



Género y resiliencia en estudiantes de Psicología: Un estudio post-confinamiento por COVID-19

Gender and resilience in Psychology Students: A post-confinement study due to COVID-19

Artículo de investigación

AUTOR:

Dr.C. Alina de las Mercedes Campos Puentes¹

Correo: alinacampos5d@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5535-3039>

Universidad Privada San Juan Bautista. Perú.

Recibido	Aprobado	Publicado
23 de marzo de 2025	7 de abril de 2025	10 de mayo de 2025

Resumen

El confinamiento por Covid-19 ha resultado negativo para la salud mental de la población mundial; en estudiantes universitarios, además afectó el cambio de estilo de aprendizaje presencial al virtual. El objetivo: Conocer la relación existente entre género y resiliencia en estudiantes de Psicología; con el fin de diseñar estrategias de intervención psicoeducativas para promover/prevenir su salud mental. Estudio cuantitativo transversal, de corte inferencial correlacional, mediante muestreo intencional por conveniencia. Participaron 1069 estudiantes de Psicología, de la Universidad Privada San Juan Bautista, en Lima, 77% (n=823) mujeres, 23% (n=246) hombres; edades entre

¹ Dra. en Psicología. Docente Titular en la Universidad Privada San Juan Bautista. Grupo de investigación HUM-878: Desarrollo humano e intervención socioeducativa. Departamento de Psicología. Universidad de Almería, España.





16 a 67 años (\bar{X} =20.96, DS= 4,6). Utilizamos SPSSv26 para análisis de estadística descriptiva y comparaciones. Instrumentos utilizados: Cuestionario de datos sociodemográficos (ad hoc), Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 1993). Resultados: 1) Competencia Personal: existe diferencia significativa entre hombres y mujeres. 2) En las mujeres se evidencia mayor frecuencia de niveles Bajos de Competencia Personal, mientras que los hombres muestran mayor frecuencia de niveles muy altos. Conclusiones: El género de los estudiantes de Psicología, influye directamente en los niveles de Competencia Personal, dimensión de la Resiliencia, siendo significativo que en las mujeres sea mayor la frecuencia de niveles bajos de Competencia Personal, que en los hombres.

Palabras clave: Estudiantes de Psicología; Género; Resiliencia; Post-confinamiento por Covid-19.

Abstract

The confinement caused by Covid-19 has been a negative impact for the mental health of the world's population; in university students, also affected the change of style from in person to virtual. Objective: To know the relationship between gender and resilience in Psychology students; with the purpose of design psychoeducational intervention strategies to promote/prevent their mental health. A transversal quantitative study was carried out, by an inferential correlational, by a convenience intentional simple. In the study 1069 Psychology students participated, of the Private University San Juan Bautista, in Lima, 77% (n=823) women, 23% (n=246), men: ages between 16 to 67 years (\bar{X} = 20.96, DS= 4,6). We used SPSSv26 for descriptive statistics analysis and comparisons. Means Used: Sociodemographic data questionnaire (ad hoc) and Resilience scale (Wagnild & Young, 1993). Results:1) Personal Competence: There is a significant difference between men and women. 2) In women is evidenced a greater frequency of low levels of Personal Competence, while men show greater frequency of very high levels. Conclusions: The gender of Psychology students directly influences the levels of personal competence, dimension of





Resilience. It is significant that the frequency of low levels of Personal Competence is higher in women than in men

Keywords: Psychology Students; Gender; Resilience; Post-confinement caused by Covid-19.

INTRODUCCIÓN

El confinamiento por Covid-19 ha resultado negativo para la salud mental de la población mundial; y los estudiantes universitarios que durante su formación son vulnerables por las exigencias que requiere esta etapa, no han quedado exentos, se ha evidenciado el impacto negativo en la educación superior (Son, Hegde, Smith, Wang & Sasangohar, 2020), incluso la adaptación de cambio de estilo de aprendizaje presencial al virtual, no en pocas ocasiones ha provocado situaciones estresantes, en el contexto universitario.

