

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**



Factores sociodemográficos y resiliencia en mujeres adultas de  
dos distritos del Cono Norte de Lima

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTORA

Tania Eliana Mejía Quiñones

ASESORA

Claudia Rebeca Cahui Ramírez

Lima, Perú

2023

**METADATOS COMPLEMENTARIOS****Datos de los Autores****Autor 1**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

**Autor 2**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

**Autor 3**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

**Autor 4**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

**Datos de los Asesores****Asesor 1**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

**Asesor 2**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

**Datos del Jurado****Presidente del jurado**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

**Segundo miembro**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

**Tercer miembro**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

**Datos de la Obra**

Materia*	
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado:	
Idioma	
Tipo de trabajo de investigación	
País de publicación	
Recurso del cual forma parte (opcional)	
Nombre del grado	
Grado académico o título profesional	
Nombre del programa	
Código del programa Consultar el listado:	

**\*Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

### PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA

#### ACTA N° 122-2023

En la ciudad de Lima, a los veinte días del mes de diciembre del año dos mil veintitrés, siendo las 10:20 horas, la Bachiller Tania Eliana Mejía Quiñones sustenta su tesis denominada "**Factores sociodemográficos y resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del Cono Norte de Lima**" para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

El jurado calificó mediante votación secreta:

- |                                       |                   |
|---------------------------------------|-------------------|
| 1.- Prof. Rafael Del Busto Bretoneche | APROBADO: REGULAR |
| 2.- Prof. Victoria Sandoval Medina    | APROBADO: REGULAR |
| 3.- Prof. Joaquín Angulo Salas        | APROBADO: REGULAR |

Se contó con la participación del asesor:

- 4.- Prof. Rebeca Cahui Ramírez

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 11:40 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

**APROBADO: REGULAR**

Es todo cuanto se tiene que informar.



Prof. Rafael Martin Del Busto Bretoneche

Presidente



Prof. Victoria Sandoval Medina



Prof. Joaquín Angulo Salas



Prof. Rebeca Cahui Ramírez

Lima, 20 de diciembre del 2023

**Anexo 2**

**CARTA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR(A) DE TESIS DE TESIS, CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO**

Ciudad, 04 de setiembre de 2023

Señor(a),  
Enríquez Canto, Yordanis  
Jefe del Departamento de Investigación  
Facultad de Ciencias de la Salud

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis, bajo mi asesoría, con título: Factores sociodemográficos y resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del Cono Norte de Lima, presentado por Tania Eliana Mejía Quiñones, código de matrícula N° 2014200156 y DNI 44127103, para optar el título profesional de psicología ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 5%** (cinco por ciento). Por tanto, en mi condición de asesor(a), firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente,



---

Firma del Asesor (a)  
DNI 75813812  
ORCID: 0000-0001-6786-6966  
Facultad de Ciencias de la Salud

\* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y RESILIENCIA EN  
MUJERES ADULTAS DE DOS DISTRITOS DEL CONO  
NORTE DE LIMA**

## **DEDICATORIA**

A mis hermanas trinitarias,  
por su confianza, apoyo y  
compañía en cada logro  
alcanzado.

## **AGRADECIMIENTO**

A mi asesora, por su paciencia y apoyo en el camino, antes, durante y final, de este proyecto; y a las mujeres de la organización Unicas, por permitirme ser parte del grupo y conocerlas.

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar si hay relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima. **Materiales y métodos:** El estudio es de alcance correlacional con un diseño no experimental de corte transversal. Se utilizó el cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por el autor y la escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER). En el análisis estadístico inferencial, se usó la prueba Chi Cuadrado, Kruskal Wallis y Shapiro Will. **Resultados:** Se encontró que la población de estudio tiene una alta resiliencia (38.18%), sobresaliendo la dimensión ecuanimidad (23.64%). Asimismo, no se encontró relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y resiliencia ( $p=0.328$ ;  $p=0.277$ ;  $p=0.598$ ;  $p=0.855$ ;  $p=0.833$ ;  $p=0.474$ ;  $p=0.798$ ;  $p=0.269$  y  $p=0.456$ ). **Conclusiones:** No se encontró asociación entre los factores sociodemográficos propuestos y resiliencia. Las evaluadas fueron la totalidad de la organización Unicas. Se infiere que la formación humana y económica les permite ser independientes en sus ingresos económicos, sostener su seguridad y luchar en las adversidades. Se sugiere replicar la organización Unicas con trabajo colaborativo de Instituciones públicas y/o privadas. Asimismo, fortalecer a la mencionada organización a través de talleres y programas sociales para seguir desarrollando capacidades y habilidades a nivel personal, social y académico de sus integrantes.

**Palabras clave:** Resiliencia psicológica, satisfacción personal, factores sociodemográficos, mujeres trabajadoras.

## ABSTRACT

**Objective:** Determine if there is a relationship between sociodemographic factors and resilience in adult women from two districts in the northern cone of Lima. **Materials and methods:** correlational scope study with a non-experimental cross-sectional design. The sociodemographic factors questionnaire developed by the author and the Wagnild and Young (ER) resilience scale were used. In the inferential statistical analysis, the Chi Square, Kruskal Wallis and Shapiro Will tests were used. **Results:** it was found that the study population has high resilience (38.18%), with the equanimity dimension standing out (23.64%). Likewise, no statistically significant relationship was found between sociodemographic factors and resilience ( $p=0.328$ ;  $p=0.277$ ;  $p=0.598$ ;  $p=0.855$ ;  $p=0.833$ ;  $p=0.474$ ;  $p=0.798$ ;  $p=0.269$  and  $p=0.456$ ). **Conclusions:** no association was found between the proposed sociodemographic factors and resilience. Those evaluated were the entire UNICAS organization, with this, it is inferred that the human and economic training allows them to be independent in their economic income and thus maintain their security and fight in adversity. It is suggested to replicate the UNICAS organization with collaborative work of public and/or private institutions. Likewise, strengthen the UNICAS organization through workshops and social programs to continue developing capacities and skills on a personal, social and academic level of its members.

**Keywords:** Psychological resilience; personal satisfaction; sociodemographic factors; working women.

## ÍNDICE

Resumen	v
Índice	vii
Introducción	ix
Capítulo I. El problema de investigación	10
1.1. Situación problemática	10
1.2. Formulación del problema	11
1.2.1. Problema general	11
1.2.2. Problema específico	11
1.3. Justificación de la investigación	11
1.4. Objetivos de la investigación	11
1.4.1. Objetivo general	11
1.4.2. Objetivos específicos	12
1.5. Hipótesis	12
Capítulo II. Marco teórico	13
2.1. Antecedentes de la investigación	13
2.1.1. Internacionales	13
2.1.2. Nacionales	14
2.2. Bases teóricas	15
Capítulo III. Materiales y métodos	19
3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación	19
3.2. Población y muestra	19
3.2.1. Criterios de inclusión y exclusión	19
3.3. Variables	19
3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables	19
3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos	20
3.4.1. Plan de recolección de datos	20
3.4.2. Instrumentos	20
3.5. Plan de análisis e interpretación de la información	22
3.6. Ventajas y limitaciones	22
3.7. Aspectos éticos	23
Capítulo IV. Resultados	24
Capítulo V. Discusión	32
5.1. Discusión	32
5.2. Conclusión	32
5.3. Recomendaciones	33
Referencias bibliográficas	35
Anexos	
Anexo 1. Tabla de operacionalización de la variable factores sociodemográficos	
Anexo 2. Tabla de operacionalización de la variable resiliencia	
Anexo 3. Cuestionario de la escala de resiliencia de Wagnild y Young	
Anexo 4. Ficha de datos sociodemográficos	

Anexo 5. Consentimiento informado

Anexo 6. Matriz de consistencia

Anexo 7. Solicitud para acceder a la organización Únicas

## INTRODUCCIÓN

Históricamente, las mujeres a través de sus luchas han logrado alcanzar espacios y cargos que antes les estaban restringidos. A pesar de ello, Phumzile (2019) menciona que, en la región de América Latina y el Caribe, sobresale el trabajo informal. Por otro lado, indica que, en los últimos años, hay un aumento de la presencia de mujeres en el sector laboral y que las políticas públicas desarrollan programas sociales para la protección y empoderamiento de las mujeres.

En el Perú, ante las crisis sociopolíticas, surgieron organizaciones de base como las ollas comunes y/o comedores populares, siendo gestionados básicamente por mujeres (Portilla, 2013). Ante ello, surge la siguiente pregunta: ¿existirá relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima? Por eso, se busca determinar si hay relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en dicha población y contexto. Algunos autores, como Panez (2000, 2002), Cyrulnik (2003) y Rutter (1992), refieren que la resiliencia es una competencia cambiante que se diferencia de una persona a otra y, a la vez, se desarrolla a lo largo de la vida (Yurivilca, 2019). Se infiere que los niveles de vida de una persona con una adecuada resiliencia están intrínsecamente relacionados con sus factores sociodemográficos. Así, el presente estudio de alcance correlacional busca ser referencia con sus resultados en el desarrollo posterior de un análisis explicativo; sin embargo, dicho proyecto no permite el estudio de la causalidad de las variables de estudio.

Quispe y Vera (2017) refirieron que, cuando se tiene mayor edad, se presenta mayor resiliencia. Así mismo, Gonzales, López y Valdez (2013) afirmaron que la resiliencia tiene variación según el aumento de edad. En otros términos, mientras más edad se cumpla, se evidenciará una mayor capacidad de enfrentarse a las adversidades.

Por esa razón, se consideró como hipótesis general determinar que existe relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima. Para ello, es necesario conocer que los factores sociodemográficos son características utilizadas para describir a un grupo de personas (Tejada 2012, citado en Quispe y Vera 2017), definiendo a la resiliencia como la capacidad para tolerar los obstáculos y hacer las cosas correctas (Wagnild y Young, 1993).

De esta manera, el presente trabajo se organiza a través de capítulos. En el primer capítulo, se encuentra el planteamiento del problema, la justificación, los objetivos y la hipótesis. En el segundo capítulo, se desarrolla el marco teórico, describiendo los antecedentes y bases teóricas. En el tercer capítulo, se presenta la descripción de la población, las variables e instrumentos, el plan de recolección de datos, el plan de análisis de procesamiento de datos, las ventajas, las limitaciones y los aspectos éticos. En el cuarto capítulo, se describe los resultados. Finalmente, en el quinto capítulo, se encuentra la discusión, conclusiones y recomendaciones.

