

**Universidad Católica de Santa María**

**Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades**

**Escuela Profesional de Psicología**



**“RESILIENCIA Y FELICIDAD EN EL PERSONAL ASISTENCIAL DEL  
HOSPITAL DE APLAO EN EL MARCO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19”**

Tesis presentada por los bachilleres:

**Sirvas Cano Kevin Alexander**

**Ballon Peralta Christian Joseph**

Para optar el Título Profesional de:

**Licenciado en Psicología**

Asesor:

**Mg. Puma Huacac Roger Freddy**

**Arequipa-Perú**

**2021**

UCSM-ERP

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA**

**PSICOLOGIA**

**TITULACIÓN CON TESIS**

**DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR**

Arequipa, 16 de Agosto del 2021

**Dictamen: 003236-C-EPSIC-2021**

Visto el borrador del expediente 003236, presentado por:

**2010223811 - SIRVAS CANO KEVIN ALEXANDER**

**2015247621 - BALLON PERALTA CHRISTIAN JOSEPH**

Titulado:

**RESILIENCIA Y FELICIDAD EN EL PERSONAL ASISTENCIAL DEL HOSPITAL DE APLAO EN EL  
MARCO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19**

Nuestro dictamen es:

**APROBADO**

**1785 - GUZMAN GAMERO RUFINO RAUL LIZANDRO  
DICTAMINADOR**



**1903 - DELGADO PALO ROCIO SARA  
DICTAMINADOR**



**2505 - LOAYZA MONZON ELEANA GREGORIA  
DICTAMINADOR**



### *Dedicatoria*

*Primeramente, dirigir nuestras mejores intenciones y voluntades de estudio a nuestros forjadores de alto conocimiento que año a año, fuimos formando para crear a partir de ello, mejor conocimiento de bien, llegando a una aspiración de verdadera ciencia cierta; a nuestros docentes universitarios, con su fuerte esmero por buscar concentrar mejores aprendizajes en nuestro cada día.*



## ***Agradecimientos***

*Gracias a Dios por permitirme tener y disfrutar de mi familia, llegar a este punto de esta tesis significa que años de estudio, preocupaciones, felicidad, llantos, desveladas, etc., por fin tienen una pausa, ya que uno no deja de aprender en toda esta vida profesional.*

*Quiero empezar agradeciendo el infinito amor y paciencia de mis padres, ya que ellos son mi mayor motivación; la preocupación y el acompañamiento de mi madre por todos estos años de estudio no tiene precio, a pesar de que sus trabajos nos mantenían lejos, nunca sentí el vacío por parte de ellos, desde su posición con sus mensajes y llamadas me hacían sentirlos a mi lado, nunca me voy a cansar de agradecer todo el sacrificio y esfuerzo de mis padres, que hicieron de todo para lograr la culminación de mi vida universitaria, los amo con todo mi corazón.*

*También quiero agradecer a mi hermana porque ella fue parte de todo este esfuerzo y sacrificio, con su ejemplo y su experiencia, me ayudaba a poder lidiar con la carga emocional que uno genera como universitario, definitivamente esto no se hubiera podido lograr sin su ayuda, te quiero Teffy.*

*Quiero agradecer a mis primas Marjorie y Alysson y mi tía Frida, por su ayuda incondicional en mi etapa personal y universitaria, ellas definitivamente le dieron gracia a todo esto, las quiero un montón.*

*Como penúltimo párrafo también agradecer a mis amigos, ya que también ellos son parte de todo este esfuerzo, sobre todo a un gran amigo cuyo nombre es Juan Carlos Gonzales Cuentas.*

*Y por último y no menos importante me quiero agradecerme a mí, porque teniendo toda la ayuda desinteresada de mi familia y amigos, no hubiera podido lograr nada si no hubiese puesto de mi parte.*

*Un abrazo a todos, los quiero mucho y siempre voy a estar eternamente agradecido.*

***Kevin Alexander Sirvas Cano***

## *Agradecimientos*

*A mi alma mater, mi preciada Universidad a la cual me muestro inmensamente agradecido, por todos y cada uno de mis conocimientos impartidos a lo largo de mi formación como futuro profesional, ciencias y distintas corrientes impartidas que me forjaban una más asertiva compostura científica en mi sabiduría por la psicología. A cada uno de mis docentes universitarios; que cada instante de mi formación académica buscaban más allá de compartir sus estudios, compartir sus mejores vivencias y experiencias en casuísticas psicológicas que fortificaban más aún mis habilidades y destrezas como futuro profesional. A su vez a mis asesores de tesis, que orientaban en diferentes sentidos la remodelación de mis exploraciones dadas en mencionada investigación, por una mejor definición en cada parte y transcurso de su desarrollo investigativo. Y así mismo, a mi madre querida, que tanto cariño y esfuerzo me brinda en cada momento de mi próspera formación, sin desampararme en sus virtudes y valores que pretende cada día inculcarme, buscando yo sea un medio de cambio, apoyo y ayuda para el pueblo de nuestra gente, y nuestra nación.*

***Christian Joseph Ballón Peralta***

## Resumen

El presente estudio tuvo por finalidad conocer el grado de relación entre las variables de Resiliencia y Felicidad en el marco de la pandemia del COVID-19, el tipo de estudio fue descriptivo correlacional, la muestra se constituyó con 97 participantes que estuvo conformada por el personal asistencial y administrativo del Hospital de Aplao, pertenecientes a la Región de Arequipa, para el procesamiento de los datos se utilizó la estadística descriptiva y la prueba estadística de Rho de Spearman. En los resultados se obtuvo  $p: 0.000$  y  $Rho: 0.513$ , confirmándonos una correlación significativa entre ambas variables, es decir que a niveles altos de resiliencia le corresponden mayores niveles de felicidad y que la mayor parte de los participantes presentan niveles adecuados de resiliencia y felicidad, referido a las dimensiones de la resiliencia que más sobresalieron, fueron el sentirse bien solo y la perseverancia, en las dimensiones de la variable felicidad sobresalieron el sentido positivo de la vida, realización personal y satisfacción con la vida.

**Palabras clave:** Personal en Salud, Resiliencia, Felicidad, Pandemia por Covid-19.

**Abstract**

The purpose of this study was to know the degree of relationship between the variables of Resilience and Happiness in the framework of the COVID-19 pandemic, the type of study was descriptive and correlational, the sample consisted of 97 participants that was made up of staff. Descriptive statistics and the Spearman Rho statistical test were used for data processing in the Aplao Hospital, belonging to the Arequipa Region. The results obtained p: 0.000 and Rho: 0.513, confirming a significant correlation between both variables, that is to say that higher levels of resilience correspond to higher levels of happiness and that most of the participants present adequate levels of resilience and happiness, referring to the dimensions of resilience that stood out the most, were feeling good alone and perseverance, in the dimensions of the variable happiness, the positive meaning of life, personal fulfillment and satisfaction with life stood out.

