es el resultado de un equilibrio entre factores de riesgo, factores protectores y personalidad de cada individuo, funcionalidad y estructura familiar, pero puede variar con el transcurso del tiempo y con los cambios de contexto (Caldera et al., 2016). No obstante, se acepta que la resiliencia no es un proceso extraordinario, sino más bien de carácter cotidiano, que afecta a los individuos en algunas situaciones que surgen en el día a día (Cejudo et al., 2016).

Para Castagnola et al. (2021) el abordaje de la resiliencia se ha dado desde dos enfoques distintos. Por un lado, se encuentra la perspectiva de “riesgo”, la cual se centra en los aspectos que pueden desencadenar un daño psicológico, biológico o social; su interés se encuentra en los factores de riesgo alrededor del individuo. Por otro lado, está el enfoque de resiliencia o también llamado “modelo de desafío”, el cual se centra en los aspectos o escudos protectores que pueden generar una defensa al posible daño o amenaza de los ya mencionados factores de riesgo y que desencadenan en el individuo la capacidad o la habilidad para superar esas adversidades. En definitiva, a la luz de las consideraciones anteriores, el presente estudio pretende aportar más evidencias sobre la resiliencia de los estudiantes universitarios, en un contexto de postpandemia de la COVID-19.

## **Metodología**

**Diseño del estudio** .- El estudio fue cuantitativo, con una perspectiva educativa, con diseño no experimental, de corte transversal y de alcance descriptivo (Carrasco, 2006; Domínguez, 2018; Hernández & Mendoza, 2018).

**Población y muestra.** – Para este estudio se empleó un muestreo no probabilístico de tipo casual o por accesibilidad. La muestra se compuso de 210 estudiantes universitarios de una universidad pública, de los primero cuatro ciclos de estudios del área de sociales. En cuanto al sexo, 126 son mujeres, que suponen el 60,0%, y 84 son varones, que suponen el 40,0%. El rango de edad oscila entre 17 y 33 años, con una media de 20,5 años (DT = 4,5).

**Recolección de datos.** - Para la medición del nivel de resiliencia en los estudiantes universitarios, se utilizó la Escala de Resiliencia construida en su versión original por Wagnild & Young (1993), en su versión traducida y adaptada al español por Heilemann et al., (2003) concordando con la

escala original, la misma está integrada por dos dimensiones 1. Competencia personal y 2. Aceptación de sí mismo y de la vida. Estas dos dimensiones toman en consideración las siguientes características de resiliencia: ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, satisfacción personal y sentirse bien solo. La prueba está integrada por un total de 25 ítems, en escalamiento tipo Likert con siete opciones de respuesta (desde 1, como totalmente en desacuerdo, hasta 7, como totalmente de acuerdo), todos redactados en un sentido positivo. La puntuación total de la escala se obtiene al sumar los resultados individuales de cada uno de los reactivos y se clasificaban en tres rangos de resiliencia: Nivel bajo (25 a 75), medio (76 a 125) y alto (126 a 175). La consistencia interna se realizó a través del coeficiente Alfa de Cronbach, mediante la varianza de los ítems, obteniendo alta fiabilidad (0,910).

**Análisis estadístico.** – Para analizar los resultados, se obtuvieron las medias y se identificaron las frecuencias en el software estadístico SPSS 25 (IBM, Armonk, New York).

## Resultados

En el estudio participaron 210 estudiantes universitarios de los primeros cuatro ciclos de estudios. Según el sexo el 60% fueron mujeres y la edad media de  $17 \pm 4,5$  años [17 a 33 años].

La mayor proporción de los estudiantes universitarios presentan un nivel moderado de resiliencia tanto en mujeres y varones (93,8%); así mismo, el factor denominado competencia personal (92,4%) y la aceptación de uno mismo y la vida (86,7%) se ubican en el nivel medio.

**Tabla 1.** Nivel de resiliencia de los estudiantes universitarios postpandemia de COVID-19

	Resiliencia					
	Bajo		Medio		Alto	
	N	%	n	%	n	%
Global	12	5,7	197	93,8	1	0,5
Competencia personal	15	7,1	194	92,4	1	0,5
Aceptación de uno mismo y la vida	19	9,0	182	86,7	9	4,3

**Fuente:** Encuesta aplicada a los estudiantes

En la Tabla 2 se muestra las frecuencias y porcentajes del factor competencia personal de este estudio estratificado, en función de las variables sociodemográficas, donde se halló, entre los encuestados, que la mayoría de las mujeres presentan un nivel medio de resiliencia (56,2%), entre aquellos universitarios que se encuentran entre 17 y 22 años (65,2%), del I y II ciclo de estudios (26,7%) respectivamente.