## **CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Situación problemática**

La ONU, en su informe sobre el Progreso de las mujeres en el Mundo 2019-2020 (Phumzile, 2019) reveló que, a nivel mundial, un tercio de las mujeres sufren abuso físico y/o sexual por parte de su pareja, un 60% labora de manera informal, siendo el trabajo remunerado lo que cambia de manera positiva la forma en que las mujeres se perciben. Esta situación se hace posible cuando las mujeres son dueñas de sus viviendas, lo que les produce más seguridad. En el mismo informe, se encontró que, en países en desarrollo, 1 de cada 4 personas, entre hombre y mujeres, sobreviven por debajo del umbral de pobreza moderada, es decir, con 3 o 10 dólares al día. En países con divisas moderadas, las mujeres con niños pequeños dejan de participar en los trabajos, aumentando la participación del varón en esas labores. Phumzile (2019) afirma que, a pesar de tener la responsabilidad de niños pequeños en el hogar, ayudan y/o solventan los gastos de la familia. Según Castro et al. (2011), las madres solteras superan el 70% en Colombia, Panamá y Perú.

Por su parte, Phumzile (2019) menciona que, en la región de América Latina y el Caribe, sobresale el trabajo informal. En los últimos años, se visualiza el aumento de la presencia de mujeres en el sector laboral. Así mismo, las políticas públicas han desarrollado programas sociales para la protección y empoderamiento de las mujeres. En el Perú, aún se mantiene la dicotomía entre lo masculino y femenino. Dicha separación aún mantiene ámbitos de discriminación en el trabajo, la educación, las relaciones y la participación femenina (Ruiz, 2004, citado por Hernández y Liranzo, 2013). Por otro lado, la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2019a) constata que la desigualdad social se presenta a través de factores como vivir en una zona rural, ser mujer, ser indígena; es decir, no solo el dinero crea las brechas de exclusión social, también las características que determina la riqueza cultural.

De esa manera, en la búsqueda de equidad, reconocimiento, valoración como mujer, se encuentra los factores sociodemográficos como edad, grado de instrucción, número de hijos, entre otros. Estudios como el de Goñi et al. (2012), reportaron que son las mujeres las que, conforme crecen, logran aceptarse, confiar en sus propias capacidades y alcanzar metas determinadas. De esta manera, los factores sociodemográficos que se seleccionen permitirán conocer mejor a la población de estudio.

Si bien la resiliencia presenta diferentes enfoques, existe un consenso cuando se refiere a la resiliencia como una manera de afrontar los riesgos o adversidades (Luthar y Cushing, 1999, citado en Becoña, 2006). Así mismo, dicho concepto es de interés en la psicología positiva, ya que busca describir los rasgos individuales positivos y cómo estos permiten afrontar las dificultades de la vida. Por esta razón, la capacidad de resiliencia aumenta en la persona a medida que pasan los años (Fínez et al., 2019). En la actualidad, existen diversas investigaciones como la de Vaquero (2013) que busca definir, entender y desarrollar la capacidad de resiliencia como factor protector para la persona y la sociedad.

En la revisión de la literatura, se encontró que la población adulta media no cuenta con muchos estudios sobre los factores sociodemográficos y la resiliencia. Esas variables importantes deben ser estudiadas para inferir cómo la sociedad femenina recupera su vitalidad a través del descubrimiento de su ser femenino digno y libre (Pinkola, 1998). Por ello, a través de esta investigación, se busca determinar si hay relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Existe relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020?

### **1.2.2 Problemas específicos**

¿Cuáles son los niveles de factores sociodemográficos en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020?

¿Cuáles son los niveles de resiliencia en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020?

## **1.3. Justificación de la investigación**

Algunos autores como Panez (2000, 2002), Cyrulnik (2003) y Rutter (1992) refieren que la resiliencia es una competencia cambiante que se diferencia de una persona a otra y se desarrolla a lo largo de la vida (citados por Yurivilca, 2019). Se infiere que los niveles de vida de una persona con una adecuada resiliencia están intrínsecamente relacionados con sus factores sociodemográficos.

En el afán de interpretar y describir el comportamiento humano en su relación, con los demás y su entorno, se han hecho diversas investigaciones. Estas han tenido como población de estudio a niños (Naranjo, 2006), jóvenes (Bustos et al., 2015), adultos (Schaab, 2014 y Yurivilca, 2019) y adultos mayores (Carrera et al., 2013). Cada una ha brindado diversa información, lo que ha permitido comprender mejor lo que define a la resiliencia. Sin embargo, las investigaciones que correlacionan los datos sociodemográficos y resiliencia son pocas y poco dirigidas a la población adulta o adulta joven.

Por eso, resulta pertinente conocer cómo los factores sociodemográficos se relacionan con la capacidad de enfrentarse a las adversidades y aprender de ellas. Es decir, cómo los factores sociodemográficos se interrelacionan con la resiliencia en una población de mujeres adultas.

## **1.4. Objetivos de la investigación**

### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar si hay relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.

### **1.4.2. Objetivos específicos**

Describir los niveles de los factores sociodemográficos en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.

Describir los niveles de resiliencia en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.

### **1.5. Hipótesis**

**H (+)** Existe relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.

**H (-)** No existe relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.

## **CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### **2.1.2. Internacionales**

Margarita y Vinaccia (2012) realizó una investigación sobre la resiliencia y características sociodemográficas en enfermos crónicos de enfoque cuantitativo, correlacional. Para ello, consideró una muestra de 121 personas con diagnóstico de enfermedad pulmonar obstructiva crónica, hospitalizados en el Hospital General de Medellín, artritis reumatoide de la fundación para el paciente con artritis reumatoide, e insuficiencia renal crónica del Instituto Clínico del riñón de Medellín, seleccionados por muestreo no aleatorio, con una media de edad de 59 años y con diagnóstico de 6 años. Los instrumentos utilizados fueron la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993), la escala de resiliencia breve – CD-RISC2 y una ficha sociodemográfica elaborada para el estudio. Se concluye que los rasgos clínicos tienen mayor peso sobre la resiliencia de los factores sociodemográficos cuando se está en el grupo de adulto mayor y se tiene el diagnóstico de enfermedad crónica.

Zayas et al. (2018), en su trabajo sobre la relación entre la resiliencia y la satisfacción con la vida en una población de mujeres con cáncer de mama, consideró una muestra de 30 mujeres con el diagnóstico de cáncer de mama entre las edades de 33 y 59 años (media de edad 47,47), atendidas en los Hospitales General de Jerez de la Frontera y Puerta del Mar de Cádiz. El estudio fue de tipo correlacional. Para ello, se usó dos instrumentos la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993) y la escala de satisfacción con la vida de Diener, Emmons, Larsen y Griffin. Para los resultados, se empleó el programa informático SPSS versión 22.0 De ese modo, se obtuvo que, estadísticamente sí existe correlación significativa entre las dimensiones de ambos instrumentos, sin encontrarse una capacidad predictiva de la resiliencia a la satisfacción por la vida. Se concluye que, en este estudio, las mujeres puntuaron alto en los niveles de resiliencia, están muy satisfechas con su vida, y que la resiliencia y la satisfacción con la vida se relacionan positivamente desde una visión estadística, por lo que no es predictora de la satisfacción con la vida.

Salazar (2015) realizó un trabajo para determinar el nivel de resiliencia que poseen las mujeres de etnia quiché y ladina de la aldea las Vigas, del municipio de Chinique las Flores, El Quiché, sobreviviente al conflicto armado interno. El trabajo fue de diseño descriptivo comparativo, ya que se trabajó con dos grupos de los cuales se evaluó semejanzas y diferencias. El instrumento elegido fue la escala de resiliencia de Wagnild y Young (ER) de origen estadounidense, adaptada al castellano por Novella (2002). La muestra se obtuvo a través del muestreo no probabilístico con un total de 20 mujeres: diez de la etnia quiché y diez de la etnia ladina entre 45 y 60 años. Para el análisis estadístico, se utilizó la t de Student para determinar las medias de los dos grupos, encontrando como resultados que ambos grupos (Quiché con un 81% y Ladina con un 82%) poseen un nivel alto de resiliencia. Por ello, se llegó a la conclusión de que no se muestra diferencia estadísticamente significativa para el nivel de resiliencia de los dos grupos étnicos que sobrevivieron al conflicto armado interno.

González et al. (2015), en su trabajo sobre la resiliencia y sus diferencias por edad en hombres y mujeres mexicanas, trabajó con una muestra intencional con un total de 607 personas voluntarias. Este grupo se organizó en cuatro grupos etarios: 182 niños de 9 a 14 años; 136 adolescentes de 15 a 17 años; 177 jóvenes de 18 a 30 años; y 112 adultos de 31 a 59 años. Así mismo, fueron más mujeres (61.4%) que varones (38.6%) procedentes de la localidad de Toluca, México. Como instrumento, se usó el cuestionario de resiliencia de González (2011), el cual se divide en las categorías de

“yo tengo”, “yo soy”, “estoy”, y “yo puedo”. A través de 32 ítems, se evaluó 3 dimensiones: factores protectores internos, factores protectores externos y empatía. Los resultados se obtuvieron a través de un análisis descriptivo para determinar la distribución de la resiliencia. Con el programa estadístico SPSS versión 20, se encontró que por grupo de edad los niños y los adultos jóvenes tienen buena puntuación en los factores protectores internos. Los adolescentes y la adultez media, por su parte, puntúan más en los factores protectores externos. Así mismo, para contrastar a los grupos masculino y femenino, las mujeres presentan mayor puntaje que los varones en la dimensión de empatía. Además, sobresalen en el factor protector externo; y los varones, en el factor protector interno. También se evidenció que los adultos jóvenes puntúan diferente a nivel estadístico con los otros grupos, estando con mejor puntaje en el factor protector interno, factor protector externo, empatía y resiliencia total. Concluyó que se debe considerar estudios enfocados en cómo la resiliencia puede suscitar una apropiada salud mental y hábitos saludables en los grupos etarios, desde los más pequeños hasta los adultos mayores.

### 2.1.2. Nacionales

Pompa y Salazar (2020), en su trabajo sobre el clima social familiar y resiliencia en adolescentes mujeres de una Institución Educativa pública de la ciudad de Cajamarca, realizó un estudio de tipo correlacional y no experimental, con enfoque cuantitativo de corte transversal, con una muestra no probabilística de 234 estudiantes matriculados que cursaban los grados de 3.<sup>o</sup> a 5.<sup>o</sup> de secundaria. Los instrumentos usados fueron la escala de clima social familiar – FES, que cuenta con 90 ítems, estandarizado en Lima y que evalúa tres dimensiones; relaciones, desarrollo, y estabilidad. La escala de resiliencia en adolescentes – ERA, elaborada en Lima el 2000 por Prado y Del Águila, evalúa la conducta resiliente del adolescente a través de 34 ítems, puntuando siete dimensiones: *insight*, independencia, interacción, moralidad, humor, iniciativa, y creatividad. Como resultado, se encontró una correlación débil, pero positiva, entre las dos variables trabajadas. De ese modo, se obtiene un nivel de significancia de 0,006 ( $p < 0.05$ ) y una correlación, según Pearson, de ,178. El trabajo de investigación concluyó al admitir que la variable clima social familiar tiene una relación muy baja con la variable resiliencia, asumiendo que podría estar asociada a otros factores. Así mismo, un 40% de la muestra obtuvo un nivel alto de resiliencia.