**Key words:** Health Personnel, Resilience, Happiness, Covid-19 pandemic.

## Índice

Agradecimientos	
Resumen	
Abstract	
Índice	
Capítulo I: Problema y Marco Teórico	1
Introducción	1
Pregunta de Investigación	3
Definición Operacional de las Variables	3
Objetivos: Objetivo General y Específicos	4
Antecedentes teórico-investigativos	5
Resiliencia	5
Pilares de la Resiliencia	8
Desarrollo de la Resiliencia	12
Resiliencia y Personal Asistencial.	13
Felicidad	17
Dimensiones de la Felicidad	20
Felicidad y Salud	21
Felicidad y Resiliencia	22
Hipótesis	23
<b>Capítulo II. Método</b>	<b>24</b>
Instrumentos	24
Participantes	29
Procedimiento	30
Análisis de datos	31
<b>Capítulo III.</b>	<b>32</b>
Resultados	33
Discusión	43
Conclusiones	49
Sugerencias	50
Limitaciones	51
Referencias	52
Anexos	57

## Índice de tablas

Tabla 1 Análisis descriptivo de la Resiliencia.	33
Tabla 2 Análisis descriptivo de las dimensiones de la Resiliencia.	34
Tabla 3 Análisis descriptivo de la Felicidad.	35
Tabla 4 Análisis descriptivo de las dimensiones de la Felicidad.	36
Tabla 5 Correlación entre la resiliencia y las dimensiones de felicidad.	37
Tabla 6 Correlación entre la felicidad y las dimensiones de resiliencia.	39
Tabla 7 Correlación entre resiliencia y de felicidad.	41

## Índice de Figuras

Figura 1. Diagrama de puntos entre la resiliencia y felicidad.

42



## Capítulo I

### Problema y Marco Teórico

#### Introducción

La COVID-19 es una infección ocasionada por el coronavirus, enfermedad originada y consecuente desarrollo en Wuhan en China por diciembre del 2019 (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021).

Esta enfermedad que conlleva a múltiples afectaciones a la salud, con sintomatología leve hasta afectaciones graves llegando e incluso a comprometer la vida. Esta Pandemia además de comprometer la vida de las personas, conlleva a afectaciones psicológicas en las personas que padecen la enfermedad generando afectaciones a su salud mental alterando la sensación de bienestar, por lo contrario, ocasionando malestar en la persona y en el entorno más cercano.

El personal de salud, se presenta en el curso y tratamiento de la enfermedad, actor principal en el restablecimiento de las personas afectadas por esta pandemia, al igual que los pacientes que padecen de esta enfermedad, el personal asistencial es vulnerable a padecer estados emocionales como los trastornos de ansiedad, depresión, estrés y trastornos por somatización ocasionados por la pandemia del Covid 19 y el entorno laboral. (Aguilar, 2020)

En el afrontamiento a la situación presentada en el contexto hospitalario y el manejo de estos estados emocionales, se presentan como elementos indispensables las actitudes

resilientes relacionadas al bienestar conllevando a un mejor afrontamiento de las adversidades (Salgado, 2009).

Es importante conocer la presencia de las actitudes resilientes y el estado de bienestar o felicidad en los trabajadores asistenciales para poder predecir un mejor afrontamiento a las adversidades presentadas ocasionadas por la pandemia, el entorno hospitalario cargado de situaciones estresantes generando desgaste físico, agotamiento emocional, desrealización relacionada al rendimiento laboral y el crecimiento personal, el manejo de la enfermedad de los pacientes con el posible contagio al realizar los procedimientos, por otro lado, tenemos la lejanía de las familias, en especial las personas de primer grado de consanguineidad, las situaciones familiares propias de cada trabajador asistencial, el cambio en las relaciones y vínculos sociales, frente a este contexto adverso, la resiliencia se constituye como un factor predictor de adaptabilidad y protección emocional frente a las situaciones presentadas conllevando un mejor estado de bienestar o felicidad. (Zager, Kavcic y Avsec, 2021)

De la misma forma el poder conocer las deficiencias presentadas en torno a las actitudes y habilidades resilientes, los estados de felicidad y las valoraciones internas como la autoestima y el autoconcepto, nos permitirán predecir la vulnerabilidad del personal asistencial frente a las adversidades que se presentan en la actualidad y en un futuro las que se puedan generar para luego preparar estrategias de intervención en el desarrollo y potenciación de factores resilientes y estados de bienestar.

## **Pregunta de Investigación**

¿Cuál será la relación entre resiliencia y la felicidad en personal asistencial del Hospital de Aplao de la Red de Salud Castilla-Condesuyos-La Unión en el marco de la pandemia del COVID – 19 de la Región de Arequipa?

## **Definición Operacional de las Variables**

### ***Variable 1: Resiliencia***

Wagnild y Young (1993), definen la resiliencia como una de las particularidades en la conformación de la personalidad la misma que regula los efectos nocivos del estrés promoviendo que las personas se adapten y afronten situaciones abrumadoras, adaptándose y restableciendo el equilibrio en sus vidas, por consiguiente, evitan los efectos negativos del estrés.

Esta variable será operacionalizada con la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993); con niveles de Resiliencia Alta, Media y Baja.

### ***Variable 2: Felicidad***

Alarcón (2009), la considera como el estado de satisfacción o bienestar, la misma que se presenta como duradera o temporal, pudiendo mantenerse como también desvanecerse, esta sensación es experimentada de manera subjetiva por el ser humano producido por un objeto o bien deseado.

Esta variable se operacionalizará con la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón (2009); que evalúa las dimensiones: sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida, realización personal y alegría de vivir, de la misma forma se le atribuyen las varianzas entre los niveles de muy feliz, feliz, poco feliz y nada feliz.

