



Estrategias de Afrontamiento al Estrés que Conducen a la Resiliencia en los Residentes de Medicina Familiar Adscritos a las UMF 47, 53 y 56 de León, Guanajuato en el Año 2023

Mónica Xiomara Serrano Muñoz¹

monikiur@666hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-8790-4816>

Unidad de Medicina Familiar No.53, León,
Guanajuato
México

Hugo Gerardo Reynoso Solís

hg_reynoso@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-2350-2508>

Unidad de Medicina Familiar
No. 53, León, Guanajuato
México

José de Jesús García Jiménez

garji.jesus@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-6979-3197>

Unidad de Medicina Familiar
No. 21, León, Guanajuato
México

Merced Méndez Martínez

dramercedmendezm@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-1454-7395>

Unidad de Medicina Familiar
No. 47, León, Guanajuato
México

¹ Autor principal

Correspondencia: monikiur@666hotmail.com

RESUMEN

El estrés es un factor que influye en la calidad de vida y en el desempeño del individuo. Se presenta cuando la persona identifica una situación amenazante que excede sus propios recursos de afrontamiento y pone en peligro su bienestar. (1) La respuesta que cada individuo presenta al estrés es el resultado de la interacción individuo-estresor, así como de las características de personalidad, percepción, expectativas, sexo, factores genéticos, estrategias psicológicas de afrontamiento, entre muchas más variables, las cuales en su conjunto y en sus diferentes combinaciones determinan de forma muy importante las respuestas conductuales de cada individuo ante situaciones cotidianas comparables. (2) Se denominan estrategias de afrontamiento a las acciones de los individuos tendentes a frenar, amortiguar y, si es posible, anular los efectos de las situaciones amenazantes. (3) **Objetivo:** describir el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento al estrés que conducen a la Resiliencia en los residentes de la especialidad en Medicina Familiar adscritos a las UMF 47, 53 y 56 de la ciudad de León, Gto. **Material y método:** Estudio analítico, transversal simple, que se realizó en los estudiantes de la especialidad de Medicina Familiar, en ambos sexos, sin distinción de edad, de los 3 grados de la especialidad, en el periodo comprendido de enero a mayo del 2022, pertenecientes a la delegación de León Guanajuato. Los estudiantes incluidos en el estudio firmaron inicialmente el consentimiento informado. Se utilizaron dos instrumentos: El Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) que es una medida de autoinforme diseñada para evaluar siete dimensiones básicas del afrontamiento al estrés. Cada dimensión de la prueba arroja un puntaje entre 0 y 24 puntos. Si el puntaje oscila entre 0 y 12.87, significa que la dimensión del afrontamiento estudiada no es predominante. Asimismo, si el puntaje oscila entre 18.87 y 24 puntos, significa que la dimensión de afrontamiento es predominante. Prueba constituida por 41 ítems, medidos mediante una escala tipo Lickert del 0 al 4, donde cero es nunca, uno pocas veces, dos a veces, tres frecuentemente y cuatro casi siempre, usados para identificar las estrategias de afrontamiento más usadas en los estudiantes y la escala Connor-Davidson de Resiliencia-25 (CD-RISC) de Connor & Davidson (2015). Se trata de una escala autoaplicable de 25 ítems, tipo Likert de 0 a 4 (nada de acuerdo, totalmente de acuerdo), donde el sujeto ha de evaluar cómo se ha sentido en el último mes. El rango de puntuación es de 0 a 100 como máximo. Los resultados obtenidos en esta escala se clasifican en: 80-100 puntos “alta resiliencia”, 50 a 79 puntos “moderada resiliencia” y < de 49 puntos “sujetos con baja resiliencia”. **Resultados:** Participaron 110 residentes; 47 hombres y 63 mujeres con un promedio de edad de 31 años los hombres y de 30 años las mujeres. El estado civil más frecuente en las 3 sedes fue soltero. El grado de resiliencia de mayor frecuencia encontrado fue Moderada, seguido de Alta Resiliencia. Las estrategias de afrontamiento con mayor frecuencia utilizadas en las 3 sedes fueron: focalizado en la solución de problemas, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social.