En esa misma línea, existen estudios que han demostrado que el confinamiento por Covid-19 disminuyó los hábitos de buena nutrición, actividad física y la calidad del sueño de los estudiantes universitarios (Intelangelo, Molina, Bevacqua, Mendoza, Guzmán-Guzmán & Jerez-Mayorga, 2022); así como, los factores sociales, económicos y relacionados con la convivencia influyeron en la salud autopercebida, siendo las mujeres quienes manifestaron una peor salud percibida (López-Contrera, López-Jiménez, Horna-Campos, Mazzei, Anigstein & Jacques-Aviño, 2022).

La situación provocada por la pandemia de Covid-19 ha mostrado la necesidad de atender la salud mental de los estudiantes universitarios (Auerbach, Mortier, Bruffaerts, Alonso, Benjet, Cuijpers,





et al.2018), de ahí la importancia de promover la resiliencia individual como capacidad interna que permite solucionar situaciones problemáticas imprevistas.

La American Psychological Association (APA) define la resiliencia como un proceso de recuperación de experiencias difíciles y de adaptación ante la adversidad, el trauma, la tragedia, amenazas o fuentes importantes de estrés (APA, 2011).

Diferentes investigaciones realizadas en estudiantes universitarios han demostrado que con frecuencia la mayoría de ellos poseen elevados niveles de resiliencia (Caldera, Aceves & Reynoso, 2016); Córdova-León, Flores-Vargas, Gómez-Vargas & Peña-Soto, 2024); y se ha evidenciado que un 92% de ellos, tiene como componente principal de la resiliencia, la dimensión perseverancia (Vega & Villegas, 2022).

Otros autores en cuanto a la relación de la resiliencia y el género, han planteado que los estudiantes hombres muestran niveles más elevados de resiliencia que las mujeres (Abiola & Udofia, 2011; Fínez & Morán, 2015; Gómez, Delgado, Martínez, Ortiz & Avilés, 2021; Rangel, Soto, Aguirre, Jiménez, Miguel, Mondaca & Nájera, 2019). Sin embargo, también existen resultados que no reportan diferencias en los niveles de resiliencia entre hombres y mujeres (Wagnild, 2009).

El género es uno de los determinantes estructurales de la salud, de ahí que no sea equivalente para mujeres y hombres (Mies, 2022), de esta manera se diferencia entre género gramatical y semántico, en cuanto a su referencia al sexo biológico (RAE, 2020), que se relaciona con el semántico (López





Medel, 2021). El género es también determinante para la salud mental, prevaleciendo en mayor medida la mala salud mental en las mujeres de todas las edades y grupos sociales (Bacigalupe, Cabezas, Baza & Martín, 2020).

Es fundamental dedicar esfuerzos a la prevención y el tratamiento de problemas psicológicos en entorno universitario (Fernández-Rodríguez, Serrato-Romero, Soriano-Moreno, Menéndez-Aller & Cuesta-Izquierdo, 2023), que permita fortalecer las habilidades socioemocionales y la resiliencia en la población femenina (Alva, Ruvalcaba, Orozco & Bravo, 2019) y minimizar las emociones desadaptativas que padecen los estudiantes universitarios (Martínez-Lorca, Zabala, Morales, Aguado & Martínez-Lorca, 2023).

Todo lo antes expuesto, nos muestra la necesidad de lograr un ambiente saludable en las Universidades. Nuestro estudio está orientado a los estudiantes de Psicología, por el compromiso que hemos adquirido en la formación de la nueva generación de psicólogos, los cuales deben ser capaces de desempeñar la profesión en sus diferentes áreas de acción, y a su vez, mantener los índices adecuados de su salud mental. El objetivo del presente estudio es conocer la relación existente entre género y resiliencia en estudiantes de Psicología. Todo ello, con el fin de diseñar estrategias de intervención psicoeducativas para promover/prevenir la salud mental, de esa población.