## **Objetivos**

### ***Objetivo General***

Conocer la relación entre resiliencia y la felicidad del personal asistencial del Hospital de Aplao de la Red de Salud Castilla-Condesuyos-La Unión en el marco de la pandemia del COVID – 19 de la Región de Arequipa

### ***Objetivos Específicos***

- Señalar los niveles de resiliencia y felicidad del personal asistencial del Hospital de Aplao de la Red de Salud Castilla-Condesuyos-La Unión en el marco de la pandemia del COVID – 19 de la Región de Arequipa.
- Precisar las dimensiones de la resiliencia y Felicidad del personal asistencial del Hospital de Aplao de la Red de Salud Castilla-Condesuyos-La Unión en el marco de la pandemia del COVID – 19 de la Región de Arequipa.
- Determinar las relaciones entre las dimensiones de la resiliencia y las dimensiones de la felicidad del personal asistencial del Hospital de Aplao de la Red de Salud Castilla-Condesuyos-La Unión en el marco de la pandemia del COVID – 19 de la Región de Arequipa.

## **Antecedentes teórico-investigativos**

### ***Resiliencia***

El concepto de resiliencia se presenta como un elemento muy importante en este contexto, donde la utilidad que se da a este término, se ve reflejado en los diferentes ámbitos donde interactúan las personas en diferentes ciclos de vida, presentándose desde niños, adolescentes, adultos y adultos mayores. La resiliencia se presenta como una estrategia de afrontamiento cognitivo y emocional frente a la pandemia del COVID-19. Todos los profesionales tanto de la salud como los de las primeras líneas que transitan entre el miedo, la incertidumbre y la afectación a su salud muestran un contexto que en momentos parece difícil de superar.

En esta línea se ha escrito mucho últimamente sobre la resiliencia. Palabra que deviene de las ciencias físicas y que denota la capacidad de la materia, en recobrar su forma original después de haber estado bajo presión o sometimiento por factores externos e incluso internos. Aplicado a las ciencias sociales, podemos referirnos a que las personas presentan determinadas capacidades en resurgir de eventos traumáticos de diferentes formas, sin presentar consecuencias nocivas ni afectaciones a su equilibrio emocional. El abordaje de esta temática, nos lleva también a poder conocer aspectos relevantes y que se relacionan con este constructo, como el reconocimiento de personas significativas, las interacciones positivas como los afectos y admiración, así como el humor, el reconocimiento de las capacidades de valía entre otros.

Un aspecto muy importante y que se da en estos tiempos, se presenta como un aspecto recurrente e importante, nos referimos a la resiliencia, como la capacidad de las personas en presentar y recuperar el bienestar frente a las adversidades (Ryff, 2014).

La palabra resiliencia nos alude a que las personas presentan cierto tipo de resistencia emocional, describiendo a las mismas como seres portadores de coraje y que muestran cierto grado de adaptación a las adversidades de la vida. El desarrollo de este constructo la vemos desde el campo de la psiquiatría, en la línea psicoanalítica, definiéndola como la capacidad del individuo en cambiar, controlar y dirigir el ego en dependencia a las situaciones demandantes del contexto, esto implica un mejor manejo como también la poca flexibilidad o fragilidad del ego que conllevaría a la incapacidad en responder a las exigencias o situaciones cambiantes del medio ambiente, así como también la dificultad en poder sobreponerse de los eventos o situaciones traumáticas. (Wagnild y Young, 1993)

La resiliencia, la vemos como un término adaptado a las ciencias sociales, para definir a las personas que a pesar de vivir en situaciones de vulnerabilidad y de riesgos mayores frente a los problemas psicosociales de un contexto, de desenvuelvan y conducen psicológicamente equilibrados en sus emociones conduciéndose de esta forma hacia el éxito. Este término caracteriza a un conjunto de procesos internos y externos en función a la sociedad posibilitando que la persona tenga una vida sana en un contexto insano. Estas caracterizaciones se desarrollan en el transcurso de la vida donde existe una combinación asertiva entre el niño, la familia, su entorno social y cultural. De esta forma no se puede considerar que los seres humanos nacen con estos factores resilientes o que se adquieran durante su desarrollo evolutivo, se trata de un proceso que implica una interacción

constante entre los elementos señalados durante determinados momentos de la vida de la persona. (Rutter, 1985)

La persona resiliente es considerado como aquella que es capaz de adaptarse a situaciones trágicas, traumáticas, adversas y a situaciones cargadas de estrés. Esta capacidad de adaptación es modificable y que mejora mediante la oportuna y debida intervención, en esta capacidad que presentan las personas, no solamente se consideran los factores personales, sino que también se involucra al apoyo social como una fuente de soporte en la adaptación a la tragedia, los traumas, adversidades y presiones estresantes del medio. (Maekawa, Souda, Oyakawa, Tanaka, y Yamasaki, 2017)

Cyrułnik (2007), define a la resiliencia como la capacidad que presenta la persona frente a las consecuencias nocivas de las adversidades, el manejarla y superarla, saliendo fortalecidos de la situación, otro aspecto que considera es, que, en el momento adverso dado, como la situación traumática, la persona presentará en lo posterior sus características resilientes, en muchos casos no es una reacción inmediata, e incluso se presenta en un tiempo muy distante de la situación traumática. La resiliencia es también considerada como un resorte que sin embargo puede que demore en rebotar, convirtiendo a la situación adversa en un resorte que impulsará a las personas a ir más lejos en función a la superación de los problemas y el éxito. Al igual que su significado referido a la resiliencia, la debilidad se vuelve fuerte y la pobreza logra enriquecerse.

Para la Organización Mundial de Salud (OMS, 1998), las personas resilientes, son aquellas que al estar en medio de una situación adversa o estar expuestas a un conjunto de situaciones de riesgo, presentan la capacidad de hacer uso de factores protectores cuya finalidad es el de sobreponerse al contexto adverso, creciendo y sobreponiéndose

adecuadamente, consiguiendo en lo posterior, madurar y ser adultos competentes y pronósticos favorables. La capacidad resiliente, no es estática, por el contrario, se la considera como dinámica por los cambios que se pueden dar a lo largo del tiempo y de las circunstancias. La resiliencia es, además, la conjunción de factores protectores, de riesgo y características de la personalidad.