Palabras clave: estrategias de afrontamiento.; resiliencia.; residente

Stress Coping Strategies that Lead to Resilience in Family Medicine Residents Attached to UMF 47, 53 and 56 of León, Guanajuato in the Year 2023

ABSTRACT

Stress is a factor that influences the quality of life and performance of the individual. It occurs when the person identifies a threatening situation that exceeds their own coping resources and endangers their well-being. (1) The response that each individual presents to stress is the result of the individual-stressor interaction, as well as personality characteristics, perception, expectations, sex, genetic factors, psychological coping strategies, among many more variables, which together and in their different combinations they determine in a very important way the behavioral responses of each individual in comparable daily situations. (2) Coping strategies are the actions of individuals aimed at slowing down, cushioning and, if possible, canceling the effects of threatening situations. (3) **Objective:** to describe the level of stress and the stress coping strategies that lead to Resilience in residents of the Family Medicine specialty assigned to UMF 47, 53 and 56 of the city of León, Gto. **Material and methods:** Analytical, simple cross-sectional study, which was carried out on students of the specialty of Family Medicine, in both sexes, without distinction of age, of the 3 degrees of the specialty, in the period from January to May 2022, belonging to the delegation of León Guanajuato. The students included in the study initially signed the informed consent. Two instruments were used: The Coping with Stress Questionnaire (CAE), which is a self-report measure designed to evaluate seven basic dimensions of coping with stress. Each dimension of the test yields a score between 0 and 24 points. If the score ranges between 0 and 12.87, it means that the coping dimension studied is not predominant. Likewise, if the score ranges between 18.87 and 24 points, it means that the coping dimension is predominant. Test consisting of 41 items, measured using a Likert-type scale from 0 to 4, where zero is never, one rarely, two sometimes, three frequently and four almost always, used to identify the most used coping strategies in students and the Connor-Davidson Resilience Scale-25 (CD-RISC) by Connor & Davidson (2015). It is a self-applied scale of 25 items, Likert type from 0 to 4 (not at all agree, totally agree), where the subject must evaluate how he or she has felt in the last month. The score range is from 0 to 100 maximum. The results obtained on this scale are classified as: 80-100 points "high resilience", 50 to 79 points "moderate resilience" and < 49 points "subjects with low resilience". **Results:** 110 residents participated; 47 men and 63 women with an average age of 31 years for men and 30 years for women. The most common marital status in the 3 locations was single. The most frequently found degree of resilience was moderate, followed by high resilience. The coping strategies most frequently used in the 3 locations were: focused on problem solving, positive reappraisal and search for social support.

Keywords: stress coping strategies.; resilience.; resident.

*Artículo recibido 18 noviembre 2023
Aceptado para publicación: 05 diciembre 2023*

INTRODUCCIÓN

Una residencia médica es el resultado de la necesidad e interés de un médico general para ampliar su desarrollo profesional con conocimientos, destrezas y valores sobre una especialidad médica, de manera que pueda profundizar sus conocimientos. (4)

El estudiante de medicina, en este caso el residente, debe aprender a desarrollar la capacidad de asumir actitudes vitales positivas, en caso tal de que su horizonte de vida se le torne incierto, triste o adverso como, por ejemplo, cuando están expuestos a diferentes situaciones: estrés, conflicto entre compañeros, malas notas, exceso de trabajo, así como las situaciones de vida personal que se le suman al hecho de ser personal de la salud, esto es lo que nos llevó a nuestra pregunta de investigación: ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés relacionadas con una mayor capacidad Resiliencia en los residentes de Medicina Familiar adscritos a las UMF 47, 53 y 56 de León Guanajuato, en el año 2022?

La resiliencia es una capacidad completamente dinámica, que tiene el potencial de mejorar el bienestar de los médicos y de favorecer la calidad de la atención. Estrategias para promover la resiliencia son clave para promover una práctica médica sostenible y mejorar la atención al paciente. (5)

El afrontamiento forma parte de los recursos psicológicos de cualquier individuo y es una de las variables personales declaradas como participantes en los niveles de calidad de vida, a lo que se le atribuye un gran valor e importancia en las investigaciones sobre la calidad de vida y el bienestar psicológico. (5)

El estrés como patología es causante de discapacidad y ausentismo laboral, pudiendo estar precipitado por los programas de formación de especialistas, en los que las cuestiones laborales, sociales y académicas pueden alterar el estado emocional, afectando así la calidad de vida de los residentes como su desempeño en las actividades hospitalarias, por esta razón es importante conocer las estrategias de afrontamiento al estrés y su proceso hacia la Resiliencia. (6)

A lo largo del tiempo se ha evidenciado en la literatura la exposición a situaciones estresantes en los estudiantes de medicina y su asociación con la salud mental, la gran mayoría de estos enfocados a los factores desencadenantes, sin tener en cuenta la forma de resolución más provechosa.

Los estudiantes de postgrado se exponen a actividades médicas extenuantes con el objetivo de desarrollar habilidades y conocimientos que les permitan hacer frente a situaciones estresantes y

entornos poco favorables en la búsqueda de soluciones a los problemas de la práctica médica por lo que con este estudio se pretende evidenciar la forma en la que los estudiantes de postgrado desarrollan métodos que les ayudan a resolver problemas emergentes durante su preparación académica y de esta manera lograr la Resiliencia.