Begazo y Rodrigo (2019), en su trabajo sobre relación de los estilos de apego con la resiliencia en mujeres víctimas de violencia conyugal, realizó una investigación de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, transversal, exploratorio. Además, la muestra fue no probabilístico, intencional. Así, se obtuvo 40 féminas que asistían a terapia psicológica en dos centros de salud pública de Arequipa. Los instrumentos usados fueron el auto cuestionario de los modelos internos de relación de apego (Cartes des Modèles Internes de Relations – CAMIR), elaborado en 1996 con 72 ítems y adaptado en el Perú por Noblega y Traverso el 2013. Este instrumento informa sobre la familia, la experiencia del pasado con los padres y la apreciación de la influencia de los padres. Asimismo, empleó la escala de resiliencia de Wagnield y Young de 1993, adaptado al Perú por Novella el 2002. Para los resultados, se usó el procedimiento estadístico Chi-cuadrado de Pearson, encontrando que p-valor es de 0.000 más pequeño al de significancia: 5%, a la vez se evidenció que la mayoría puntuó con un estilo de apego seguro, el 81.5% tienen alto nivel de resiliencia, a la vez que un 88.0% tiene predominio del estilo de apego preocupado. De ese modo, concluye que sí existe relación entre las dos variables trabajadas en mujeres víctimas de violencia conyugal.

Quispe y Vera (2017), en su investigación sobre diferencias en la resiliencia según factores sociodemográficos en estudiantes de 8 a 12 años de zonas marginales de los

distritos de Cerro Colorado y Cayma – Arequipa, de enfoque cuantitativo, no experimental, de diseño descriptivo, correlacional y transversal, empleó una muestra compuesta por 515 niños de instituciones educativas públicas, 270 varones y 245 mujeres de entre 8 y 12 años. Los instrumentos utilizados fueron el inventario de factores personales de la resiliencia de Salgado (2005) y un cuestionario de factores sociodemográficos. Los datos recogidos fueron procesados con el software SPSS 20.0. Se encontró que los evaluados con mayor edad y menor número de hermanos presentaron mayor resiliencia y empatía; además, los de mayor edad evidenciaron mayor humor. Se concluye que los factores sociodemográficos se asocian con el comportamiento resiliente de la muestra.

Lévano (2018), en su trabajo sobre resiliencia laboral en los trabajadores de una Institución Educativa del distrito de San Miguel. Usó un diseño descriptivo no experimental transeccional de enfoque cuantitativo, a través de una muestra no probabilística de tipo censal de 30 trabajadores. Como instrumento, utilizó la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993), adaptado en el Perú por Novella (2002), que evalúa cinco dimensiones: confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo. Los resultados se obtuvieron a través de los programas estadísticos SPSS 23 y MS Excel 2018, predominando el nivel medio y medio bajo (33% c/u), entendiendo que los trabajadores tienen dificultades a la hora de resolver sus problemas laborales. Se concluyó que los trabajadores de la Institución Educativa poseen un nivel medio de resiliencia; sin embargo, la diferencia no es muy significativa.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Factores sociodemográficos**

Los factores sociodemográficos son características de un grupo de personas en un lugar concreto (Tejada 2012, citado en Quispe et al., 2017). Según sea el interés del estudio, la población está determinada con factores específicos que el autor seleccione. Así, en el presente estudio, se tendrá en cuenta los siguientes factores sociodemográficos:

- Edad
- Estado civil
- Grado de instrucción
- Distrito en el que vive
- N.º de hijos
- Ocupación
- Tipo de vivienda
- Tiempo en Únicas
- Integra algún programa social del Estado

### **2.2.2. Definición de la resiliencia**

Wagnild et al. (1993) refieren que la resiliencia es “una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación”. En otras palabras, las personas resilientes descubren valentía interior y adaptabilidad ante las desgracias de la vida. En el ámbito de la psicología, se comprende como la

capacidad de realizar buenas actividades. Por eso, pese a las condiciones adversas, el individuo se fortalece.

### **2.2.2.1 Enfoque psicológico**

#### **Enfoque humanístico**

De manera oficial, el humanismo nació a finales de la Segunda Guerra Mundial (1962) en EE. UU. Si bien se reconocían los modelos y teorías del conductismo y del psicoanálisis, no los aceptaba como totalmente apropiados, ya que sus estudios se basaron solo en los roles y funciones de la persona. Así, se dejó de lado las características esenciales del ser humano como los sentimientos (López, 2009).

Por su parte, Maslow (1961), recogiendo los aportes de la filosofía existencial de Europa, consolidó las bases de la psicología humanista que se forjaba desde las tradiciones, crisis y logros propios de la sociedad americana de ese entonces (Citado en Villegas 1986). Así mismo, la logoterapia, fundada por Víctor Frank, brindó la dimensión espiritual. Más adelante, Paul Tillich trajo consigo el fenómeno del sentido religioso. Por ello, se infiere que el humanismo nació desde una tradición filosófica y teológica (Riveros, 2014).

Desde el enfoque humanista, se considera a las personas libres para elegir. Por eso, se cambia el término paciente por cliente, ya que es capaz de decidir y responsabilizarse de las consecuencias de sus decisiones. Muchos autores del humanismo argumentaban que el ser humano camina a la autorrealización y el crecimiento. Por ello, el individuo debe decidir sobre su propia vida con las decisiones y las consecuencias que genera (López, 2009). Los estudiosos reconocidos del humanismo fueron Kurt Goldstein, Erich Fromm, Carl Rogers, Herbert Marcuse, Abraham Maslow, Fritz Perls, Rollo May, Víctor Frank, Karen Horney, Aldous Huxley, entre otros (Riveros, 2014).

La psicología humanista abrió nuevas posibilidades para que los pensadores puedan articular nuevas formas de entender al ser humano como la sensibilidad, la empatía, la conciencia, la ética ecológica y humana. Así, crecen los ámbitos de intervención de la psicología hacia la educación y la organización (Riveros, 2014). Las técnicas que empiezan a surgir son la terapia gestal de Perls, la programación neurolingüística (PNL), el Focusing, terapias sistémicas, intervenciones de logoterapia, entre otros.

#### **Psicología positiva**

La denominada psicología positiva (PP) tiene sus antecedentes en la psicología humanista, a través de autores como Rogers, Maslow y Erikson. A la psicología positiva, se le atribuye el sistematizar temas como el apego, conductas prosociales, creatividad, inteligencia emocional, resiliencia, etc., en un cuerpo teórico con validez empírica. Su principal exponente, Martin Seligman, en 1998, denunció que la psicología se enfocaba solo en la enfermedad, dejando de lado las características positivas de la persona; es decir, la psicología se inclinaba en el estudio de las psicopatologías, sin propiciar que el ser humano tenía una vida productiva, satisfecha, y sin potenciar y promover el talento de la persona (Lupano y Castro, 2010). Por eso, Seligman (2003), citado en Lupano et al. (2010) buscó volver a la esencia de la psicología, refiriendo que “la psicología no es solo el estudio de la debilidad y el daño, es también el estudio de la fortaleza y la virtud. El tratamiento no es solo arreglar lo que está roto, es también alimentar lo mejor de nosotros” (p. 1).

Seligman (2003) creó el Comité de Psicología Positiva, más tarde se le conoció como el Centro de Psicología Positiva en la Universidad de Pensylvania, logrando realizar por primera vez la cumbre en Washington. Algunos exponentes como Shelton y Kasser, citados en Lupano et al. (2010), mencionan que la PP es el estudio de las virtudes y fortalezas del individuo, y que se interesa en potenciar lo correcto y lo mejor de la persona. Para Gable y Haidt (2005), es el desarrollo de procesos y condiciones que permiten el adecuado funcionamiento del ser humano, grupos o instituciones. Por su parte, Linley et al. (2006) lo promueve como una forma de desarrollo humano óptimo; es decir, busca reorientar el desequilibrio existente en las técnicas psicológicas, potenciando los medios, procesos y formas que permitan una mejor calidad de vida y desarrollo personal.

### **Los tres pilares de la psicología positiva**

1. La vida placentera alude al estudio de las emociones positivas para alcanzar la felicidad. Las técnicas usadas son *savoring* (saborear el momento presente) y *mindfulness* (estado mental que se centra en la atención de los pensamientos, acciones y sensaciones). Una ventaja es que, una vez saciada la felicidad, no habría más que buscar, convirtiéndose en un factor protector.
2. La vida comprometida (fortalezas y virtudes personales) se inclina hacia el placer que la persona siente al ejecutar una tarea efectiva desde el compromiso, es decir, vivir el estado de *flow* (fluir). La persona, en dicha tarea, permite que su ser vibre y fluya, dejando que el tiempo pase sin preocupación. Dicha conexión es alcanzada en tareas donde se potencia las capacidades personales con esfuerzo y trabajo constante.
3. La vida con significado (*meaningfull life*) se establece cuando la persona logra aplicar sus potencialidades y fortalezas en ayuda de los demás, permitiendo que los otros descubran las suyas propias. Dicha capacidad se desarrolla en las instituciones como la familia, la escuela, el trabajo y la sociedad.

Los tres pilares o vías de la psicología positiva son complementarias. La persona puede llegar a la vida plena a través de una; sin embargo, será más feliz aquel que vivencie las tres vías (Peterson, 2006, citado en Lupano et al. (2010).

### **2.2.2.2. TEORIA DE GAIL WAGNILD Y HEATHER YOUNG**

Wagnild et al. (1993) conciben la resiliencia como la capacidad emocional que permite mantener en homeostasis las manifestaciones de las experiencias negativas o adversas y adaptarse a dichos acontecimientos de la vida. Estos autores describen los siguientes factores y dimensiones de la resiliencia:

Factor I. Competencia personal: Describe a la persona independiente con toma de decisión, autoconfianza, ingeniosos y perseverantes; es decir, estas características definen a un individuo que se vale por sí mismo. Este factor cuenta con las siguientes dimensiones:

- Perseverancia: Constancia en el proceso de alcanzar los logros e ir auto disciplinándose.
- Sentirse bien solo: Entendimiento de que la vida es propia, ello permite la sensación de ser único e irrepetible.
- Confianza en sí mismo: Reconocerse y creer en uno mismo, es decir, conocer las propias fortalezas y debilidades.

Factor II. Aceptación de uno mismo y de la vida: Describe a la persona que se acepta así misma, se adapta a las situaciones diarias y le da sentido a su existencia. Este factor comprende las siguientes dimensiones:

- Ecuanimidad: Acto de ser objetivo y crítico sobre las experiencias de la vida, encontrándole sentido positivo a su existencia.
- Satisfacción personal: Entiende y da a conocer el sentido de la existencia y cómo se le contribuye.

## **CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación**

El alcance de la investigación fue correlacional, ya que se buscó describir el nivel de asociación de dos variables en un contexto particular. Dicha asociación se respaldó a través de hipótesis sometidas a prueba. Por ello, la importancia de un estudio correlacional es descubrir el comportamiento de una variable frente al comportamiento de otra (Hernández et al., 2014).