DESARROLLO





La muestra poblacional ha estado compuesta por 1069 estudiantes de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista (UPSJB) en Lima, Perú; de ellos, el 77% (n=823) mujeres y el 23% (n=246) hombres; las edades comprendidas entre 16 a 67 años ($\bar{X} = 20.96$, $DS = 4,6$); pertenecientes a los ciclos de estudio 1º al 9º, de las sedes / filiales situadas en Chorrillo, San Borja, Ica y Chincha. Los criterios de inclusión fueron: 1) ser estudiante de Psicología en la UPSJB; 2) Desempeñar su actividad estudiantil en las sedes/filial San Borja, Chorrillo, Ica o Chincha.

Se realizó un estudio cuantitativo transversal, de corte inferencial correlacional, mediante muestreo intencional por conveniencia. Los instrumentos de medición utilizados fueron: 1) Cuestionario de datos sociodemográficos, actividad estudiantil y efectos del Covid-19 (ad hoc), consta de 10 preguntas abiertas y cerradas. 2) Escala de Resiliencia (Wagnild & Young, 1993), consta de 25 ítems, que puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es desacuerdo y 7 muy de acuerdo, la puntuación estará en un rango de 25 a 175. De ahí que, en la medida que el puntaje sea mayor, indicará un mayor nivel de resiliencia. Esta escala se desarrolla a través de dos factores: la Competencia Personal (17 ítems) y la Aceptación de uno mismo (8 ítems), ambas representan cinco dimensiones de la resiliencia: Satisfacción personal (4 ítems), Sentirse bien solo (3 ítems), Confianza en sí mismo (7 ítems), Perseverancia (7 ítems). Es un instrumento de medición válido y fiable, utilizado con frecuencia en estudios de adolescentes y adultos. En nuestro estudio, nos referiremos a la Resiliencia en general y a sus dos factores: Competencia Personal y Aceptación de uno mismo. En un estudio anterior, con muestra de participantes peruanos, esta escala demostró ser





confiable de acuerdo con el alfa de Cronbach: Perseverancia ($\alpha = 0.91$); Confianza en sí mismo ($\alpha = 0.94$), Ecuanimidad ($\alpha = 0.69$); Satisfacción personal ($\alpha = 0.86$); Sentirse bien solo ($\alpha = 0.81$); y en general, Resiliencia ($\alpha = 0.94$). También existe una versión peruana para estudiantes universitarios de la Escala de Resiliencia (Gómez, 2019).

Este estudio forma parte de un proyecto de investigación aprobado por el Comité de Ética UPSJB, en Lima; se solicitó autorización a la Dirección de la Escuela de Psicología para la aplicación de la batería de pruebas, previo consentimiento informado, a realizar de forma simultánea en las aulas; los estudiantes de Psicología que participaron respondieron de forma voluntaria y anónima, a través de link Microsoft forms con Código QR. Hemos tomado en consideración los principios éticos enunciados en la Declaración de Helsinki y de acuerdo a la Ley Orgánica 3/2018 del 5 de diciembre, sobre la Protección de los Datos Personales.

El procesamiento de datos se realizó utilizando el programa SPSSv26, los estadísticos descriptivos para cada variable (media, mediana), dispersión (desviación típica), distribuciones de frecuencias; en los análisis de comparaciones se utilizó el χ^2 para comparar las variables sociodemográficas con las variables estudiadas, el coeficiente de contingencia para valorar el tamaño del efecto, se compararon las medias de los diferentes grupos de estudio con la prueba de t student, el análisis de varianza (ANOVA).





La Tabla 1 proporciona datos sobre los niveles de resiliencia general y sus factores—Competencia personal (F1) y Aceptación de uno mismo (F2)— desglosados por sexo, junto con pruebas estadísticas para evaluar la asociación entre estas variables.