La salud mental es un componente importante de la salud en general, y las investigaciones muestran que aproximadamente del 15% al 20% de los médicos tendrán problemas de salud mental en algún momento de sus carreras. Existe una gran falta de estudios prospectivos sólidos sobre el tema, los estudios disponibles sugieren que los niveles de agotamiento son altos entre los residentes y pueden estar asociados con la depresión y la atención problemática del paciente.

Las investigaciones previas en Resiliencia son modelos centrados en el riesgo, así como los factores desencadenantes que provocan el estrés, de manera que esta investigación propone el cambio de percepción para pasar a ser un modelo de prevención, que se base en las potencialidades y en los recursos que dispone el ser humano y la relación con su propio entorno para lograr una resiliencia efectiva.

La proyección de esta investigación fue ser un referente de la problemática actual sobre la salud mental de los estudiantes de postgrado médico, que aporte conocimiento en torno a la temática señalada, así como permitir que la información documentada sirva de referencia a profesionales e instituciones que laboran en el sector salud para que sea de provecho en la definición de políticas de apoyo emocional de los alumnos del área médica en el contexto personal y social y no únicamente en la formación de especialistas.

METODOLOGÍA

Se realizó estudio observacional, analítico, transversal y prospectivo, en 110 residentes de Medicina Familiar adscritos a UMF 53, 47 y 56 en León, Guanajuato, en tiempo comprendido de enero a septiembre 2022. El muestreo fue no probabilístico. Criterios de exclusión fueron cuestionarios incompletos

Se utilizaron dos instrumentos:

1. Cuestionario de Afrontamiento del Estrés diseñado para evaluar siete dimensiones básicas del afrontamiento al estrés.
2. Focalizado en la solución del problema (FSP)
3. Autofocalización negativa (AFN)

4. Reevaluación positiva (REP)
5. Expresión emocional abierta (EEA)
6. Evitación (EVT)
7. Búsqueda de apoyo social (BAS)
8. Religión (RLG)

Cada dimensión de la prueba va de 0-24 puntos, de 0-12.87, significa que la dimensión no es predominante, si el puntaje es de 12.87 a 24 puntos, significa que la dimensión es predominante. Prueba de 41 ítems, mediante una escala tipo Lickert del 0 al 4, donde cero es nunca, uno pocas veces, dos a veces, tres frecuentemente y cuatro casi siempre, usados para identificar las estrategias de afrontamiento más usadas en los estudiantes.

La confiabilidad de Cronbach es de 0,79.

2. Escala Connor-Davidson de Resiliencia-25 de Connor & Davidson (2015). Escala auto aplicable de 25 ítems, tipo Likert de 0 a 4 (nada de acuerdo, totalmente de acuerdo), donde el sujeto evalúa cómo se ha sentido el último mes. La puntuación es de 0 a 100 como máximo. Los resultados obtenidos se clasifican en: 80-100 puntos “alta resiliencia”, 50-79 puntos “moderada resiliencia” y <49 puntos “sujetos con baja resiliencia”. Fue diseñada como una herramienta para el ámbito clínico con la que se pudieran identificar conductas resilientes de manera temprana, y valorar respuestas de los adultos (hasta los 65 años aproximadamente) a los tratamientos psicológicos. Es una de las más usadas y considerada como una de las más fiables.

La confiabilidad de este cuestionario es de 0.89 en alfa de Cronbach.

La recolección de datos se llevó a cabo a través de la aplicación colectiva de los cuestionarios con un total de 40 preguntas, en horarios de clase y en las aulas habituales donde se les imparte docencia, bajo el consentimiento expreso de los docentes correspondientes para la aplicación del cuestionario en sus horas lectivas.

A todos los participantes se les informó que serían parte de un estudio que se presentaría como trabajo de investigación y que su participación sería de forma totalmente voluntaria y anónima. Además de esto, se les informó sobre la posibilidad de acceder a los resultados del estudio en su versión final una vez que éste fuera defendido ante el comité en investigación.

El tiempo total que se dedicó a la aplicación de los cuestionarios fue de 20 minutos.

Se utilizó un análisis univariado para la clasificación y tabulación de los datos mediante el programa SPSS versión 22.0

En el aspecto ético el presente estudio se apegó a lo dispuesto en el Reglamento de la Ley General de Salud en materia de investigación para la salud del año de 2015. Se tomó en consideración lo que establece el Título Segundo, Capítulo I, artículo 13 y 14, fracción I, se ajustó a los principios éticos y científicos que lo justificaron.