El diseño fue no experimental, porque ninguna variable se modifica con el pretexto de descubrir el comportamiento de otra variable, es decir, el estudio solo se basó en observar a las variables frente a una situación en particular (Hernández et al., 2014). A la vez, fue de corte transversal porque la recolección de datos se da en un momento y tiempo determinado, con la finalidad de explicar las variables y observar su realización e interrelación en un periodo dado (Hernández et al., 2014).

### **3.2. Población y muestra**

Población es “el conjunto de individuos que tienen una o más propiedades en común, se encuentran en un espacio o territorio y varían en el transcurso del tiempo” (Vara, 2008, p. 238). La investigación contó con una población de 110 mujeres adultas, madres de familia entre 30 a 65 años, integrantes de una organización económica denominada Unicas (Unión de Crédito y Ahorro Solidario). Dicho grupo es gestionado por la asociación civil sin fines de lucro Ayne Perú-Trinitarias Solidaridad y Desarrollo con sede en el distrito de Puente Piedra y Ancón. A dicha población, se le efectuó un censo que consideró a la totalidad de las mujeres. Por lo tanto, no fue necesario emplear la muestra ni el muestreo.

#### **3.2.1. Criterios de inclusión y exclusión**

##### **Criterios de inclusión**

- Mujeres madres de familia miembros de la organización denominada Unicas.
- Miembros que firmaron el consentimiento informado.
- Mujeres entre las edades de 30 a 65 años.

##### **Criterios de exclusión**

- Alguna mujer que no asistieron el día de la evaluación.
- Alguna mujer que no desearon participar del estudio.

### **3.3. Variables**

#### **3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables**

##### **V1: Factores sociodemográficas**

Se consideró nueve variables sociodemográficas, las cuales se recolectaron a través de una ficha sociodemográfica. Las variables fueron edad, estado civil, lugar de trabajo, número de hijos, grado de instrucción, entre otros. La operacionalización de las variables sociodemográficas se puede visualizar en el anexo 1.

## **V2: Resiliencia**

Wagnild et al. (1993) refieren que la resiliencia es “una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación”. Es decir, las personas resilientes descubren valentía interior y adaptabilidad ante las desgracias de la vida. En el ámbito de la psicología, se la comprende como la capacidad de realizar buenas actividades; por ello, pese a las condiciones adversas, el individuo se fortalece.

La variable resiliencia de naturaleza cualitativa, politómica ordinal, cuenta con cinco factores y un puntaje total, el rango de puntaje varía de 25 a 175 puntos. Así mismo, se evalúa en cinco categorías: alta, media alta, media, media baja y baja. La definición operacional se puede visualizar a través de una tabla en el anexo 2.

### **3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos**

#### **3.4.1 Plan de recolección de datos**

En primer lugar, se presentó a la asociación Ayne Perú-Trinitarias Solidaridad y Desarrollo una solicitud de autorización para acceder a la organización denominada Unicas (Unión de Crédito y Ahorro Solidario). Al obtener la autorización de la directora ejecutiva, se inició el estudio de la investigación. Para ello se coordinó con la presidenta para reunir a las integrantes en grupos de 5 u 8 integrantes. En dichos grupos, se dio a conocer el estudio de la investigación, se repartió el consentimiento informado, la ficha sociodemográfica y el cuestionario de resiliencia. La información se llegó a recopilar a lo largo de cuatro semanas. Finalmente, con los datos recopilados, se creó una base de datos en el programa Excel, el cual se transfirió al programa estadístico STATA 12. Luego de obtener e interpretar los resultados, se elaboró la discusión, conclusiones y recomendaciones de la investigación.

#### **3.4.2 Instrumentos**

### **V1. Factores sociodemográficos**

En esta investigación, se pueden encontrar las siguientes variables sociodemográficas:

- Edad:  
Cuantitativa (de 30 a 65 años).
- Estado civil:  
Cualitativa (soltera, conviviente, casada, viuda y divorciada).
- Grado de Instrucción:  
Cualitativa (primaria, secundaria, técnico y superior).
- Distrito en el que vive:  
Cualitativa (Puente Piedra y Ancón).
- Número de hijos:  
Cualitativa (de 1 a 2; de 3 a 4 y de 4 a más).
- Ocupación:  
Cualitativa (ama de casa y trabaja fuera de casa).

- Tipo de Vivienda:  
Cualitativa (material noble (ladrillos y derivados) y madera, triplay o materiales simples).
- Tiempo en Unicas:  
Cualitativa (6 meses y 1 año a más)
- Integra algún programa social del Estado:  
Cualitativa (Vaso de leche, Comedor popular y Otro programa del Estado).

Dicha información fue recogida a través de una ficha sociodemográficos, la cual se puede revisar en el anexo 4.

## V2. Escala de resiliencia de Wagnild y Young – ER

La escala de resiliencia de Wagnild y Young – ER (1993) es de origen estadounidense. El objetivo es medir el nivel de resiliencia de las personas, de aplicación individual y/o grupal, en un tiempo aproximado de 25 a 30 min. Está dirigido a adolescentes y adultos. Dicha escala comprende 25 ítems que se divide en cinco factores: confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo. A la vez, evalúa una escala total o global. Los ítems se puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, en donde 1 se interpreta como un total desacuerdo y 7 se interpreta como un total de acuerdo. Los puntajes se encuentran entre en un rango de 25 y 175.

Las normas de calificación e interpretación de las escalas de resiliencia – ER, tanto por dimensiones como el total o global se muestran en la siguiente tabla:

	<b>SATISFACCIÓN PERSONAL</b>	<b>ECUANIMIDAD</b>	<b>SENTIRSE BIEN SOLO</b>	<b>CONFIANZA EN SÍ MISMO</b>	<b>PERSEVERANCIA</b>	<b>TOTAL</b>
<b>ALTO</b>	29 a 31 O más	26 a 28 o más	23 a 25 o más	54 a 60 o más	50 a 55 o más	De 158 a 175
<b>MEDIA ALTA</b>	25 a 28	23 a 25	19 a 22	46 a 53	45 a 49	De 151 a 157
<b>MEDIA</b>	18 a 24	17 a 22	12 a 18	28 a 45	32 a 44	De 141 a 150
<b>MEDIA BAJA</b>	14 a 17	14 a 16	9 a 11	20 a 27	27 a 31	De 128 a 140
<b>BAJA</b>	11 a 13	11 a 13	5 a 8	12 a 19	21 a 26	De 25 a 127

Fuente: Manual de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young – ER (1993).

La calificación e interpretación de los factores se entiende del siguiente modo: el factor I, satisfacción personas (ítems 16, 21, 22 y 25), evalúa el significado y la comprensión de la vida; el factor II, ecuanimidad (ítems 7, 8, 11 y 12), indica una perspectiva equilibrada de las experiencia y la propia vida frente a las adversidades; el factor III, sentirse bien solo (ítems 3, 5 y 19), evalúa el significado de libertad, toma de decisiones por sí mismo y establecer límites con uno mismo y los demás; el factor IV, confianza en sí mismo (ítems 6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24), evalúa el creer en sí mismo, en las capacidades y el reconocimiento de las propias fortalezas y debilidades; y el factor V, perseverancia (ítems 1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23), evalúa la persistencia ante la

adversidad o el desaliento, deseo del logro y la autodisciplina. Así mismo, la puntuación total o general se obtiene de la suma de los puntajes directos de los cinco factores implicados. El cuestionario de la variable resiliencia de Wagnild y Young (1993) se puede visualizar en el anexo 3.

Para determinar la confiabilidad y validez del instrumento, Novella (2002) empleó el método de consistencia interna que determinó con el coeficiente de Alfa de Cronbach un puntaje de 0.89, mientras que Wagnild y Young puntuaron una consistencia interna en sus diversas investigaciones. De ese modo, hay poblaciones de cuidadores de pacientes con Alzheimer ( $\alpha=.85$ ), mujeres primerizas después del parto ( $\alpha=.90$ ), residentes de hospitales públicos ( $\alpha=.76$ ) y estudiantes mujeres ( $\alpha=.86$ ). A estas investigaciones, se suma el estudio longitudinal de mujeres embarazadas que, con el método test-retest, antes y después del parto, obtuvieron correlaciones de 0.67 a 0.84, valores que demuestran que la escala es estable en el tiempo. Por otro lado, la validez de contenido se obtuvo a través de juicio de expertos, donde participaron dos psicometristas y dos enfermeras, quienes evaluaron y redactaron los ítems. La validez de constructo se obtuvo de correlaciones significativas de la variable resiliencia con variables como satisfacción de vida ( $r=.59$ ,  $p<.001$ ), autoestima ( $r=.57$ ,  $p<.001$ ), depresión ( $r=-.36$ ,  $p<.001$ ), moral ( $r=.54$ ,  $p<.001$ ), percepción del estrés ( $r=-.67$ ,  $p<.001$ ) y salud ( $r=.50$ ,  $p<.001$ ) (Jaramillo, 2010, citado por Hernández y Lezama, 2016).

### **En la adaptación peruana**

En el Perú, dicha escala fue traducida del inglés, analizada psicométricamente y adaptada por Novella en el año 2002. Su investigación contó con una muestra de 324 alumnas entre 14 y 17 años del Colegio Nacional de Mujeres "Teresa Gonzales de Fanning" en Lima.

### **3.5. Plan de análisis e interpretación de la información**

El análisis estadístico se realizó a través del programa estadístico STATA, versión 12. Se consideró que dicho análisis tiene dos niveles. Se hizo uso de la frecuencia y porcentaje en el nivel descriptivo para las variables cualitativas, mientras que, para las variables cuantitativas, la desviación estándar y la media. Así mismo, para el nivel inferencial, se recurrió al Chi Cuadrado; además, se necesitó una prueba para relacionar una variable numérica con una categórica. Para determinar la prueba entre la Anova y la Kruskal Wallis, se utilizó la prueba Shapiro Will. De ese modo, se pudo determinar si la variable edad presentaba o no distribución normal. Así mismo, se tuvo en cuenta un nivel de significancia de menor o igual a 0.05.

### **3.6. Ventajas y limitaciones**

#### **Ventajas**

- A través de un estudio de diseño no experimental de corte transversal, se puede recoger los datos en corto tiempo.
- Elaborar un estudio de diseño no experimental de corte transversal es de bajo costo económico.
- Los resultados de este estudio podrán ser inferidos a toda la población.
- El estudio de alcance correlacional busca ser referencia con sus resultados en el desarrollo posterior de un análisis explicativo.
- Los instrumentos utilizados fueron validados en el país.

## **Limitaciones**

- Un estudio de alcance correlacional no permite el estudio de la causalidad.
- El diseño no experimental de corte transversal permite evaluar a la población solo una vez en su contexto.
- Al ser de corte transversal, no se puede evaluar la continuidad de las variables.
- En este estudio, se podría encontrar como condicionantes de respuesta al sesgo de memoria, la deseabilidad social y la temporalidad.