Por último, vemos que la psicología positiva considera a los aspectos negativos de las situaciones adversas como factores que fortalecen a las personas generando la oportunidad de crecer y de presentar un estado de bienestar, esta apreciación se muestra en contraste a las anteriores concepciones referidas a que la psicología se enfoca más en las consecuencias negativas, sufrimiento, malestar y efectos nocivos de las situaciones en las personas. Los estudios referidos a la resiliencia, se dirigen a tres aspectos fundamentales: a) el adecuado funcionamiento en tiempo de adversidad, b) el retorno a un funcionamiento equilibrado o normal después de un evento traumático y c) la adaptación a las nuevas situaciones después de las situaciones adversas. (Corral, 2012)

### **Pilares de la Resiliencia**

Suarez Ojeda (citado por Rodríguez, 2009), nos presenta como aspectos protectores que se encuentran en todas las personas: a) la introspección, referida al acto que realizan las personas al cuestionarse y brindarse una franca respuesta. b) Independencia, que es la capacidad de establecer límites para sí mismo y su entorno. Este aspecto le permite a la persona poder mantener distancia respecto a sus emociones sin llegar al aislamiento. c) Una buena capacidad de relación con su entorno, poder mantener buenos vínculos y lazos con su entorno, donde se muestran los vínculos afectivos en ambas direcciones. d) Humor, es la capacidad de descubrir una comedia, de forma figurativa, frente a la tragedia, encontrar

algo de humor a la adversidad. e) Creatividad, referida a la forma de crear, ordenar y encontrar belleza a partir de la adversidad, la crisis o el desorden. e) Moralidad, que permite a las personas afianzar y desarrollar sus valores.

Kokliarenco, (1996, citado por Rodríguez, 2009), nos aporta en la definición de los mecanismos protectores como aquellos que protegen y generan la posibilidad de que las personas reaccionen de forma resiliente conformados por factores protectores familiares y ambientales y que además estos no puedan presentarse de forma ajena a un contexto por la misma razón de que se dan interacciones con su entorno convirtiéndose de esta forma en un mecanismo dinámico. Las características personales, familiares y los mecanismos protectores se presentan en una constante interrelación y dinámica. Los vínculos parentales se muestran determinantes por la generación a través de una buena relación de seguridad y afecto. (Rodríguez, 2009)

Wagnild y Young (1993), nos presentan a la resiliencia como un componente con aspectos positivos dentro de la personalidad, la misma que permite resistir y tolerar las presiones y obstáculos. Sobre estas afirmaciones es que se crea la escala de la resiliencia, la misma que contempla dos aspectos muy importantes:

- a) El de la Competencia Personal que nos indican la confianza, independencia, decisión, ingenio y perseverancia.
- b) La denominada: Aceptación de uno mismo y de la vida que implican aspectos como la adaptación, equilibrio, flexibilidad y una proyección de vida estable que conlleva a aceptar la vida y vivir en un sentimiento de plena armonía a pesar de las circunstancias adversas.

Wagnild y Young (1993), nos presentan las siguientes características de la persona resiliente:

- Ecuanimidad, entendida como el estado de equilibrio y tranquilidad no se altera o perjudica frente a las experiencias negativas que alteran un estado armonioso y de calma, estas personas conciben las situaciones negativas con calma y armonía frente a las situaciones adversas. (Wagnild y Young, 1993)
- Perseverancia, cuando una persona practica la disciplina interna junto a la constancia e insistencia en la consecución de un fin a pesar de las situaciones adversas, negativas o desalentadoras que se presentan, aquí se observa a la persona con un gran deseo de seguir luchando. (Wagnild y Young, 1993)
- Confianza en sí mismo, referida a la capacidad que presenta una persona en creer en uno mismo, es decir, creer en las fortalezas, capacidades o virtudes que cada persona percibe que posee y donde hace uso para salir adelante, esta capacidad también hace reconocer a la persona, las deficiencias o limitaciones que presenta, esto, con la finalidad de poder cambiar o mejorar ese aspecto negativo en su personalidad. (Wagnild y Young, 1993)
- Satisfacción personal, nos hace referencia a la tranquilidad que la persona manifiesta y el estado de bienestar frente a la consecución de logros o metas trazadas con anterioridad, estos estados emocionales se presentan después de la obtención de los resultados esperados. (Wagnild y Young, 1993)
- Sentirse bien solo. Indica que la persona presenta un estado y sentido de libertad, cuando llega a comprender el sentido de la vida como una forma de vivir única,

donde comparte experiencias y vivencias en una forma individual y particular de sentir emociones y experiencias. (Wagnild y Young, 1993)

### **Factores Protectores**

Según nos refiere la OMS (1998), los factores protectores son condiciones que llevan a generar espacios positivos en el desarrollo individual y grupal, conllevando en muchas de las situaciones, a disminuir las consecuencias de las situaciones adversas o desagradables. Consideran además la conformación de factores protectores internos y externos, los primeros referidos al condicionamiento del medio en la reducción de la posibilidad del daño, consideramos dentro de ellos a la familia, el entorno social y laboral, dentro de los factores internos, tenemos a la propia estima, percepción de seguridad y confianza, habilidades comunicacionales y empáticas. (OMS, 1998)

En un estudio realizado por Lozano, Canosa, Fernández y Martínez (2020), observaron el impacto del COVID-19 y el confinamiento entre estudiantes universitarios, en este estudio se pudo conocer que la satisfacción con la vida, resiliencia y el capital social, se presentan de diferente manera frente a la actual coyuntura, muy relacionados a los cambios sociales frente a la crisis, así como es el abordaje y manejo de las crisis y catástrofes, viendo además el papel de la resiliencia y la importancia que tiene. Por otro lado, se ven los nuevos diseños y la importancia de la resiliencia en la formación de personas a través de programas educativos enmarcados en sus planes curriculares, se consideran aspectos como la reflexión, comprensión de uno mismo, el fortalecimiento del

auto concepto, percepción de la autoeficacia como factores que mejoran las características resilientes de las personas. (Lozano, Canosa, Fernández y Martínez, 2020)

### **Tipos de Resiliencia**

Ruesgra y Carrasquero (2010), Comparan la resiliencia con sistemas biológicos de nuestro organismo, denominándolo como Modelo Biométrico. Donde conjetura el sistema inmunológico con la resiliencia y haciendo uso de la conciliencia, es decir, la unión de varios conocimientos para formar una sola apreciación, la biología a través de las ciencias biomédicas en especial el sistema inmunológico y la psicología positiva, considerando los efectos de la resiliencia por sobre las adversidades y la inmunidad como la defensa frente agentes extraños y no verse atentado por enfermedades. Dentro de este modelo se considera a la resiliencia y la inmunidad como naturales o adquiridas. a) Inmunidad innata o natural que protege al organismo cuando entra en contacto con el mundo externo. Resiliencia innata, cuando las personas desde los primeros meses de vida se muestran resiste frente las adversidades del mundo. b) Resiliencia e inmunidad adquirida, referida a la memoria celular del sistema inmunológico, cuando frente a la presencia de un agente externo desarrolla defensas frente al objeto extraño, similar acción se da en la psicología de la resiliencia, cuando los individuos adquieren resistencia frente a las situaciones adversas en el transcurso de sus vidas.