Los participantes fueron informados del derecho de participar o no en la investigación y de retirar su consentimiento, sin exponerse a represalias.

El consentimiento se firmó por escrito y fue de carácter voluntario.

RESULTADOS

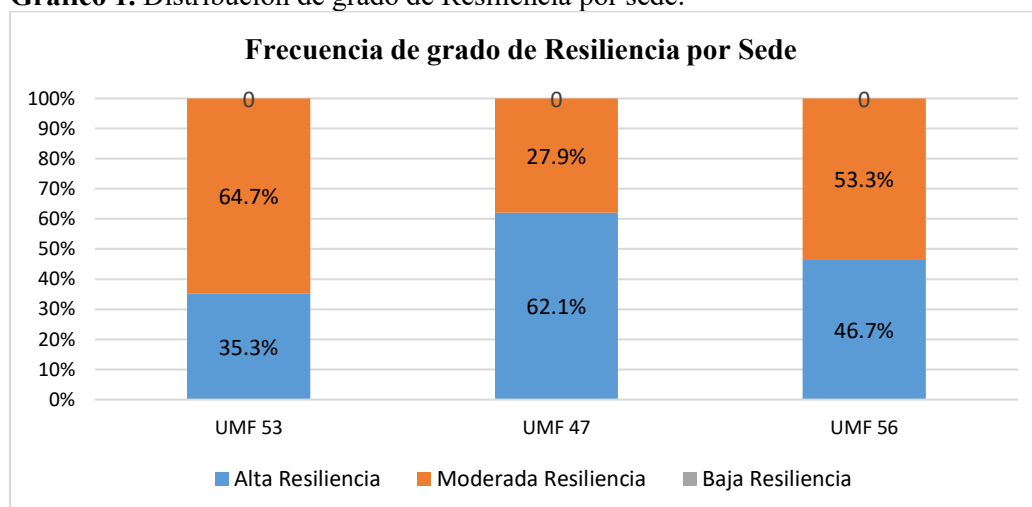
Se incluyó a 110 residentes, adscritos a las unidades de Medicina Familiar No. 47, 53 y 56 en León, Guanajuato durante el 2022. De los cuales presentaron una mediana de edad de 31 años (RI 4).

Respecto al sexo el mayor porcentaje en la UMF 53 fue hombre con un 51% (26). En la UMF 47 fue mujer con un 65.5% (19). En la UMF 56 mujer con un 63.3% (19).

El estado civil más frecuente en la UMF 53 fue soltero con un 76.5% (39). En la UMF 47 fue soltero con un 72.4% (21). En la UMF 56 fue soltero con un 86.7% (26).

Los residentes de la UMF 47 mostraron los niveles de resiliencia más altos en relación con las otras sedes donde el nivel fue moderado. (Gráfico 1)

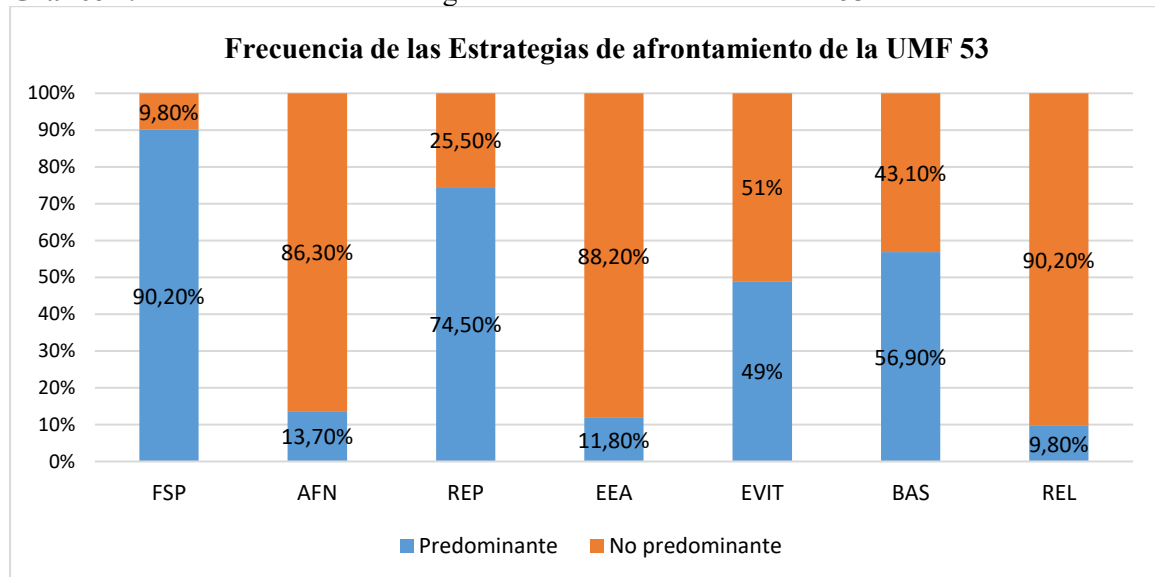
Gráfico 1. Distribución de grado de Resiliencia por sede.