Tabla 1. Niveles de resiliencia, en general y por factores, según sexo

Variables de comparación	Categoría	Est.	Niveles de resiliencia					Pruebas estadísticas
			Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy alto	
Resiliencia según sexo	Mujer	f	115	194	148	184	182	$X^2=7.376$; $p=.117$
		R.E.	-.3	1.1	.1	-.5	-.4	
	Hombre	f	38	39	43	64	62	
		R.E.	.5	-2.0	-.1	.9	.8	
F1 según sexo	Mujer	f	89	240	153	243	98	$X^2=1.638$; $p=.020$ V de Cramer .104
		R.E.	-.3	1.3	-.6	-.1	-.8	
	Hombre	f	30	47	55	74	40	
		R.E.	.5	-2.3	1.0	.1	1.5	
F2 según sexo	Mujer	f	118	212	178	126	189	$X^2=2.600$; $p=.627$
		R.E.	-.2	.6	-.3	.1	-.3	
	Hombre	f	38	52	59	36	61	
		R.E.	.4	-1.1	.6	-.2	.5	

Nota. - F1: factor Competencia personal; F2: factor Aceptación de si mismo; Est.: estadísticos; f: frecuencia; R.E.: X^2 : Valor de la distribución Chi cuadrado; p: significancia estadística basada en la probabilidad a nivel de .05; Phi y V de Cramer: valor para la interpretación del tamaño del efecto.

Para la resiliencia general, no se observa una asociación significativa entre los niveles de resiliencia y el sexo de los estudiantes de Psicología.

En cuanto a la dimensión de Competencia personal (F1), hay una asociación estadísticamente significativa por sexo, con un valor de p de .020, lo cual está por debajo del límite de .05. Los residuos tipificados (R.E.) muestran asociaciones notables en algunas categorías: para las mujeres,





el nivel bajo de competencia personal tiene un residuo tipificado de 1.3, y para los hombres, el nivel muy alto tiene un residuo de 1.5. Estos valores sugieren que las mujeres tienen una tendencia mayor de lo esperado a calificar en el nivel bajo de competencia personal, mientras que los hombres tienen una tendencia mayor de lo esperado a calificar en el nivel muy alto.

Para la dimensión de Aceptación de uno mismo (F2), no se encuentra una asociación significativa entre el sexo y los niveles de aceptación de uno mismo, dado que el valor de p es de .627.

La prueba de la V de Cramer para F1 muestra un valor de .104, lo que indica un tamaño de efecto pequeño. Esto sugiere que, aunque existe una asociación significativa entre la Competencia personal y el sexo, el impacto de esta asociación es limitado.

Nuestros hallazgos, coinciden con lo planteado por otros autores que indican que no hay diferencias significativas entre hombres y mujeres en términos de resiliencia general (Wagnild, 2009) y aceptación de uno mismo. Sin embargo, hay una diferencia significativa en la competencia personal, con mujeres mostrando una inclinación a puntuar más en el nivel bajo y hombres más en el nivel muy alto (Abiola & Udofia, 2011; Fínez & Morán, 2015; Gómez, Delgado, Martínez, Ortiz & Avilés, 2021; Rangel, Soto, Aguirre, Jiménez, Miguel, Mondaca & Nájera, 2019). No obstante, la significancia estadística, la magnitud de esta diferencia es pequeña.

Desde una perspectiva psicológica, estos resultados pueden sugerir la necesidad de enfocar los esfuerzos para mejorar la percepción de la competencia personal particularmente en mujeres y





promover la aceptación de uno mismo en ambos sexos, aunque los efectos globales de sexo en la resiliencia pueden ser considerados relativamente modestos.

Este resultado es importante para los enfoques de intervención y tratamiento psicológico en salud mental, donde las diferencias evidenciadas en la competencia personal de la resiliencia, según sexo, pueden requerir consideración y abordajes específicos.