### **Desarrollo de la Resiliencia**

La resiliencia se desarrolla en varias áreas, consideramos las fortalezas personales y redes de soporte social, donde se ven los vínculos afectivos que tienen mayor significancia para el ser humano, vemos también el desarrollo de la autoestima, ser creativo, humor, el

desarrollo de una ideología que permite ver al sufrimiento como una oportunidad y darle un sentido, la capacidad de dar soluciones a los problemas presentados como producto de la adversidad. El desarrollo de actitudes esperanzadoras como las expectativas reales de las personas y principalmente el realizar acciones que permitan tener resultados exitosos que incrementan la percepción de autoeficacia en la persona. (Fiorentino, 2008)

### **Resiliencia y Personal Asistencial.**

Los sistemas de salud en nuestro contexto, se presentan como determinantes en estos tiempos por la gran complejidad en la atención que se brindan a los pacientes, en el día a día se presentan adversidades que van desde componentes físicos como la fatiga generada por las jornadas y el trabajo desarrollado, la sobredemanda de los familiares de pacientes, insuficiente personal y el riesgo de contagio, constituyéndose de esta forma, como importantes los estudios de resiliencia y ver como el personal asistencial afronta estas adversidades. (Ruesga y Carrasquero, 2010)

Otro estudio desarrollado por los mismos autores del tipo descriptivo – correlacional, diseño no experimental y de corte transversal entre las variables fatiga y resiliencia de treinta y ocho médicos internistas de hospitales públicos del tipo IV del estado de Zulia, tuvo por objetivo conocer la relación existente entre las variables señaladas, llegando a concluir que existe una relación significativa con dirección inversa entre la fatiga moderada y la resiliencia. (Ruesga y Carrasquero, 2010)

Para el personal de enfermería, los factores resilientes, se constituyen como una nueva forma de afrontar la realidad, de esta manera mejora las estrategias de afrontamiento, enfocado en re direccionar y movilizar las fortalezas de las personas, el entorno y las redes

de soporte social. Esto implica que el personal de enfermería, tenga una nueva forma de percibir la realidad basada en los factores resilientes y de esta forma mejorar las estrategias de intervención mejorando sus acciones preventivas y generando cambios adecuados en el estilo de vida. (Cortés, 2010)

### **Resiliencia y COVID – 19**

Martínez (2020), refiere que esta pandemia del COVID-19, ha generado en las personas, que pongan a prueba su capacidad de adaptación al miedo y la duda, la forma de respuesta a las perturbaciones y la forma de cómo se recuperan, además de la capacidad de respuesta de los servicios sanitarios, el acceso a los sistemas de atención, sin dejar de considerar los factores estresantes. Los trabajadores asistenciales como los del Hospital Universitario Tres Cruces, consideraban planes de actuación frente a la pandemia que implicaban los recursos humanos y materiales, planes de contingencia y considerando como un factor determinante dentro de los recursos humanos a la resiliencia, recurso personal presente en la mayoría de los profesionales que permitió una mejor adaptación al entorno.

Coulombe et al. (2020), presenta un estudio donde buscó conocer como primer objetivo la relación de diferentes factores como la incertidumbre financiera y laboral, inseguridad personal, la confianza en la persona, la vulnerabilidad frente a los contagios por el virus, relacionados o asociados a la salud mental y el bienestar. Como segundo objetivo conocer la relación de los factores resilientes con los resultados de la salud mental y el bienestar y, por último, el conocer si la resiliencia se comporta como amortiguador frente a los impactos negativos y factores de riesgo de la pandemia por COVID-19. Para este estudio se conformó una muestra de 1122 participantes residentes de nacionalidad canadiense. Los resultados generales de estas relaciones conllevaron a confirmar la relación

significativa de los factores de riesgo a excepción del distanciamiento social con la salud mental y el bienestar y que cada factor o dimensión de la resiliencia se relacionó significativa y positivamente con la salud mental y el bienestar mental o subjetivo.

### **Resiliencia frente al confinamiento por COVID 19**

En nuestro país tenemos la investigación titulada nivel de resiliencia frente al confinamiento en estudiantes del tercero de secundaria de una institución educativa privada de Huancayo, este estudio tuvo por objetivo conocer el nivel de resiliencia frente al confinamiento, este estudio fue de enfoque cuantitativo, del tipo descriptivo, la conformación de su muestra estuvo constituida por 68 alumnos, para la obtención de los resultados se realizaron las mediciones con la escala de resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados a las que se llegó fueron que el 52.9 % presentaron un nivel bajo, el 36.8% un nivel medio y el 10.3 % un nivel alto en resiliencia frente al confinamiento. (Dela Cruz y Ortiz, 2020)

### **Relación entre resiliencia y salud mental**

En nuestra ciudad, la investigación titulada: Resiliencia y Salud Mental realizada por los internos de Medicina del Hospital Regional Honorio Delgado Espinoza, tuvo por objetivo el conocer la relación existente entre estas variables, la muestra estuvo constituida por 105 estudiantes de medicina del último año de estudios que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión del estudio, se realizaron encuestas donde se aplicaron la escala de resiliencia de Wagnild y Young y el cuestionario de Salud Mental de Goldberg. Los resultados a las cuales se llegaron pudieron determinar la existencia del nivel moderado de

resiliencia y que al 97.1 % de los internos de medicina, no se les considera como casos probables de afectaciones a su salud mental y también se pudo comprobar una correlación altamente significativa entre la resiliencia y salud mental. (Ccapa, 2020)

El estudio titulado: La resiliencia importa, pudo determinar la importancia de la asociación entre personalidad y el desempeño psicológico durante la pandemia del COVID-19. Este estudio busco conocer los mecanismos de la personalidad predictores de funcionamiento psicológico durante la pandemia en función al bienestar subjetivo y el estrés. La muestra estuvo conformada por 2,722 personas de nacionalidad eslovena y las edades fluctuantes de entre 18 y 82 años, los instrumentos utilizados fueron la escala de resiliencia de Connor-Davison, el inventario de los Cinco Grandes y la escala de estrés percibido. Los resultados obtenidos llegaron a concluir que la resiliencia se correlaciona parcialmente con los Cinco Grandes de la personalidad, es de resaltar el resultado significativo que tuvo la dimensión del neocriticismo con el funcionamiento psicológico menos adaptativo y una resiliencia disminuida. (Zager, Kavcic y Avsec,2021)