UMF: Unidad de medicina Familiar.

Las estrategias de afrontamiento con mayor frecuencia en la UMF 53 fueron Reevaluación Positiva (REP) siendo predominante en 74.5%, Evitación (EVIT) siendo predominante en el 49% y Búsqueda de Apoyo Social (BAS) con una predominancia del 56.9%. (Gráfico 2)

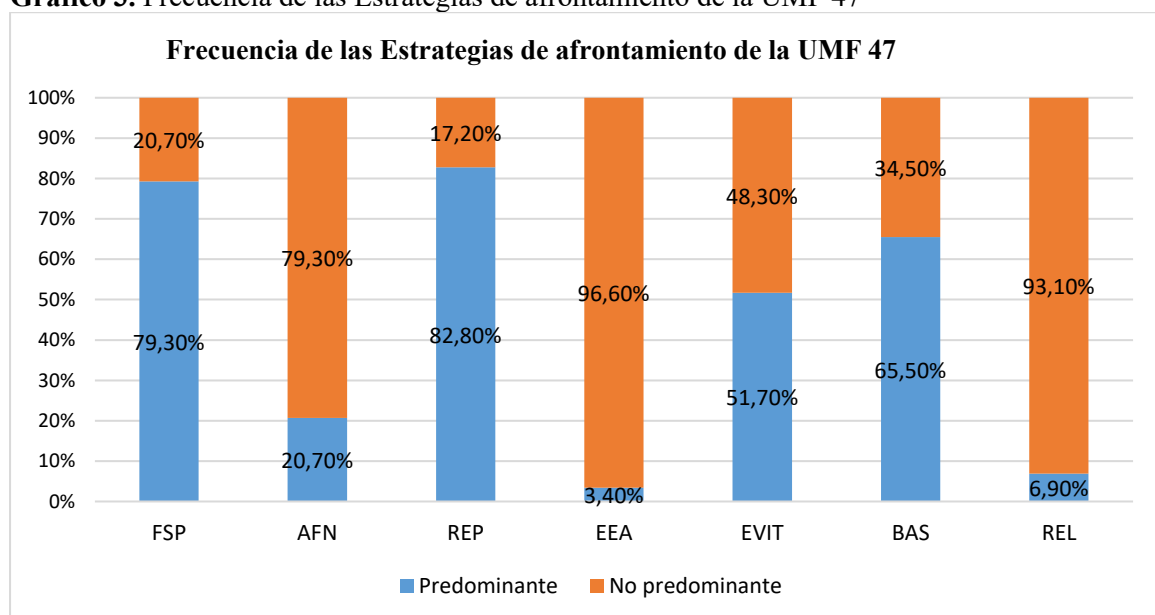
Gráfico 2. Frecuencia de las Estrategias de afrontamiento de la UMF 53



FSP: Focalizado en la solución del problema. AFN: Auto focalización negativa. REP: Reevaluación positiva. EEA: Expresión emocional abierta. EVIT: Evitación. BAS: Búsqueda de apoyo social. REL: Religión.

Las estrategias de afrontamiento con mayor frecuencia en la UMF 47 fueron Reevaluación Positiva (REP) siendo predominante en 82.8%, Evitación (EVIT) siendo predominante en el 51.7% y Búsqueda de Apoyo Social (BAS) con una predominancia del 34.5%. (Gráfico 3)