**Tabla 2.** Competencia personal de los estudiantes universitarios postpandemia de COVID-19 (N=210)

	Competencia personal					
	Bajo		Medio		Alto	
	N	%	n	%	n	%
Sexo						
Masculino	7	3,3	76	36,2	1	0,5
Femenino	8	3,8	118	56,2	0	0,0
Edad (años)						
17 – 22	8	3,8	137	65,2	1	0,5
23 – 27	5	2,4	43	20,5	0	0,0
> 28	2	1,0	14	6,7	0	0,0
Ciclo de estudios						
I ciclo	5	2,4	56	26,7	1	0,5
II ciclo	4	1,9	56	26,7	0	0,0
III ciclo	4	1,9	54	25,7	0	0,0
IV ciclo	2	1,0	28	13,3	0	0,0

**Fuente:** Encuesta aplicada a los estudiantes.

En la Tabla 3 se muestra las frecuencias y porcentajes del factor aceptación de uno mismo y la vida de este estudio estratificado, en función de las variables sociodemográficas, donde se halló, entre los encuestados, que la mayoría de las mujeres presentan un nivel medio de resiliencia (51,0%), entre aquellos universitarios que se encuentran entre 17 y 22 años (61,9%), del II ciclo de estudios (26,7%) respectivamente.

**Tabla 3.** Aceptación de uno mismo y la vida de los estudiantes universitarios postpandemia de COVID-19 (N=210)

	Aceptación de uno mismo y la vida					
	Bajo		Medio		Alto	
	N	%	n	%	n	%
Sexo						
Masculino	7	3,3	75	35,7	2	1,0

<b>Femenino</b>	12	5,7	107	51,0	7	3,3
<b>Edad (años)</b>						
<b>17 – 22</b>	11	5,2	130	61,9	5	2,4
<b>23 – 27</b>	6	2,9	39	18,6	3	1,4
<b>&gt; 28</b>	2	1,0	13	6,2	1	0,5
<b>Ciclo de estudios</b>						
<b>I ciclo</b>	9	4,3	51	24,3	2	1,0
<b>II ciclo</b>	3	1,4	56	26,7	1	0,5
<b>III ciclo</b>	4	1,9	49	23,3	5	2,4
<b>IV ciclo</b>	3	1,4	26	12,4	1	0,5

**Fuente:** Encuesta aplicada a los estudiantes.

## Discusión

Los resultados muestran que más de la mitad de los universitarios presentan un nivel medio de resiliencia, estos hallazgos, coinciden con lo encontrado en la literatura, donde los atributos personales de los estudiantes permiten hacer frente a las adversidades que la dinámica exige (López et al., 2013). Donde su nivel de fortaleza para vencer los obstáculos que se esperan a futuro son muy óptimos y favorables encontrándose en una situación de normalidad (Castagnola et al., 2021). Caldera et al. (2016) enfatiza que los niveles de resiliencia, se debe a la propia exigencia de los estudios de educación superior, en los cuales se enfrentan a muchas circunstancias complejas y en ocasiones problemáticas (estrés, evaluaciones, conflictos grupales y demandas de los profesores, entre otras) que exigen la adquisición, en ocasiones forzadas, de conductas y cogniciones con un cierto grado de resiliencia.

De acuerdo a estos resultados, es posible advertir que los estudiantes resilientes en un nivel medio dan cuenta que practican la resiliencia como una forma de aceptarse y sobreponerse a las situaciones de la crisis sanitaria en la etapa de postpandemia del COVID- 19 (Ocampo & Correa, 2023). Estos hechos han llevado a poner en valor la resiliencia del ser humano, entendida como la capacidad para superar una situación adversa y convertirla en positiva aprendiendo de ella y haciendo uso de las fortalezas individuales innatas y adquiridas como el temperamento personal, significancia cultural y soporte social, permitiéndoles sobreponerse de los traumatismos psicológicos y las heridas emocionales más graves (Quiroz et al., 2021).



Al abordar la cuestión del sexo en los niveles de resiliencia, se observó una tendencia por parte de las mujeres a obtener un puntaje más alto en las diversas dimensiones, hace dar cuenta que las encuestadas practican la resiliencia como una forma de aceptarse y sobreponerse a las situaciones de la crisis sanitaria en la etapa de postpandemia del COVID- 19 (Ocampo & Correa, 2023). Así mismo, Varela et al. (2022) enfatiza que las circunstancias de la crisis sanitaria que se atravesó a nivel mundial el estudiante afronta su labor académica con alta carga de tensión y riesgo, con elevado riesgo de enfermar física y emocionalmente, habiendo salido mejor libradas las mujeres (Quiroz et al., 2021).