El estudio titulado: “Resiliencia para la promoción de la salud en el COVID-19 crisis en España”, este estudio buscó conocer la relación entre los aspectos sanitarios, contexto social y el factor psicológico como la resiliencia durante la pandemia dela COVID-19 en una muestra española, este estudio fue cuantitativo y transversal, la muestra estuvo conformada por 3,436 personas de nacionalidad española. Los resultados obtenidos llevaron a concluir que existen factores valoradas como de riesgo sanitario, social y psicológico que inciden en la vulnerabilidad de las personas, además de considerar a la resiliencia como un aspecto importante en la intervención dirigida a reducir la vulnerabilidad presentada, de esta manera los factores resilientes se constituyen como

importantes en el afrontamiento de situaciones adversas, así como el incremento del bienestar emocional en la sociedad. (Dorado, Pérez, Rodríguez y Gallardo, 2021)

Por último, vemos en un estudio realizado por Delgado (2020), titulado: “Resiliencia en jóvenes españoles ante la cuarentena por la COVID-19”, donde buscó conocer las consecuencias negativas del confinamiento en el bienestar subjetivo y la relación entre los diferentes factores resilientes y el bienestar subjetivo durante el tiempo de confinamiento, además consideró estudios preliminares, donde corroboró la adaptación de las personas a situaciones adversas e incluso se dieron cambios psicológicos positivos frente a la adversidad. el estudio realizado, llegó a confirmar la correlación significativa y positiva entre el bienestar subjetivo (felicidad) y un alto nivel de fortalezas, componentes de los factores resilientes. También encontró una asociación significativa en niveles altos de fortalezas con las respuestas resilientes. Al final concluye con la necesidad de generar estrategias en las personas que permitan disminuir el impacto emocional de las situaciones adversas.

### ***Felicidad***

Existen condiciones que pueden llevar a la felicidad como la buena salud, el amor, la libertad, la prosperidad económica, entre otros aspectos que se constituyen como más o menos indispensables, estos aspectos, se pueden también presentar sin que las personas sean felices, es decir, que son condiciones que no necesariamente conllevan a la felicidad considerándolas además como insuficientes para alcanzar la felicidad. Esto nos lleva a señalar que la felicidad está más ligada a la valoración personal y muy subjetiva, presentándose en diferentes formas según la condición social, la cultura, instrucción, ciclo de vida, entre otras, también se ve a la felicidad relacionada al tiempo por la continuidad

que esta exige, distinguiendo y diferenciándola del placer, la que implica una satisfacción momentánea. (Margot, 2007)

Por otro lado, tenemos que el bienestar psicológico no solamente se le considera como la estabilidad en los afectos positivos que se presentan en el tiempo (felicidad), es sino, la forma de valorar la forma de vivir. Para Seligman (2006), un estado de felicidad, se consigue a través de tres caminos: lo que se le denomina como la buena vida, el compromiso y una vida plena con sentido. Sin embargo, no existen condiciones para llegar a la felicidad de manera automática, pero si, ciertos parámetros previos para la consecución de la misma. Vemos también que la felicidad se asocia de una forma muy consistente con otros factores presentes en la persona como el tener esperanza, ser optimista, entusiasta, ser grato, querer y ser querido, la apreciación de la belleza, el ser creativo, el gusto del querer aprender entre otros factores. Esto también nos llevaría a determinar que la felicidad se muestra como un indicador de salud. (Seligman, 2006)

Según Seligman (2006), se conciben tres formas de manifestar emociones positivas que se relacionan con la felicidad: las asociadas al pasado como la satisfacción, complacencia, el realizarse personalmente y la calma, las otras relacionadas al momento actual como el estado de ánimo bueno o adecuado, el éxtasis, el estar serenos, ser entusiastas y por último, las relacionadas al futuro como la esperanza y fe.

Carr (2007), nos señala que la finalidad de la psicología positiva, es comprender y buscar el bienestar subjetivo, además considera al bienestar subjetivo como sinónimo de felicidad, el mismo que se comporta como un estado psicológico positivo, caracterizado por el valor positivo y la satisfacción con la vida, estado que se caracteriza por presentar elevados grados de afecto positivo experimentando emociones positivas de gran intensidad

y presentando además como parte de este estado, emociones y afectos negativos de baja intensidad.

La felicidad y el bienestar subjetivo aluden a que las personas que presentan estados y afectos positivos como la alegría y tranquilidad, siendo la psicología positiva la que se centra en contextualizar a la felicidad y el bienestar subjetivo viendo los factores que influyen y se interrelacionan con estos estados. Carr (2007)

La conceptualización dada a la felicidad por David, Boniwell y Conley (2013, citados por Muratori, Zubieta, Ubillos, Gonzáles y Bobowik, 2015), donde proponen ampliar el significado de la felicidad, dándole una apreciación más amplia, que implica aspectos como el bienestar subjetivo, bienestar psicológico, el hedonismo y la eudemonia anexando a estos aspectos la salud y el desarrollo personal. El término felicidad en el idioma inglés, hace referencia a la alegría o satisfacción. Desde la tradición hedónica, la felicidad como sinónimo de bienestar subjetivo, implica la evaluación que realiza la persona sobre diferentes aspectos de su vida, el mismo que está conformado por aspectos cognitivos (satisfacción con la vida y sus dominios) y aspectos afectivos o emocionales. (Muratori, Zubieta, Ubillos, Gonzáles y Bobowik, 2015)

Por último, vemos Alarcón (2009), que conceptualiza a la felicidad como un estado afectivo de satisfacción máxima que la persona experimenta internamente cuando se está en posesión de un bien anhelado.

## Dimensiones de la Felicidad

Alarcón (2009), nos refiere que la felicidad conlleva a las siguientes conceptualizaciones:

- a) La felicidad es un estado que presenta significados de satisfacción siendo experimentado por un individuo y vivenciado interiormente.
- b) El hecho de constituirse como un estado, implicaría que la felicidad no es duradera, puede ser temporal y perecible, es decir, que no siempre se es feliz, puede llegar a declinar.
- c) La felicidad está enmarcada en la suposición de poseer un bien que se deseó.
- d) El bien deseado, generador de felicidad, se constituye de diversas formas, desde aspectos materiales tangibles hasta intangibles. Se tratan de objetos y características subjetivas donde las personas les asignan valores que se presentan de diferente manera, lo que a unos les puede resultar significativo y generador de felicidad, a otros no.