Como limitación de este estudio podemos considerar que, al haber sido el procedimiento de muestreo a conveniencia, dirigido a los estudiantes de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista, en Lima, podría estar sesgado de alguna manera los datos, quizás hubiera resultado una mayor representación de las cifras de prevalencia de Resiliencia, y sus factores Competencia Personal y Aceptación de un mismo, de los estudiantes de haber incluido a estudiantes de Psicología de otras Universidades Privadas de Lima, Perú.

CONCLUSIONES

Los estudiantes de Psicología participantes en esta investigación, mostraron cómo se relaciona el género con la Resiliencia y sus dimensiones durante la etapa post-confinamiento por Covid-19, quedando como relevante lo siguiente: 1) El género influye directamente en los niveles de Competencia Personal, como uno de los factores de la Resiliencia. 2) Siendo significativo que, en las mujeres, sea mayor la frecuencia de niveles bajos de Competencia Personal, que en los hombres.

Con este estudio, podremos diseñar las estrategias de intervención psicoeducativas que se aplicarán en cada ciclo y sede/filial de la Escuela de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista





para mejorar la salud mental de los estudiantes y avanzar en el objetivo de que la Universidad sea un entorno saludable.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abiola, T. & Udofia, O. (2011). Psychometric assessment of the Wagnil and Young's resilience scale in Kano, Nigeria. *BMC Research Notes*, 4, 509 -509. <https://doi.org/10.1186/1756-0500-4-509>
- American Psychological Association. *El Camino a la Resiliencia* [The Road to Resilience] 2011. <http://www.apa.org/centrodeapoyo/resilienciacamino>
- Alva Castro, I., Ruvalcaba Romero, N.A., Orozco Solís, M.G. & Bravo Andade, H.R. (2019). Resiliencia y competencias socioemocionales como factor preventivo de ansiedad en mujeres mexicanas. *Revista Ansiedad y Estrés*, 25 (2), 59 – 65. DOI: [10.1016/j.anyes.2019.10.003](https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.10.003)
- Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijper, P. et al. (2018). WHO world mental health surveys international college student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 127 (7), 623-638. DOI: [10.1037/abn0000362](https://doi.org/10.1037/abn0000362).
- Bacigalupe, A., Cabezas, A., Baza Bueno, M. & Martín, U. (2020). El género como determinante de la salud mental y su medicalización. Informe SESPAS2020. *Gaceta Sanitaria*, 34 (1), 61-67. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.06.013>
- Caldera, J., Aceves, B. & Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 1(36), 227-239. <https://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>





- Córdova-León, K., Flores-Vargas, C., Gómez-Vargas, J., Peña-Soto, C. (2024). Resiliencia en estudiantes universitarios de ciencias de la salud chilenos en el contexto de la telesimulación. *FEM*, 27 (1), 13-19. DOI: [10.33588/fem.271.1318](https://doi.org/10.33588/fem.271.1318)
- Fernández-Rodríguez, C., Serrato-Romero, L.N., Soriano-Moreno, S., Menéndez-Aller, A. & Cuesta-Izquierdo, M. (2023). Problemas y Demandas de Tratamiento Psicológico del Alumnado Universitario en la Pospandemia. *Memoria Técnica. Centro Español de Derechos Reprográficos EGPDI*. N° de Registro: ofeHwv1r-2023-02-28T17:40:46.003
- Ferrer Pérez, C., Montagud Romero, S. & Blanco Gandía, M. (2023). Estresores y perfil de vulnerabilidad al estrés académico en estudiantes universitarios durante el confinamiento. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 129-140. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2023.n2.v1.2584>
- Gómez Chacaltana, M. A. (2019). Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnil & Young en universitarios de Lima Metropolitana. Lima Perú: Universidad Ricardo Palma. Disponible en: <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1921>
- Gómez Esquivel, D. A. Delgado Sánchez, U. Martínez Flores, F.G., Ortiz Rodríguez, M.A. & Avilés Reyes, R. (2021). Resiliencia, género y rendimiento académico en jóvenes universitarios del Estado de Morelos. *Revista ConCiencia*, 6(1), 36-51. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-1.3>
- Intelangelo, L., Molina Gutiérrez, N., Bevacqua, N., Mendoza, C., Guzmán-Guzmán, I.P. & Jerez-Mayorga, D. (2022). Efecto del confinamiento por Covid-19 sobre el estilo de vida en población