Otro aspecto, que se abordó fue la edad con los niveles de resiliencia. En tal sentido, se encontró que los jóvenes se ubican en el nivel medio de resiliencia. Esta condición puede deberse a que el rango de edad de los estudiantes universitarios se encuentra en su mayoría entre los 17 y 22 años, lo cual implica un rango de edad muy estrecho que con aquellos que se encuentran cursando sus estudios en los dos primeros ciclos de estudios.

## **Conclusión**

Ante los hallazgos encontrados en esta investigación, se concluye que los estudiantes universitarios en su mayoría se encuentran medianamente resilientes al enfrentarse a condiciones académicas adversas como la depresión, autoestima, clima familiar, apoyo social, estrés académico y calificaciones; en tiempos de postpandemia.

## **Referencias**

1. Caldera, J., Aceves, B., & Reynoso, Ó. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparativo entre diferentes carreras. *Psicogente*, 19(36), 227–239. <https://doi.org/http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>
2. Carrasco, S. (2006). *Metodología de la investigación científica* (San Marcos (ed.); 1ra ed.).
3. Castagnola, C., Cotrina, J., & Aguinaga, D. (2021). La resiliencia como factor fundamental en tiempos de Covid-19. *Propósitos y Representaciones*, 9(1), e1044. <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v9n1/2310-4635-pyr-9-01-e1044.pdf>

4. Cayo, C. F., & Agramontel, R. de la C. (2020). Desafíos de la educación virtual en Odontología en tiempos de pandemia COVID-19. *Revista Cubana de Estomatología*, 57(3), 1–5. <http://scielo.sld.cu/pdf/est/v57n3/1561-297X-est-57-03-e3341.pdf>
5. Cejudo, J., López-Delgado, M. L., & Rubio, J. (2016). Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología*, 46(2), 51–57. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.07.001>
6. Domínguez Amorós, M. (2018). Metodología de la Investigación Social Cuantitativa (2015). *Revista de Educación y Derecho = Education and Law Review*, 17, 13. <https://doi.org/10.1344/REYD2018.17.23486>
7. García-Peñalvo, F. J., Corell, A., Abella-García, V., & Grande, M. (2020). La evaluación online en la educación superior en tiempos de la COVID-19. *Education in the Knowledge Society*, 21, 1–26. <https://doi.org/10.14201/eks.23013>
8. Heilemann, M., Lee, K., & Kury, F. S. (2003). Psychometric Properties of the Spanish Version of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 11(1), 61–72.
9. Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixta. In Mc Graw Hill (Issue México).
10. López, Y., Martínez, C., Serey, Y., Velasco, A., & Zúñiga, C. (2013). Factores de resiliencia en estudiantes de carreras pedagógicas de una universidad estatal de la Región de Valparaíso. *Revista de Psicología-Universidad Viña Del Mar*, 3(5), 76–89. <https://repositorio.uvm.cl/handle/20.500.12536/546>
11. Ocampo, D., & Correa, A. (2023). Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos- pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia. *Revista Científica Sociedad & Tecnología*, 6(1), 17–32. <https://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/societec/article/view/322>
12. Quiroz, L., Abarca, Y., Angulo, C., & Espinoza, T. (2021). Resiliencia en enfermeras durante la pandemia COVID-19. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 8(63), 1–17. <https://www.scielo.org.mx/pdf/dilemas/v8nspe4/2007-7890-dilemas-8-spe4-00063.pdf>
13. Salgado, A. C. (2012). Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina, Bolivia, Perú y República Dominicana. [Tesis de doctorado. Universidad Nacional Mayor de San Marcos].

[https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/3293%0Ahttp://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4147/Diaz\\_rc.pdf;jsessionid=CD5A7FF3022F1A5526948369A600356D?sequence=1](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/3293%0Ahttp://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4147/Diaz_rc.pdf;jsessionid=CD5A7FF3022F1A5526948369A600356D?sequence=1)

14. Varela, A., Sosa, A., & Barraza, M. (2022). Acercamiento al factor resiliente en el aspecto emocional entre estudiantes universitarios posterior al confinamiento por COVID - 19. *12(23)*, 139–144. <https://doi.org/10.52191/rdojs.2022.167>
15. Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and psychometric. *Journal of Nursing Measurement*, *1(2)*, 165–178.

© 2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).