Las dimensiones de la felicidad según Alarcón, se conforman por:

- El sentido positivo de la vida, que implica el presentar emociones positivas respecto a sí mismo, su entorno y la vida en general, desvinculándose de emociones negativas como la depresión, ansiedad, desesperanza al futuro y vacíos existenciales relacionadas a la existencia del individuo. (Alarcón, 2009)
- Satisfacción con la Vida, en esta dimensión se puede percibir el nivel de satisfacción que la persona tiene referido a las metas trazadas, el lugar o posición que tiene en la vida, la satisfacción y conformidad con su vida y crecimiento

personal, la forma como percibe el trato recibido de forma general hasta el momento, en su vida. (Alarcón, 2009)

- Realización Personal: está relacionada a lo que se le llamaría plena felicidad, como un estado subjetivo de tranquilidad, siendo consecuente y presentándose de manera duradera y no de forma temporal, se considera el valor que la persona le da al logro y cumplimiento de sus metas hasta este momento en sus vidas. (Alarcón, 2009)
- Alegría de vivir, factor relacionado a la parte afectiva en torno a emociones positivas como consecuencia de las situaciones y experiencias placenteras y positivas en la vida de la persona (Alarcón, 2009).

### **Felicidad y Salud**

Considerando la presencia de otros aspectos que protegen a las personas de la incidencia de emociones negativas, le corresponde al estado subjetivo de la felicidad. Las investigaciones en esta línea nos llevan a asociar la felicidad con el nivel de optimismo que presentan las personas, el incremento de emociones positivas como la alegría, la satisfacción y la influencia en el sistema inmunológico y la salud mental. Se realizó un estudio donde se evaluaron factores y vulnerabilidad relacionados a la ansiedad. La muestra estuvo constituida por 711 personas. Se pudo conocer que la felicidad y el optimismo se muestra como un factor protector protectores frente a los rasgos y manifestaciones de la ansiedad. (Pavez, Mena y Vera, 2012)

## **Felicidad y Resiliencia**

En un estudio titulado: Resiliencia y felicidad en becarios de una universidad privada de Lima, se buscó determinar la relación entre las variables resiliencia y la felicidad. Para la consecución de los objetivos, el estudio fue empírico y cuantitativo, la muestra estuvo conformada por 239 estudiantes universitarios, siendo 136 estudiantes de género femenino y 103 estudiantes de género masculino, los participantes son beneficiados por un programa llamado Beca 18 otorgado por el estado peruano. Los resultados a las que se pudo concluir, demuestran que se da una correlación significativa de forma positiva entre ambas variables, resiliencia y felicidad, donde los estudiantes becarios que presentaron mayores niveles de resiliencia percibieron una mayor felicidad, además de que estas variables presentes en los estudiantes, le generan una mayor adaptación a la universidad. (Zavaleta, 2021)

## Hipótesis

Existe una correlación significativa positiva entre los niveles y dimensiones de la resiliencia y la felicidad del personal asistencial del Hospital de Aplao de la Red de Salud Castilla-Condesuyos-La Unión en el marco de la pandemia del COVID – 19 de la Región de Arequipa.



## Capítulo II.

### Método

Esta investigación cumple los parámetros de ser una investigación del tipo cuantitativa, por tratarse de recoger información sobre aspectos relacionados a las actitudes y comportamientos de las personas frente a determinadas situaciones, las mismas que fueron medidas y los resultados procesados mediante el uso de procedimientos estadísticos. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

El tipo de investigación es descriptiva correlacional, porque describió las características de la muestra estudiada y permitió conocer las varianzas para cada variable, es además correlacional porque buscó conocer la relación y el grado de asociación de las variables señaladas en la muestra estudiada, esto permitió conocer la forma en cómo se muestran las variables y cómo se encuentran vinculadas al comportamiento de la otra variable. Este estudio es de diseño no experimental, porque no se manipularon las variables de estudio y además se le considera como transversal por que la recolección de datos e información, se realizó en un solo y momento único. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

### Instrumentos

Los instrumentos que se utilizarán para recabar toda la información necesaria para nuestra investigación, serán la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, además de la Escala de la Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón.

### ***Escala de Resiliencia de Wagnild y Young***

Nombre: Escala de Resiliencia.

Autores: Wagnild y Young (1993)

Procedencia: De Norte América, adaptado en nuestro contexto por Novella (2002).

Administración: De forma individual o colectiva.

Duración: 25 a 30 minutos de aplicación.

Aplicación: Para adolescentes y adultos.

Significación: Este instrumento determina las siguientes factoras de la resiliencia:

Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción, esta escala también conlleva a determinar un resultado global.

Esta escala fue elaborada por Wagnild y Young en 1988, y fue nuevamente revisada por los mismos autores en 1993. Está compuesta de 25 ítems, los mismos que se muestran en una escala Likert de 7 puntos, donde 1 puntúa como en desacuerdo, y un acuerdo máximo con 7. Los participantes manifiestan su grado de conformidad con el ítem que mejor se adaptan a su forma de ser; la sumatoria que conlleva a obtener puntajes altos, serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos.

### **Factores**

Factor I: El referido a la Competencia Personal; conformado por 17 ítems que muestran: autoconfianza, independenciam, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.

Factor II: Referido a la Aceptación de uno Mismo y de la Vida conformado por 8 ítems, y nos muestran la adaptación, el balance, la flexibilidad y una visión de vida estable que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad.

Estos factores se presentan con las siguientes características Resilientes: a)

Ecuanimidad: Indica una figura balanceada de nuestra vida y experiencias, concebir las cosas tranquilamente y refrenando las actitudes ante la adversidad. b) Perseverancia:

Constancia ante la adversidad o el desaliento, presentar un fuerte deseo del logro y autodisciplina. c) Confianza en sí mismo: Capacidad para creer en sí mismo, en sus

habilidades. d) Satisfacción personal: Vislumbrar y conocer el significado de la vida y cómo se conforma. e) Sentirse bien sólo: Nos amplía el significado de la libertad y que a la

vez nos percibimos como seres únicos e importantes.

### **Confiabilidad**

La prueba piloto aplicada por Novella (2002), dio una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con un alfa de Cronbach de 0.89 y los estudios citados por Wagnild y Young dieron confiabilidades en diferentes muestras, una en cuidadores de pacientes con Alzheimer con 0.85; en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas con 0.86 y 0.85; en madres primerizas post parto con 0.90; y 0.76 en residentes de alojamientos públicos. Otros estudios aplicando el método test re-test la confiabilidad obtenida por los investigadores realizado en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas, donde se obtienen correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son muy aceptables por los autores.