### **3.7. Aspectos éticos**

Los principios y criterios usados fueron establecidos por el Departamento de Investigación en el 2018:

#### **1. Respeto de la confidencialidad y política de protección de datos**

Los datos personales de las evaluadas fueron protegidos y no divulgados durante y después de la aplicación y administración de los cuestionarios. Fue de uso estricto del autor del estudio. Igualmente, se dio a conocer la finalidad y el empleo que tendrá la información de la investigación.

#### **2. Respeto de la privacidad**

Los datos proporcionados por las evaluadas fueron respetados y no se obligó a brindar información no deseada. Así mismo, se garantizó la administración de los instrumentos en espacios que permitió el llenado de forma personal.

#### **3. No discriminación y libre participación**

Para la muestra, se tuvo en cuenta a todas las participantes de la organización Unicas que cumplieron con los criterios de inclusión. No se discriminó a las participantes por su cultura, religión, etnia o nivel socioeconómico.

#### **4. Consentimiento informado a la participación a la investigación**

Previo a la administración de los cuestionarios, se brindó una ficha de consentimiento informado con datos relevantes como la finalidad, peculiaridades, riesgos y beneficios de la investigación. Con ello, se buscó considerar el profesionalismo y honestidad antes, durante y después, buscando así proteger el bienestar y dignidad de las personas a evaluar.

#### **5. Respeto por la calidad de la investigación, autoría y uso de los resultados**

Se elaboró un marco teórico fiable con documentación científica válida y actualizada. Asimismo, se empleó el programa estadístico STATA 12 para un análisis de datos que garantizan calidad e interpretación crítica de los mismos. Dichos materiales físicos y virtuales se encuentran disponibles para el uso o revisión de las autoridades competentes, considerando el reconocimiento de la autoría del tesista.

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS

De las 110 encuestadas, el 100% fueron mujeres. La edad promedio fue 40.64 años. El 34.55% eran solteras, el 42.73% poseían un grado de instrucción superior, el 54.55% vivían en el distrito de Ancón y el 45.45% en el distrito de Puente Piedra, así mismo, el 70.00% tenían de 1 a 2 hijos, el 69.09% trabajaba fuera de casa, el 78.18% poseía una vivienda construida con material noble (ladrillos y derivados), el 70.91% integraban el programa Unicas entre 1 año a más y un 80.91% participaban en otros programas del Estado. A su vez un 38.18% mostró una resiliencia alta, sobresaliendo la dimensión ecuanimidad con un nivel alto (23.64%) a diferencia de las otras dimensiones (véase la tabla 1).

**Tabla 1**

*Descripción de las variables: Factores sociodemográficas y resiliencia*

	n	%
<b>Edad</b> (media ± DE)	40.645 (9.690)	
<b>Estado civil</b>		
Soltera	38	34.55
Conviviente	28	25.45
Casada	36	32.73
Viuda	1	0.91
Divorciada	7	6.36
<b>Grado de instrucción</b>		
Primaria	4	3.64
Secundaria	28	25.45
Técnico	31	28.18
Superior	47	42.73
<b>Distrito en el que vive</b>		
Puente Piedra	50	45.45
Ancón	60	54.55
<b>Número de hijos</b>		
De 1 a 2	77	70.00
De 3 a 4	28	25.45
De 5 a más	5	4.55
<b>Ocupación</b>		
Ama de casa	34	30.91
Trabaja fuera de casa	76	69.09
<b>Tipo de vivienda</b>		
Material noble	86	78.18
Madera, triplay o derivados	24	21.82
<b>Tiempo en Unicas</b>		
6 meses	32	29.09
1 año a más	78	70.91
<b>Integra un programa social del Estado</b>		
Vaso de leche	9	8.18
Comedor popular	12	10.91
Otro programa del Estado	89	80.91
<b>Resiliencia</b>		
Alta	42	38.18
Media alta	35	31.82

	Media	12	10.91
	Media baja	15	13.64
	Baja	6	5.45
<b>Confianza en sí mismo</b>			
	Alta	-	-
	Media alta	59	53.64
	Media	49	44.55
	Media Baja	2	1.82
	Baja		
<b>Ecuanimidad</b>			
	Alta	26	23.64
	Media alta	35	31.82
	Media	44	40.00
	Media baja	3	2.73
	Baja	2	1.82
<b>Perseverancia</b>			
	Alta	-	-
	Media alta	36	32.73
	Media	70	63.64
	Media baja	3	2.73
	Baja	1	0.91
<b>Satisfacción personal</b>			
	Alta	-	-
	Media alta	55	50.00
	Media	51	46.36
	Media baja	3	2.73
	Baja	1	0.91
<b>Sentirse bien solo</b>			
	Alta	-	-
	Media alta	73	66.36
	Media	35	31.82
	Media baja	1	0.91
	Baja	1	0.91

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 2, no se evidencia relación entre las variables sociodemográficas y la resiliencia.

**Tabla 2**  
*Variables sociodemográficas y resiliencia*

	Resiliencia										P-valor
	Alta		Media alta		Media		Media baja		Baja		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
<b>Edad (media ± DE)</b>	39.45(9.13)		43.2(11.24)		40.41(8.53)		40.66(8.88)		34.5(4.37)		0.328
<b>Estado civil</b>											0.277
Soltera	20	52.63	12	31.58	4	10.53	1	2.63	1	2.63	
Conviviente	7	25.00	8	28.57	3	10.71	6	21.43	4	14.29	
Casada	12	33.33	13	63.11	3	8.33	7	19.44	1	2.78	
Viuda	1	100.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00	
Divorciada	2	28.57	2	28.57	2	28.57	1	14.29	0	0.00	
<b>Grado de instrucción</b>											0.598
Primaria	1	25.00	2	50.00	0	0.00	1	25.00	0	0.00	
Secundaria	7	25.00	10	35.71	3	10.71	5	17.86	3	10.71	
Técnico	11	35.48	9	29.03	3	9.68	6	19.35	2	6.45	
Superior	23	48.94	14	29.79	6	12.77	3	6.38	1	2.13	
<b>Distrito en el que vive</b>											0.855
Puente Piedra	19	38.00	16	32.00	5	10.00	6	12.00	4	8.00	
Ancón	23	38.30	19	31.67	7	11.67	9	15.00	2	3.33	
<b>Número de hijos</b>											0.833
De 1 a 2	30	38.96	23	29.87	10	12.99	9	11.69	5	6.49	
De 3 a 4	9	32.14	11	39.29	2	7.14	5	17.86	1	3.57	
De 5 a más	3	60.00	1	20.00	0	0.00	1	20.00	0	0.00	
<b>Ocupación</b>											0.474
Ama de casa	11	32.35	12	35.29	2	5.88	7	20.59	2	5.88	
Trabaja fuera de casa	31	40.79	23	30.26	10	13.16	8	10.53	4	5.26	
											0.798

<b>Tipo de vivienda</b>										
Material noble	34	39.53	27	31.40	10	11.63	10	11.63	5	5.81
Madera, triplay o derivados	8	33.33	8	33.33	2	8.33	5	20.83	1	4.17
<b>Tiempo en Unicas</b>										
6 meses	14	43.75	6	18.75	3	9.38	7	21.88	2	6.25
1 año a más	28	35.90	29	37.18	9	11.54	8	10.26	4	5.13
<b>Integra un programa social del Estado</b>										
Vaso de leche	5	55.56	1	11.11	0	0.00	3	33.33	0	0.00
Comedor popular	3	25.00	5	41.67	1	8.33	2	16.67	1	8.33
Otro programa del Estado	34	38.20	29	32.58	11	12.36	10	11.24	5	5.62

0.269

0.456

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 3, no se evidenció asociación entre las variables sociodemográficas y las dimensiones de la resiliencia.

**Tabla 3**  
*Variables sociodemográficas y las dimensiones de la resiliencia*

	Resiliencia																			
	Confianza en sí mismo									Ecuanimidad										
	Alta	Media alta		Media	Media baja		Baja	P-valor	Alta	Media alta		Media	Media baja		Baja	P-valor				
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%			
<b>Edad</b> (media ± DE)	--	41.23(10.35)		40.06(9.05)		37.5(4.94)		--	0.962	39.26(9.96)		42.17(9.84)		40.75(9.78)		32.66(2.88)		41.5(.70)		0.307
<b>Estado civil</b>	0.471																			
Soltera	-	-	24	63.16	14	36.84	0	0.00	-	-	8	21.05	15	39.47	15	39.47	0	0.00	0	0.00
Conviviente	-	-	10	35.71	17	60.71	1	3.57	-	-	7	25.00	5	17.86	13	46.43	2	7.14	1	3.57
Casada	-	-	19	52.78	16	44.44	1	2.78	-	-	7	19.44	14	38.89	14	38.89	1	2.78	0	0.00

Viuda	-	-	1	100.00	0	0.00	0	0.00	-	-	1	100.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00			
Divorciada	-	-	5	71.43	2	28.57	0	0.00	-	-	3	42.86	1	14.29	2	28.57	0	0.00	1	14.29			
<b>Grado de instrucción</b>																					0.663		
Primaria	-	-	1	25.00	3	75.00	0	0.00	-	-	2	50.00	1	25.00	1	25.00	0	0.00	0	0.00			
Secundaria	-	-	13	46.43	13	46.43	2	7.14	-	-	5	17.86	10	35.71	10	35.71	1	3.57	2	7.14			
Técnico	-	-	15	48.39	16	51.61	0	0.00	-	-	6	19.35	9	29.03	15	48.39	1	3.23	0	0.00			
Superior	-	-	30	63.64	49	44.55	2	1.82	-	-	13	27.66	15	31.91	18	38.30	1	2.13	0	0.00			
<b>Distrito en el que vive</b>																						0.440	
Puente Piedra	-	-	26	52.00	23	46.00	1	2.00	-	-	13	26.00	17	34.00	17	34.00	1	2.00	2	4.00			
Ancón	-	-	33	55.00	26	43.33	1	1.67	-	-	13	21.67	18	30.00	27	45.00	2	3.33	0	0.00			
<b>Número de hijos</b>																							0.741
De 1 a 2	-	-	40	51.95	36	46.75	1	1.30	-	-	22	28.57	23	29.87	28	36.36	2	2.60	2	2.60			
De 3 a 4	-	-	15	53.57	12	42.86	1	3.57	-	-	3	10.71	10	35.71	14	50.00	1	3.57	0	0.00			
De 5 a más	-	-	4	80.00	1	20.00	0	0.00	-	-	1	20.00	2	40.00	2	40.00	0	0.00	0	0.00			
<b>Ocupación</b>																							0.550
Ama de casa	-	-	16	47.06	17	50.00	1	2.94	-	-	8	23.53	12	35.29	11	32.35	2	5.88	1	2.94			
Trabaja fuera de casa	-	-	43	56.58	32	42.11	1	1.32	-	-	18	23.68	23	30.26	33	43.42	1	1.32	1	1.32			
<b>Tipo de vivienda</b>																							0.496
Material noble	-	-	47	54.65	38	44.19	1	1.16	-	-	22	25.58	25	29.07	35	40.70	3	3.49	1	1.16			
Madera, triplay o derivados	-	-	12	50.00	11	45.83	1	4.17	-	-	4	16.67	10	41.67	9	37.50	0	0.00	1	4.17			
<b>Tiempo en Unicas</b>																							0.088
6 meses	-	-	18	56.25	14	43.75	0	0.00	-	-	9	28.13	5	15.63	16	50.00	2	6.25	0	0.00			
1 año a más	-	-	41	52.56	35	44.87	2	2.56	-	-	17	21.79	30	38.46	28	35.90	1	1.28	2	2.56			
<b>Integra un programa social del Estado</b>																							0.659
Vaso de leche	-	-	5	55.56	4	44.44	0	0.00	-	-	3	33.33	3	33.33	3	33.33	0	0.00	0	0.00			
Comedor popular	-	-	5	41.67	7	58.33	0	0.00	-	-	4	33.33	4	33.33	3	25.00	0	0.00	1	8.33			