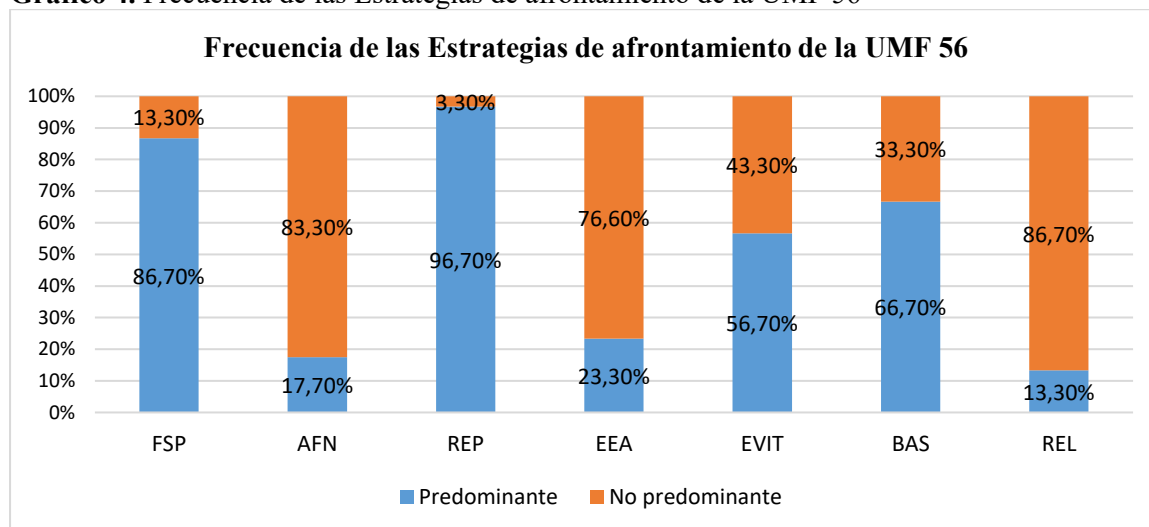
Gráfico 3. Frecuencia de las Estrategias de afrontamiento de la UMF 47



FSP: Focalizado en la solución del problema. AFN: Auto focalización negativa. REP: Reevaluación positiva. EEA: Expresión emocional abierta. EVIT: Evitación. BAS: Búsqueda de apoyo social. REL: Religión.

Las estrategias de afrontamiento con mayor frecuencia en la UMF 56 fueron Reevaluación Positiva (REP) siendo predominante en 96.7%, Evitación (EVIT) siendo predominante en el 56.7% y Búsqueda de Apoyo Social (BAS) con una predominancia del 66.6%. (Gráfico 4)

Gráfico 4. Frecuencia de las Estrategias de afrontamiento de la UMF 56



FSP: Focalizado en la solución del problema. AFN: Auto focalización negativa. REP: Reevaluación positiva. EEA: Expresión emocional abierta. EVIT: Evitación. BAS: Búsqueda de apoyo social. REL: Religión.

En la tabla 1 se analiza la relación de las estrategias de afrontamiento y el grado de resiliencia en los residentes de la UMF 53, 47 y 56 donde se evidencia que no hubo una diferencia estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento predominantes y el grado de resiliencia presente.

Tabla 1.

Grado de resiliencia de acuerdo al tipo de estrategia aplicada a los residentes de la UMF 53, 47 y 56

Estrategia de afrontamiento al estrés	UMF 53			UMF 47			UMF 56		
	Alta n (%)	Moderada n (%)	p	Alta n (%)	Moderada n (%)	p	Alta n (%)	Moderada n (%)	p
Focalización en la solución del problema	18 (39.1%)	28 (60.9%)	0.148 ^b	15 (62.2%)	8 (34.8%)	0.64 ^{6b}	12 (46.2%)	14 (53.8%)	1.0 ^b
Autofocalización negativa	3 (42.9%)	4 (57.1%)	0.686 ^b	2 (33.3%)	4 (66.7%)	0.16 ^{4b}	4 (80%)	1 (20%)	0.15 ^{7b}
Reevaluación positiva	15 (39.5%)	23 (60.5%)	0.336 ^b	15 (62.5%)	9 (37.5%)	1.0 ^b	14 (48.3%)	15 (51.7%)	1.0 ^b
Expresión emocional abierta	1 (16.7%)	5 (83.3%)	0.405 ^b	1 (100%)	0 (00.0%)	1.0 ^b	5 (71.4%)	2 (28.6%)	0.20 ^{4b}

Evitación	6 (24.0 %)	18 (76.0%)	0.098 a	11 (73.3 %)	4 (26.7%)	0.26 4 ^b	10 (38.8 %)	7 (41.2%)	0.15 9 ^b
Búsqueda de apoyo social	13 (44.8 %)	16 (55.2%)	0.102 a	13 (68.4 %)	6 (31.6%)	0.33 1 ^a	9 (45%)	11 (55%)	0.79 6 ^a
Religión	3 (60%)	2 (40%)	0.391 b	2 (100%)	0 (00.0%)	0.51 2 ^b	3 (75%)	1 (25%)	0.31 5 ^b

1. Chi cuadrada
2. Prueba exacta de Fisher

DISCUSIÓN

Nuestra investigación se centró en evaluar si existe relación entre las Estrategias de Afrontamiento al estrés y Resiliencia en los médicos Residentes de Medicina Familiar de las sedes de León, Guanajuato, al ser parte fundamental de los recursos humanos para la atención primaria que se encuentran sometidos a estrés durante su formación y si las formas en como lo afrontan son adecuadas para asumir actividades vitales, evitando consecuencias que afecten su salud y rendimiento académico.