universitaria de Argentina: Evaluación de la actividad física, alimentación y sueño (Effect of Confinement by Covid-19 on the Lifestyle of the University Population of Argentina: E. *Retos*, 43, 274-282. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88461>

López-Contreras, N., López-Jiménez, T., Horna-Campos, O.J., Mazzei, M., Anigstein, M.S. & Jacques-Aviño, C. (2022). Impacto del confinamiento por la Covid-19 en la salud autopercebida en Chile según género. *Gaceta Sanitaria*, 36(6), 526-533. Epub 13 de marzo de 2023. <https://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2022.04.002>

López Medel, M. (2021). Traducción no sexista en la Unión Europea: recomendaciones, aplicación y propuesta de guía. *Tesis Doctorales. Universidad de Alicante*. URI: <https://hdl.handle.net/10045/118197>

Martínez-Lorca, M., Zabala Baños, M.C., Morales Calvo, S., Aguado Romo, R. & Martínez-Lorca, A. (2023). Salud mental, afecto y emociones en estudiantes universitarios españoles de Ciencias de la Salud y Ciencias Sociales (Mental Health, affect and emotions in Spanish university students of Health and Social Sciences). *Retos*, 49, 163-173. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.97652>.

Mies Vargas, C. (2022). El enero como determinante social de la salud y su impacto en el desarrollo sostenible. *UNIVERSITAS. Revista de Filosofía, Derecho y Política*, 41, 33-47. <https://doi.org/10.20318/universitas.2023.7412>





- Morales Rodríguez, F.M. & Morales Rodríguez, A.M. (2021). Diferencias en ansiedad en función el curso en universitarios. *Revista INFAD de Psicología International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (1), 303-308. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v1.2067>
- RAE. (2020b) Informe de la Real Academia Española sobre el lenguaje inclusivo y cuestiones conexas. Madrid: Real Academia Española. <http://nosotr.es/xqu>
- Rangel, Y., Soto, M.C., Aguirre, S.I., Jiménez, C., Miguel Conchas, M.C., Mondaca, F. & Nájera, R. J. (2019). Resiliencia percibida en estudiantes universitarios comparaciones por género. *European Scientific Journal*, 15(23). ISSN: 1857-7881 (Print) e – ISSN: 1857-7431.
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X. & Sasangohar, F. (2020). Effects of Covid-19 on college students´mental health in the United States: Interview survey study (Review). *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), e 21279. doi: [10.2196/21279](https://doi.org/10.2196/21279)
- Supé Landa, R.V. & Gavilanes Manzano, F.R. (2023). Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 2522. DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.774>
- Vega, L. E. & Villegas, L. (2022). Resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima, en el año 2021 [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada el Norte. <https://hdl.handle.net/11537/33284>.





Wagnild, G. M. & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1 (2), 165-177. PMID: 7850498.

Wagnild, G. (2009). A review of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 17(2), 105-113.
<https://doi.org/10.1891/1061-3749.17.2.105>

DECLARACIÓN DE CONFLICTO Y CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

La autora declara que este manuscrito es original y no se ha enviado a otra revista. La autora es responsable del contenido recogido en el artículo y en él no existen plagios ni conflictos de interés ni éticos.



Artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia Creative Commons.
Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional (CC BY-NC 4.0)