Otro programa del Estado	-	-	49	55.06	38	42.70	2	2.25	-	-	19	21.35	28	31.46	38	42.70	3	3.37	2	1.82
--------------------------	---	---	----	-------	----	-------	---	------	---	---	----	-------	----	-------	----	-------	---	------	---	------

Continuación de la tabla 3

	Resiliencia																		
	Perseverancia								Resiliencia				Satisfacción personal						
	Alta	Media alta	Media	Media baja	Baja	P-valor	Alta	Media alta	Media	Media baja	Baja	P-valor	Alta	Media alta	Media	Media baja	Baja	P-valor	
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
<b>Edad (media ± DE)</b>	-		40.30(9.22)	40.82(10.20)	38(4.58)	41(0)	0.965	-		40.54(10.08)	40.60(9.15)	43(16.46)	41(0)	0.935					
<b>Estado civil</b>							0.507												
Soltera	-	-	14 36.84	24 63.16	0 0.00	0 0.00		-	-	23 60.53	15 39.47	0 0.00	0 0.00						
Conviviente	-	-	9 32.14	18 64.29	0 0.00	1 3.57		-	-	9 32.14	16 57.14	2 7.14	1 3.57						
Casada	-	-	12 33.33	21 58.33	3 8.33	0 0.00		-	-	17 47.22	18 50.00	1 2.78	0 0.00						
Viuda	-	-	0 0.00	1 100.00	0 0.00	0 0.00		-	-	1 100.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00						
Divorciada	-	-	1 14.29	6 85.71	0 0.00	0 0.00		-	-	5 71.43	2 28.57	0 0.00	0 0.00						
<b>Grado de instrucción</b>							0.546												0.147
Primaria	-	-	1 25.00	3 75.00	0 0.00	0 0.00		-	-	0 0.00	4 100.00	0 0.00	0 0.00						
Secundaria	-	-	9 32.14	16 57.14	2 7.14	1 3.57		-	-	13 46.43	14 50.00	0 0.00	1 3.57						
Técnico	-	-	8 25.81	22 70.97	1 3.23	0 0.00		-	-	15 48.39	16 51.61	0 0.00	0 0.00						
Superior	-	-	18 38.30	29 61.70	0 0.00	0 0.00		-	-	27 57.45	17 36.17	3 6.38	0 0.00						
<b>Distrito en el que vive</b>							0.284												0.603
Puente Piedra	-	-	16 32.00	33 66.00	0 0.00	1 2.00		-	-	25 50.00	22 44.00	2 4.00	1 2.00						
Ancón	-	-	20 33.33	37 61.67	3 5.00	0 0.00		-	-	30 50.00	29 48.33	1 1.67	0 0.00						
<b>Número de hijos</b>							0.726												0.480
De 1 a 2	-	-	24 31.17	51 66.23	1 1.30	1 1.30		-	-	40 51.95	33 42.86	3 3.90	1 1.30						
De 3 a 4	-	-	10 35.71	16 57.14	2 7.14	0 0.00		-	-	11 39.29	17 60.71	0 0.00	0 0.00						
De 5 a más	-	-	2 40.00	3 60.00	0 0.00	0 0.00		-	-	4 80.00	1 20.00	0 0.00	0 0.00						

<b>Ocupación</b>									0.238									0.206		
Ama de casa	-	-	10	29.41	21	61.76	2	5.88	1	2.94	-	-	13	38.24	19	55.88	1	2.94	1	2.94
Trabaja fuera de casa	-	-	26	34.21	49	64.47	1	1.32	0	0.00	-	-	42	55.26	32	42.11	2	2.63	0	0.00
<b>Tipo de vivienda</b>									0.268									0.284		
Material noble	-	-	29	33.72	55	63.95	1	1.16	1	1.16	-	-	46	53.49	36	41.86	3	3.49	1	1.16
Madera, triplay o derivados	-	-	7	29.17	15	62.50	2	8.33	0	0.00	-	-	9	37.50	15	62.50	0	0.00	0	0.00
<b>Tiempo en Unicas</b>									0.475									0.400		
6 meses	-	-	10	31.25	20	62.50	2	6.25	0	0.00	-	-	14	43.75	16	50.00	2	6.25	0	0.00
1 año a más	-	-	26	33.33	50	64.10	1	1.28	1	1.28	-	-	41	52.56	35	44.87	1	1.28	1	1.28
<b>Integra un programa social del Estado</b>									0.262									0.975		
Vaso de leche	-	-	4	44.44	4	44.44	1	11.11	0	0.00	-	-	4	44.44	5	55.56	0	0.00	0	0.00
Comedor popular	-	-	1	8.33	11	91.67	0	0.00	0	0.00	-	-	6	50.00	6	50.00	0	0.00	0	0.00
Otro programa del Estado	-	-	31	34.83	55	61.80	2	2.25	1	1.12	-	-	45	50.56	40	44.94	3	3.37	1	1.12

Continuación de la tabla 3

	Resiliencia								P-valor	
	Sentirse bien solo									
	Alta		Media alta		Media		Media baja			Baja
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
<b>Edad (media ± DE)</b>	-		40.43(10.22)		41.37(8.69)		41(0)		30(0)	0.323
<b>Estado civil</b>										0.247
Soltera			32	84.21	6	15.79	0	0.00	0	0.00
Conviviente	-	-	15	53.57	11	39.29	1	3.57	1	3.57
Casada	-	-	20	55.56	16	44.44	0	0.00	0	0.00
Viuda	-	-	1	100.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00
Divorciada	-	-	5	71.43	2	28.57	0	0.00	0	0.00
<b>Grado de instrucción</b>	-	-								0.382
Primaria			2	50.00	2	50.00	0	0.00	0	0.00
Secundaria	-	-	15	53.57	12	42.86	1	3.57	0	0.00
Técnico	-	-	20	64.52	10	32.26	0	0.00	1	3.23
Superior	-	-	36	76.60	11	23.40	0	0.00	0	0.00
<b>Distrito en el que vive</b>	-	-								0.204
Puente Piedra			36	72.00	12	24.00	1	2.00	1	2.00
Ancón	-	-	37	61.67	23	38.33	0	0.00	0	0.00
<b>Número de hijos</b>	-	-								0.114
De 1 a 2			55	71.43	20	55.97	1	1.30	1	1.30
De 3 a 4	-	-	13	46.43	15	53.57	0	0.00	0	0.00
De 5 a más	-	-	5	100.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00
<b>Ocupación</b>	-	-								0.439
Ama de casa			22	64.71	11	32.35	1	2.94	0	0.00
Trabaja fuera de casa	-	-	51	67.11	24	31.58	0	0.00	1	1.32
<b>Tipo de vivienda</b>	-	-								0.816
Material noble			58	67.44	26	30.23	1	1.16	1	1.16
Madera, triplay o derivados	-	-	15	62.50	9	37.50	0	0.00	0	0.00
<b>Tiempo en Unicas</b>	-	-								0.710
6 meses			20	62.50	12	37.50	0	0.00	0	0.00
1 año a más	-	-	53	67.95	23	29.49	1	1.28	1	1.28
<b>Integra un programa social del Estado</b>	-	-								0.966
Vaso de leche			7	77.78	2	22.22	0	0.00	0	0.00
Comedor popular	-	-	7	58.33	5	41.67	0	0.00	0	0.00
Otro programa del Estado	-	-	59	66.29	28	31.46	1	1.12	1	1.12

Fuente: Elaboración propia.

## **CAPÍTULO V. DISCUSIÓN**

### **5.1. Discusión**

En el estudio, se encontró que la población de mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, miembros de la organización Unicas, obtuvieron una resiliencia alta, sobresaliendo la dimensión ecuanimidad a diferencia de las otras dimensiones. Así mismo, no se encontró asociación significativa entre los factores sociodemográficos y la resiliencia.

Las mujeres de la investigación, pertenecientes a dos distritos del cono norte de Lima y miembros de la organización Unicas, alcanzaron niveles altos de resiliencia. Esto podría deberse a que, como identifica Quispe et al. (2017), la edad genera diferencia significativa en la resiliencia; es decir, a mayor edad, se adquiere mayor capacidad para enfrentarse a las adversidades. Así mismo, Peña (2009) refirió que las mujeres pueden ser mejor resilientes que los varones debido a que tienen una mayor competencia social. Ello puede deberse a que las féminas logran adaptarse socioemocionalmente más rápido en comparación con los varones (Zegarra y Cuba, 2017). Por su parte, Gonzales et al. (2013) refieren que la resiliencia varía de edad en edad. Por ello, se infiere que, mientras mayor sea la persona, mayor es su capacidad de enfrentarse a las dificultades, salir victorioso y aprender de lo vivido: cuanto más edad se cumpla, se tendrá mejor consolidada la capacidad de resiliencia.

Así mismo, en la investigación realizada con las integrantes de la organización Unicas, no se encontró asociación significativa entre los factores sociodemográficos y la resiliencia con sus dimensiones. Ello difiere con Shen y Zeng (2010), quienes plantean que ser mujer y tener mayor edad favorece a tener mayor resiliencia (citado por Margarita et al., 2012). Considerando que dicho estudio fue realizado con población asiática, se infiere que dichos resultados podrían deberse al sesgo étnico - cultural y sociopolítico. Por su parte, Quispe et al. (2017) mencionan que algunas variables se asocian con el comportamiento resiliente. Por su lado, Gonzales et al. (2015) refieren que la resiliencia es cambiante en diversas poblaciones y edades. Así mismo, se debe tener en cuenta que, en la infancia, se posee mayoritariamente factores protectores internos, y que en la adolescencia y adultez se posee mayores factores protectores externos. Por tanto, se infiere que, conforme se adquiere experiencia de vida, se da la posibilidad de aprender de las vivencias, ser más reflexivo y tolerar mejor las relaciones. Sin embargo, desde el presente estudio, se evidencia que los factores sociodemográficos utilizados no determinan la resiliencia de la población estudiada.