Los resultados obtenidos en esta investigación respecto a los aspectos demográficos como la edad 31 años, predominio del sexo femenino, y estado civil soltero son coherentes con los obtenidos en otras investigaciones en residentes mexicanos de Medicina Familiar. (7)

En cuanto al grado de resiliencia en nuestra población encontramos mayor proporción de moderado lo cual no correlaciona con lo descrito en bibliografía nacional e internacional, siendo predominante alta y muy alta en los resultados de otros investigadores. Es importante mencionar que hay publicaciones que refieren que el grado se relaciona con las estrategias para enfrentar las dificultades inherentes a la sobrecarga académica situación que no logro corroborarse en nuestro caso. (8)

Los hallazgos de nuestro estudio indican que las estrategias de afrontamiento al estrés que con mayor frecuencia estuvieron presentes por los médicos residentes son focalizado en la solución de problemas, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social para enfrentar el estrés en las diferentes unidades de medicina familiar. Tal situación se observó en un estudio mexicano en estudiantes de Medicina en donde se encontró un mayor nivel de estrés aunado a un ambiente competitivo, escenarios de dolor, sufrimiento y muerte que otras carreras no tienen presente, también presentaron las mismas estrategias de

afrontamiento que obtuvimos como resultado. Menciona este estudio que los principales motivos que se encontraron fue la sensación de inutilidad, incapacidad para ayudar al paciente por falta de conocimiento infinito, aunado a la fatiga por la carga asistencial y la falta de horas sueño, esto último no encontrado en nuestro estudio y que es una debilidad de la cual podría ser motivo de futuras investigaciones para encontrar la causalidad de estrés en Médicos Residentes. (9). Resulta relevante señalar que tanto en nuestros hallazgos como en los encontrados por otros autores notamos que utilizan dos o más estrategias de afrontamiento para lograr un grado de resiliencia, siendo para el personal de salud las mismas que encontramos. (9,11). A su vez Gwen et al. Demuestra que los estudiantes de medicina que utilizaron estas estrategias fueron menos probables que se agotaran. (10)

En el análisis de la relación entre estrategias de afrontamiento al estrés y resiliencia se esperaba que existiera una asociación significativa, ya que se ha observado que a mayor estrategias utilizadas ante el estrés mayor capacidad de desarrollar resiliencia, sin embargo no se pudo confirmar con ningún tipo de estrategia de afrontamiento, como lo observado en un estudio de cuidadores primarios con duelo en el que se presentó una correlación de manera significativa con las estrategias de evaluación positiva y religión en el caso de duelo normal, la solución de problemas en quienes presentaba duelo complicado. (11). También se encontró asociación significativa entre resiliencia leve con afrontamiento centrado en problemas en otro estudio que se analizó en duelo complicado. (12).

En cuanto a los escasos estudios que miden esta asociación en alumnos se ha concluido que los estudiantes logran desarrollar un mayor grado de resiliencia al momento de manejar y superar situaciones de la vida cotidiana, utilizando mayormente el afrontamiento activo, la planificación, apoyo instrumental, humor, reinterpretación positiva y la aceptación como estrategias de afrontamiento. (13). Tomando en cuenta los resultados podemos determinar que la resiliencia es utilizada por las personas para salir fortalecidos de los problemas que lo aqueja y que en consecuencia le permite cumplir sus metas y con éxito los proyectos que se formule durante su vida. En este sentido se puede encontrar investigaciones que confirman que la resiliencia está ligada a factores protectores que se sobreponen ante la adversidad y son determinantes como las siguientes estrategias de afrontamiento. La aplicación de las estrategias de afrontamiento por los estudiantes ante las problemáticas diarias le permite al individuo formar su personalidad, fortaleciendo su autoconfianza y sentido de vida. (14).

El presente estudio ha demostrado que existen investigaciones en poblaciones similares, sin embargo no se cuenta con suficientes publicaciones en las que incluya a médicos residentes con la correspondiente asociación, solo hemos denotado algunas en estudiantes preuniversitarios en donde demuestran resultados similares como lo es el mismo grado de resiliencia mas no asociación con las diferentes estrategias de afrontamiento; por lo que a partir de los datos obtenidos se puede incentivar a seguir estudiando esta área académica. Es preciso mencionar que la escasa evidencia del tema represento una limitante para contrastar los resultados obtenidos con otras.

Parte de las fortalezas del estudio fueron describir el tipo de resiliencia que puede desarrollar los médicos residentes antes las situaciones que vive durante su formación y los tipos de estrategias que emplean a partir de sus principios, valores, conocimientos que ha desarrollado a lo largo de su vida, situaciones con escasa medición por otros investigadores.