Se rescata, como fortaleza, haber realizado un censo. Esto permitió evaluar a la totalidad de las mujeres adultas que integraban el programa Unicas. Ello permite inferir dichos resultados a similares poblaciones. Por otro lado, una de las limitaciones evidentes fue realizar las encuestas en tiempos de pandemia y no encontrar trabajos realizados con las mismas variables en una población de mujeres adultas que se encuentren entre las edades de 30 a 65 años.

### **5.2. Conclusiones**

Las mujeres evaluadas fueron la totalidad de la organización Unicas (Unión de Crédito y Ahorro Solidario). La mayoría tiene más de un año de pertenencia a la organización y han podido recibir formación humana y económica. Por ello, cuentan con solvencia económica, lo cual les brinda seguridad para enfrentarse a las adversidades de la vida.

Asimismo, las mujeres adultas integran mejor sus habilidades, actitudes, fortalezas y debilidades. De ese modo, se logra un equilibrio integral a través del trabajo, la familia

y su capacidad de adaptación al medio en el que viven. A partir del reconocimiento de sus reacciones emocionales y la de los demás, se autoafirman y alimentan su resiliencia.

El estudio no logró evidencias de asociación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos propuestos con la resiliencia y sus dimensiones en las integrantes de la organización Unicas, ubicadas en dos distritos del cono norte de Lima.

Por último, las mujeres madres solteras con más de un año en el programa Unicas que reciben ingresos económicos mayor o igual al sueldo mínimo, tienen menos de dos hijos, y han logrado estudios superiores, manifiestan una mayor facilidad para reconocer sus sentimientos, expresar con asertividad y empatía sus emociones y pensamientos. Por ende, presentan una alta capacidad de resiliencia frente a las dificultades en las cuales viven, resaltando que viven en zonas de muchas carencias con ciertas limitaciones a los servicios básicos y oportunidades laborales.

### **5.3. Recomendaciones**

Fortalecer la organización Unicas, debido a que es vista como factor protector por ser fuente de apoyo económico y afecto, en donde se propicia la comunicación, la autoestima y la capacidad de aprender de los conflictos. Eso se puede realizar a través de las siguientes acciones:

- Desarrollar programas de capacitación sobre el trabajo en equipo y la actualización de los medios de comunicación para sentirse cercanas y comunicadas, los medios a implementar serían tanto presenciales como virtuales (WhatsApp, Meet, Zoom, etc.).
- Promover talleres donde se brinde herramientas para el autoconocimiento, la aceptación de sí mismas y la importancia de la resiliencia para la solución de conflictos.
- Fomentar, en las mujeres de la organización, la importancia de proponer iniciativas para el crecimiento del grupo, de su persona y su familia.
- Suscitar la programación de tres reuniones al mes para desarrollar otro tipo de actividades y no limitarse a revisar y evaluar los ingresos - egresos económicos.

Buscar organizaciones públicas y/o privadas para replicar la organización Unicas, ya que se evidencia el autofuncionamiento y autosostenimiento. Asimismo, plantearlo como una oportunidad para las mujeres, ya que, desde el acompañamiento a la organización, se busca empoderarlas y convertirlas en personas independientes económicamente.

Contactar a las mujeres que viven en situación de riesgo y/o vulnerabilidad para que, a través de un diálogo con las autoridades locales, puedan acceder a programas de ayuda social que les permita acceder a información de cómo desarrollar sus capacidades y habilidades a nivel personal, social y académico.

Trabajar con grupos de mujeres adolescentes y jóvenes para desarrollar actitudes y habilidades de cómo enfrentar los conflictos y lograr una mejor estabilidad emocional, económica y de relación. Para ello, se podría captar y promover espacios de compartir experiencias de las mujeres adultas pertenecientes a la organización Unicas a las mujeres jóvenes.

A las futuras investigaciones, se sugiere considerar los diversos factores sociodemográficos, sobre todo los factores que influyen en la formación de la resiliencia, así como los factores étnico – culturales. De ese modo, se podrá alcanzar a una visión global de la relación que se pueda establecer.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Psicología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146.
- Begazo, L. y Rodrigo, E. (2019). *Relación de los estilos de Apego con la Resiliencia en mujeres víctimas de violencia conyugal*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.
- Bustos, V., Oliver, A. y Galiana, L. (2015). Validación del Autoconcepto Forma 5 en Universitarios Peruanos: Una Herramienta para la Psicología Positiva. *Psicología Reflexiva y Crítica*, 28(4), 690-697.
- Carrera, D., López, C., Meza, F. y Tapia, P. (2013). *Resiliencia en el adulto mayor*. Tesis de licenciatura. Universidad de Ciencias de la Informática - UCINF.
- Castillo, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M. y Barboza, M. (2016). Validez y confiabilidad de resiliencia en una muestra de estudiantes y adultos de la Ciudad de Lima. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 5(1), 121-136.
- Castro, T., Cortina, C., Martín, T. y Pardo, I. (2011). Maternidad sin matrimonio en América latina: Análisis comparativo a partir de datos censales. *Notas de Población*, 93, 37-76.
- Cepal. (Comisión Económica para América Latina y el Caribe). (2019a). *La autonomía de las mujeres en escenarios económicos cambiantes*. Prensa.
- Fínez, M., Morán, C. y Urchaga, J. (2019). Resiliencia psicológica a través de la edad y el sexo. *Infad. Revista de Psicología*, 1(3), 85-93.
- Gable, S. y Haidt, J. (2005). ¿Qué (y por qué) es la psicología positiva? *Revisión de Psicología General*, 9(2), 103-110.
- Gómez, M. (2019). *Estandarización de la escala de Resiliencia de Wagnild y Young en universidad de Lima metropolitana*. Tesis de licenciatura. Universidad Ricardo Palma.
- González, N., López, A. y Valdez, J. (2015). *Resiliencia. Diferencias por edad en hombres y mujeres mexicanos*. UNAM. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3589/358942803005>.
- Goñi, E., Fernández, A. y Infantes, G. (2012). El autoconcepto personal: diferencias asociadas a la edad y al sexo. *Aula Abierta*, 40(1), 39-50.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. 6.ª ed. Edamsa Impresiones.
- Hernández, R y Liranzo, P. (2013). Las diosas sometidas: Autoconcepto en mujeres de grupos vulnerables. Encuentros afectivos-participativos y sus efectos en el self. *Ciencia y Sociedad*, 38(4), 659-690.

- Lévano, M. (2018). *Resiliencia laboral en los trabajadores de una Institución Educativa del distrito de San Miguel*. Tesis de licenciatura. Universidad Inca Garcilazo de la Vega.
- Linley, A., Joseph, A., Harrington, S. y Wood, A. (2006). Positive psychology: Past, present and future. *The Journal of Positive Psychology*, 1(1), 3-16.
- López, M. (2009). La psicología humanista. *Psicología.com*, 13(1).
- Lupano, M. y Castro, A. (2010). Psicología Positiva: Análisis desde su surgimiento. *Ciencias Psicológicas*, 4(1), 43-56.
- Margarita, J. y Vinaccia, S. (2012). Resiliencia y características sociodemográficas en enfermos crónicos. *Psicología desde el Caribe*, 23(1), 87-104.
- Naranjo, M. (2006). El autoconcepto positivo, un objetivo de la orientación y la educación. *Actualidades Investigativas en Educación*, 6(1), 1-30.
- Phumzile, N. (2019). *El progreso de las mujeres en el mundo 2019-2020*. AGS Custom Graphics.
- Peña, N. (2009). *Fuentes de resiliencia en estudiantes de Lima y Arequipa*. Liberabit, 15, 59-64.
- Pinkola, C. (1998). *Mujeres que corren con los lobos*. Ediciones B.
- Pompa, L. y Salazar, K. (2020). *Clima social familiar y resiliencia en adolescentes mujeres de una institución educativa pública de la ciudad de Cajamarca*. Tesis de licenciatura. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.
- Portilla, E. (2013). *Los comedores populares en Lima como espacios de negociación*. Tesis de magister. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Quispe, V. y Vera, L. (2017). *Diferencias en la resiliencia según factores sociodemográficos en estudiantes de 8 a 12 años de zonas marginales de los distritos de Cerro Colorado y Cayma – Arequipa*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional de San Agustín.
- Riveros, E. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ajayu*, 12(2), 135-186.
- Salazar, E. (2015). *Niveles de Resiliencia en mujeres de etnia Quiché y etnia Ladina sobrevivientes al conflicto armado interno de la aldea las Vigas, Chinique Las Flores, el Quiché*. Tesis de licenciatura. Universidad Rafael Landívar.
- Schaab, M. (2014). *Compra compulsiva y autoconcepto en mujeres adultas medias*. Tesis de Licenciatura. Universidad Católica Argentina.
- Vaquero, E. (2013). *Estudio sobre la resiliencia y las competencias digitales de los jóvenes adolescentes en situación de riesgo de exclusión social*. Tesis de doctorado. Universidad de Lleida.
- Vara, A. (2008). *Una guía efectiva para obtener el Grado de Maestro y no desistir en el intento*. Tomo I. El Proyecto de Tesis. Tesis de maestría. Universidad de San Martín de Porres.

- Villegas, M. (1986). La psicología humanista: historia, concepto y método. *Anuario de Psicología*, 34(1), 7-45
- Wagnild, G. y Young, H. (1993). *Escala de Resiliencia (ER)*. Ediciones Libro Amigo.
- Yurivilca, R. (2019). *Estudio sobre las fuentes de la resiliencia en un grupo de mujeres migrantes emprendedoras del Emporio de Gamarra*. Tesis de licenciatura. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas
- Zegarra, C. y Cuba, M. (2017). Frecuencia de adicción a Internet y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de una zona urbana de Lima. *Revista Biomédica Medwave*, 17(1), 6857. <https://doi.org/10.5867/medwave.2017.01.6857>
- Zayas, A., Gómez, R., Guil, R., Guil, P. y Jiménez, E. (2018). Relación entre la Resiliencia y la Satisfacción con la vida en una muestra de mujeres con cáncer de mama. *Infad. Revista de Psicología*, 3(1), 2603-5987.

## ANEXOS

### ANEXO 1

**Tabla de operacionalización de la variable factores sociodemográficos**

VARIABLE	NOMBRE	NATURALEZA	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍA
<b>Factores Sociodemográficos</b>	Edad	Cuantitativa Discreta	Razón	A partir de 30 años hasta 65 años
	Estado Civil	Cualitativa Politómica	Ordinal	a. Soltera b. Conviviente c. Casada d. Viuda e. Divorciada
	Grado de Instrucción	Cualitativa Politómica	Ordinal	a. Primaria b. Secundaria c. Técnico d. Superior
	Distrito en el que vive	Cualitativa Dicotómica	Nominal	a. Puente Piedra b. Ancón
	N.º de hijos	Cualitativa Politómica	Nominal	a. De 1 a 2 b. De 3 a 4 c. De 4 a más
	Ocupación	Cualitativa Dicotómica	Nominal	a. Ama de casa b. Trabaja fuera de casa
	Tipo de vivienda	Cualitativa Dicotómica	Nominal	a. Material noble (ladrillo y derivados). b. Madera, triplay o materiales similares.
	Tiempo en Unicas	Cuantitativa Discreta	Razón	a. 6 meses b. 1 año a más
	Integra algún programa social del Estado	Cualitativa Politómica	Nominal	a. Vaso de leche b. Comedor popular c. Otro programa del Estado

## ANEXO 2

**Tabla de operacionalización de la variable resiliencia (factores)**

VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	DIMENSIONES / FACTORES	ÍTEMS	CATEGORÍAS	INDICADORES
Resiliencia	Cualitativa Politómica Ordinal	Satisfacción Personal	16, 21, 22 y 25	Alto	De 29 a 31 o más
				Media alta	De 25 a 28
				Media	De 18 a 24
				Media baja	De 14 a 17
				Baja	De 11 a 13
		Ecuanimidad	7, 8, 11 y 12	Alto	De 16 a 28 o más
				Media alta	De 23 a 25
				Media	De 17 a 22
				Media baja	De 14 a 16
		Sentirse bien solo	3, 5 y 19	Alto	De 23 a 25 o más
				Media alta	De 19 a 22
				Media	De 12 a 18
				Media baja	De 9 a 11
		Confianza en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24	Alto	De 54 a 60 o más
				Media alta	De 46 a 53
				Media	De 28 a 45
				Media baja	De 20 a 27
		Perseverancia	1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23	Alto	De 50 a 55 o más
				Media alta	De 45 a 49
				Media	De 32 a 44
Media baja	De 27 a 31				
				Baja	De 21 a 26

**Tabla de operacionalización de la variable resiliencia (puntaje global)**

VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	CATEGORÍAS	INDICADORES
Resiliencia	Cualitativa Politómica Ordinal	Alta	De 158 a 175
		Media alta	De 151 a 157
		Media	De 141 a 150
		Media baja	De 128 a 140
		Baja	De 25 a 127

### ANEXO 3

#### CUESTIONARIO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG (Versión traducida final)

**Instrucciones:** A continuación, encontrará 25 frases. Lea cuidadosamente cada una y marque un número, según el valor que usted le otorgue. Considere que 1 es en total desacuerdo y 7 es un máximo de acuerdo.

N.º	ÍTEMS	En Desacuerdo				De Acuerdo			
		1	2	3	4	5	6	7	
1	Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7	
2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7	
3	Dependo más de mí mismo(a) que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7	
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7	
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7	
7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7	
8	Soy amigo (a) de mí mismo (a).	1	2	3	4	5	6	7	
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7	
10	Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7	
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7	
12	Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7	
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7	
14	Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7	
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	
16	Por lo general encuentro algo de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7	
17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7	
18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7	
19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7	
20	Algunas veces me obligo hacer cosas, aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7	
21	Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7	
22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7	
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7	
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7	
25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7	

**POR FAVOR, COMPRUEBE QUE HA  
CONTESTADO TODAS LAS FRASES**

## ANEXO 4

### Ficha de datos sociodemográficos

1. ¿Qué edad tiene?  
\_\_\_\_\_
2. ¿Cuál es su estado civil?  
a. Soltera \_\_\_\_ d. Conviviente \_\_\_\_ c. Casada \_\_\_\_ d. Viuda \_\_\_\_ e. Divorciada \_\_\_\_
3. ¿Cuál es su grado de instrucción?  
a. Primaria \_\_\_\_ b. Secundaria \_\_\_\_ c. Técnico \_\_\_\_ d. Superior \_\_\_\_
4. ¿En qué distrito vive?  
a. Puente Piedra \_\_\_\_ b. Ancón \_\_\_\_
5. ¿Cuántos hijos tiene? (Si usted no tiene hijos puede dejar la respuesta en blanco).  
a. De 1 a 2 \_\_\_\_ b. De 3 a 4 \_\_\_\_ c. De 4 a más \_\_\_\_
6. ¿A qué se dedica usted?  
a. Ama de casa \_\_\_\_ b. Trabaja fuera de casa \_\_\_\_
7. ¿Cuál es tu tipo de vivienda?  
a. Material noble (ladrillo y derivados) \_\_\_\_ b. Madera, triplay o materiales similares \_\_\_\_
8. ¿Cuánto tiempo viene participando en Unicas?  
a. 6 meses \_\_\_\_ b. 1 año a más \_\_\_\_
9. ¿Participa actualmente en algún programa social del Estado?  
a. Vaso de leche \_\_\_\_ b. Comedor popular \_\_\_\_ c. Otro programa del Estado \_\_\_\_

## ANEXO 5

### Consentimiento informado

El propósito de esta información es ayudarle a tomar la decisión de participar o no en una investigación científica dirigida por Tania Eliana Mejía Quiñones, estudiante de la carrera de Psicología de la Universidad Católica Sedes Sapientiae.

El objetivo de esta investigación es determinar si hay relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia, la cual se entiende como la capacidad de las personas para recuperarse, salir adelante y dar una respuesta positiva a las adversidades. Se busca realizar este estudio en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima.

Si usted acepta participar, deberá responder de manera individual los cuestionarios adjuntos, el cual le tomará, aproximadamente, unos 30 minutos. Estas preguntas tratan temas relacionados a sus estudios, hábitos, conductas y formas de ver la vida.

Es importante que usted sepa que su participación, en esta investigación, es completamente anónima para el investigador, y sus datos personales o lo que usted responda no será conocido por nadie. Sus respuestas no quedan asociadas a su nombre. Toda la información que usted entregue será usada exclusivamente para los propósitos de esta investigación.

Los resultados obtenidos serán publicados en revistas académicas o libros y podrían ser presentados en conferencias; sin embargo, la identidad de los participantes no será revelada.

Su participación en esta investigación es completamente voluntaria. Usted tiene derecho a no aceptar participar o a retirar su consentimiento de participación en el momento que lo estime conveniente, sin mediar explicación y sin consecuencia para usted.

Si tiene preguntas acerca de esta investigación, puede llamar al investigador responsable. Esta investigación ha sido revisada y aprobada por el Departamento de Investigación y el Comité Ético de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica Sede Sapientiae. Si usted tiene alguna duda, pregunta o reclamo, o si considera que sus derechos no han sido respetados, puede contactar al mail: [depinvsalud@ucss.edu.pe](mailto:depinvsalud@ucss.edu.pe)

**A continuación, coloque su nombre e interés en participar o no en esta investigación.**

Yo, \_\_\_\_\_

**Nota: si usted responde que sí, se pide que empiece a llenar los cuestionarios adjuntos y se entiende que ha consentido participar en la investigación.**

Sí, acepto participar \_\_\_\_\_

No, no acepto participar \_\_\_\_\_

ANEXO 6

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables e Indicadores	Población y Muestra	Alcance y Diseño
<p><b><u>Problema general:</u></b> ¿Existe relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima?</p> <p><b><u>Problemas específicos:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>¿Cuáles son los niveles de los factores sociodemográficos en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima?</li> <li>¿Cuáles son los niveles de resiliencia en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima?</li> </ol>	<p><b><u>Objetivo general:</u></b> Determinar si hay relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.</p> <p><b><u>Objetivos específicos:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Describir los niveles de los factores sociodemográficos en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.</li> <li>Describir los niveles de resiliencia en las mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.</li> </ol>	<p><b><u>Hipótesis nula:</u></b> No existe relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.</p> <p><b><u>Hipótesis alterna:</u></b> Existe relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima, 2020.</p>	<p><b><u>V1: Factores Sociodemográficos</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Edad</li> <li>- Estado civil</li> <li>- Grado de instrucción</li> <li>- Distrito en el que vive</li> <li>- Número de hijos</li> <li>- Ocupación</li> <li>- Tipo de vivienda</li> <li>- Tiempo en UNICAS</li> <li>- Integra algún programa social del Estado</li> </ul> <p><b><u>V2: Resiliencia</u></b></p> <p>Naturaleza:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cualitativa</li> <li>- Politémica</li> <li>- Ordinal</li> </ul> <p>Escala de medición:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipo Likert</li> </ul>	<p><b><u>Población:</u></b> 110 mujeres adultas, madres de familia de 30 a 65 años, integrantes de una organización económica denominada Unicas (Unión de Crédito y Ahorro Solidario).</p> <p><b><u>Muestra:</u></b> A través de un censo que considerará a la totalidad de las mujeres evaluadas, no es necesario emplear la muestra ni el muestreo.</p> <p><b><u>Criterios de inclusión:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mujeres madres de familia que pertenecen a una organización denominada Unicas.</li> <li>- Miembros que firmen el consentimiento informado.</li> </ul>	<p><b><u>Diseño:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- No experimental de corte transversal</li> </ul> <p><b><u>Alcance:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Correlacional</li> </ul>

			<p>Categorías:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alta</li><li>- Media alta</li><li>- Media</li><li>- Media baja</li><li>- Baja</li></ul>	<p>- Mujeres entre las edades de 30 a 65 años.</p> <p><b><u>Criterios de exclusión:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alguna mujer que no asista el día de la evaluación.</li><li>- Alguna mujer que no desee participar del estudio.</li></ul>	
--	--	--	--	---	--

## ANEXO 7

### Solicitud para acceder a la organización Unicas

“Año de la Universalización de la Salud”.

**Solicito:** Acceder a las reuniones de la Organización Unicas para desarrollar una Investigación.

**Hna. María Alcázar Muñoz**  
**Directora ejecutiva de la**  
**Asociación Ayne Perú-Trinitarias**  
**Solidaridad y Desarrollo**

Yo, Tania Eliana Mejía Quiñones, identificada con DNI N.º 44127103, con código universitario N.º 2014200156, domiciliada en av. Buenos Aires n.º 500, con teléfono 967678391, ante usted con el debido respeto me presento y expongo:

Que, debido a que estoy cursando los últimos ciclos de la carrera de psicología en la Universidad Católica Sede Sapientiae, siendo necesario realizar una investigación con carácter de tesis, y después de evaluar diversos campos de trabajo, creo pertinente realizar mi estudio en la organización Unicas (Unión de Crédito y Ahorro Solidario), la cual usted promueve. Dicho estudio busca determinar si hay relación entre los factores sociodemográficos y la resiliencia en mujeres adultas de dos distritos del cono norte de Lima. Por ello, para recabar información, me será necesario trabajar en los dos distritos. En cuanto a la recolección de información, se convocará a grupos pequeños entre 8 y 10 personas cuidando los protocolos pertinentes debido a la emergencia sanitaria por la Covid-19.

Por tal motivo, solicito tener el acceso a las reuniones de Unicas y poder plantear el propósito de mi investigación. Asimismo, adjunto la matriz de consistencia de mi proyecto de investigación para que usted y su equipo lo evalúen.

Ruego a usted acceda a lo solicitado.

Lima, 2 de setiembre de 2020

---

Mejía Quiñones, Tania Eliana