Finalmente podemos comentar que existe aún necesidad de realizar estudios de causalidad en las estrategias de afrontamiento para poder determinar otros aspectos que impacten en la resiliencia que en nuestro estudio no se pudo concluir al no ser el diseño ideal para dicho fin.

CONCLUSIONES

Las estrategias de afrontamiento al estrés no están relacionadas con una mayor capacidad de Resiliencia en los residentes de Medicina Familiar adscritos a las UMF 47, 53 y 56 de León, Guanajuato en el año 2022.

Las estrategias de afrontamiento al estrés más utilizadas fueron: Focalización en la solución del problema, Reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social, en los residentes de Medicina Familiar adscritos a las UMF 47, 53 y 56 de León, Guanajuato en el año 2022.

El grado de resiliencia que manejan los residentes por sede correspondiente en la especialidad en medicina familiar es la siguiente: residentes de la UMF 47 fue Alta Resiliencia, en los residentes de la UMF 53 y UMF 56 fue Moderada Resiliencia.

No se encontró relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el grado de resiliencia de los residentes de Medicina Familiar adscritos a las UMF 47, 53 y 56 de León, Guanajuato en el año 2022.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Berrío García N, Mazo Zea R. Estrés Académico. *Rev Psicol Univ Antioquia*. 2011;3(2):55–82.
- Zurroza-Estrada AD, Oviedo-Rodríguez IJ, Ortega-Gómez R, González-Pérez O. Relación entre rasgos de personalidad y el nivel de estrés en los médicos residentes. *Rev Investig Clin*. 2009;61(2):110–8.
- Morán Astorga MC, Finez-Silva MJ, Menezes dos Anjos E, Pérez-Lancho MC, Urchaga-Litago JD, Vallejo-Pérez G. Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *Int J Dev Educ Psychol Rev INFAD Psicol*. 2019;4(1).
- Leopoldo F, Weber R, Luis J, Arias R. ¿Tenemos claro lo que es la residencia médica? *Acta Médica Grup Ángeles*, 2016;3(3 julio-septiembre):183–4.
- Ortiz S, Tafoya S, Farfán A, Jaimes A. Rendimiento académico, estrés y estrategias de afrontamiento en alumnos del programa de alta exigencia académica de la carrera de medicina. *Rev Med*. 2013;21(1).
- Zárate-Depraect NE, Soto-Decuir MG, Martínez-Aguirre EG, Castro-Castro ML, García-Jau RA, López-Leyva NM. Study habits and stress in students of the health area Introduction. *Rev la Fund Educ Médica*. 2019;21(3):153.
- López-Arellanes A, Contreras-García CM, Solano-Ceh A, Elizarrarás-Cruz JD, Herrera-Lugo KG, Elizarrarás-Rivas J. Resiliencia en residentes de medicina familiar de la Unidad de Medicina Familiar número 65 del IMSS, Oaxaca. *Avan C Salud Med* 2021; 8 (2):54-60.
- Kubrusl M, Lima Rocha A, Costa Maia A, Kubrusly de Miranda A, Mendonza Sales M. Resiliencia en la Formación de Estudiantes de Medicina en una Universidad con un Sistema Híbrido de Enseñanza y Aprendizaje. *Revista Brasileira de Educación Médica* 2019; 43 (1) : 367 – 376.
- De La Rosa-Rojas G, Chang-Grozo S, Delgado-Flores Luis, Oliveros-Lijap L, Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Gac Med Mex*. 2015;151:443-49.
- Thompsona G, McBrideb R, Hosfordc C, Haalab G. Resiliencia entre estudiantes de medicina: el papel del estilo de afrontamiento y apoyo social, Enseñanza y aprendizaje en medicina (2016). 28:2, 174-182.

- Ornelas Tavares P.E. Estrategias de afrontamiento y resiliencia en cuidadores primarios con duelo (2016). *Psicología y Salud*, Vol. 26, Núm. 2: 177-184, julio-diciembre de 2016.
- Bermejo J.C, Magaña M, Villaceros M, Carabias N, Serrano Inés. Estrategias de afrontamiento y resiliencia como factores mediadores de duelo complicado. Centro Humanización de la Salud. Religiosos Camilos. Tres Cantos, Madrid. *Revista de Psicoterapia*. Vol. XXII- No.88. 85-95.
- Fínez Silva, M.J; García Montero, A.J. Relación entre la resiliencia personal y las estrategiaS de afrontameinto en estudiantes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol. 4, núm. 1, 2012, pp. 111-116
- Flórez, L. López, J. & Vílchez, R.A. (2020). Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: reto de las instituciones de educación superior. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. (3), 35-47.