## Validez

La validez de esta escala se dio por los niveles altos de correlación de la ER con mediciones bien establecidas de constructos relacionados con la resiliencia. Basado en el criterio de Kaiser, se vieron 5 factores. Los ítems fueron redactados de forma positiva o afirmativa. La validación se dio al correlacionar altamente con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia como: la depresión, con  $r = -0.36$ , satisfacción de vida,  $r = 0.59$ ; moral,  $r = 0.54$ ; salud,  $r = 0.50$ ; autoestima,  $r = 0.57$ ; y percepción al estrés,  $r = -0.67$ .

### *Escala de la felicidad de Lima (EFL)*

Esta escala fue elaborada por Reynaldo Alarcón en el 2006, el mismo que supone a la felicidad como un estado de bienestar subjetivo, que además la considera como una evaluación en la mayor parte de las facetas de las personas en relación a su contexto como la vida matrimonial, el aspecto laboral, la relación de pareja y otras donde las personas se desenvuelven e interactúan.

La escala de la Felicidad define dimensiones como la ausencia de sufrimiento, la satisfacción con la vida, realización personal y la alegría de vivir. La escala está constituida por 27 ítems, se la valora basado en el tipo Likert, cuyas puntuaciones van desde 1 hasta 5 puntos y donde las alternativas van como: totalmente de acuerdo, de acuerdo, ni de acuerdo ni desacuerdo; desacuerdo y totalmente en desacuerdo.

## **Normas**

Los niveles de la felicidad están señalados entre: 27 a 87 correspondiendo a una muy baja felicidad; 88 a 95 baja; de 96 a 110 media; de 111 a 118 como alta; y 119 a 135 que le corresponde a muy alta felicidad (Alarcón, 2009).

## **Confiabilidad**

Correlación Ítem-Escala: Con la finalidad de determinar la consistencia interna de la Escala, se comprobaron correlaciones, las mismas que demostraron altas significancias ( $p < .001$ , para 2 colas). La media de las correlaciones realizadas muestra resultados elevados ( $r = .511$ ;  $p < .001$ ). Estos valores nos significan que existe una alta consistencia.

Por otro lado, vemos que el Análisis de la Varianza de cada ítem, entre las medias obtenidas, arrojan diferencias significativas ( $F = 212.69$ ;  $p < .01$ ). Estos valores nos aluden a la autonomía que presenta cada ítem dentro de la Escala (Alarcón, 2006).

## **Validez**

Para la validez de constructo se diseñó mediante el análisis factorial. Estos análisis identificaron cuatro componentes con valores entre 1.50 a 8.59; el primer componente explica el 31.82% de la varianza, y los otros tres componentes explican el 49.79 % de la varianza total. Referido al Varimax, se ha conformado de forma coherente 27 elementos en cuatro factores independientes. El factor 1 agrupa 11 ítems; los factores 2 y 3 tienen cada uno seis ítems; y el factor 4 reúne cuatro ítems (Alarcón, 2006).

## Participantes

Los participantes en esta investigación conformaron una muestra de 97 trabajadores asistenciales y administrativos, distribuidos en: 21 Médicos, 23 enfermeras, 7 obstetrices, 3 psicólogos, 3 biólogos, 3 químicos, 2 nutricionistas, 2 odontólogos, 27 técnicos asistenciales y 6 Técnicos administrativos. Referido al estado civil, tenemos que 37 son solteros, 43 convivientes, 11 casados y 6 divorciados, en relación al lugar de residencia tenemos que 52 son de la ciudad de Arequipa, 37 de la Provincia de Aplao y 8 de otros lugares fuera de la Región de Arequipa.

Esta muestra se constituyó como no probabilística porque en la selección de los integrantes no todos tuvieron la misma probabilidad de ser elegidos, esta situación dada por los situaciones de contagio, trabajo remoto y días de descanso de trabajadores asistenciales como administrativos, porque para la selección de los integrantes no se utilizaron fórmulas o probabilidades, ni la realización de procedimientos mecánicos, solamente se consideraron los criterios de selección de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión, sujetos a la toma de decisiones de los investigadores que obedecen al protocolo del estudio de investigación. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

El procedimiento muestreo es intencional porque se realizó a razón de los criterios de los investigadores, considerando los de inclusión y exclusión en dependencia a las necesidades y características de la muestra y el contexto de pandemia en el que actualmente nos encontramos. Dentro de los criterios de inclusión, consideramos que los participantes no estén cursando un proceso de enfermedad relacionado al COVID-19 y dentro de los criterios de exclusión a los participantes con alguna afectación a su salud física, dificultades en el llenado de las evaluaciones y personal en atención o trabajo remoto.

## **Procedimiento**

Para la recolección de datos, primeramente, se procedió a la aprobación del protocolo de investigación, luego se solicitaron los permisos respectivos a la Dirección del Hospital de Aplao de la Red de Salud Castilla-Condesuyos-La Unión de la Región de Arequipa.

Después de recabar las autorizaciones de la Dirección, se solicitó que la misma realice el comunicado respectivo a través de sus jefes de servicios sobre la investigación a realizar y los objetivos de los mismos para evitar el desconocimiento de los participantes en la investigación.

Posteriormente se realizaron coordinaciones con el servicio de Psicología para luego entrevistarnos con los jefes de los servicios médicos de Ayuda Al Diagnóstico, de Promoción y Prevención, Servicio de Enfermería y personal técnico para la realización de las evaluaciones.

Las evaluaciones realizadas en tiempo de pandemia y el riesgo de contagio, se hicieron uso de protectores personales, como son las mascarillas, protectores faciales, mamelucos y prendas anti fluidos, manteniendo el distanciamiento social.

## **Consideraciones éticas**

Para la realización de esta investigación se procedió a solicitar el consentimiento informado a cada participante, donde se les expuso los objetivos de la investigación además de solicitar la participación en el estudio presentado. Así mismo se les hizo de conocimiento sobre la garantía en la confidencialidad de la información proporcionada no haciendo de conocimiento la identidad ni los resultados individuales de los participantes,

solamente se brindarán datos estadísticos de manera general, es decir, resultados generales a la dirección del Hospital.

### **Análisis de datos**

Para el procesamiento de la información, se consignaron en una base de datos mediante el programa Excel, luego, se utilizaron procedimientos de la estadística descriptiva, es decir el uso de frecuencias y porcentajes para describir las variables estudiadas, para el análisis cuantitativo, se utilizó la “r” de Pearson, el mismo que nos ayudó a determinar la asociación de las variables y el grado de correlación de las mismas y además la comprobación de la hipótesis presentada.

### Capítulo III

#### Resultados

A continuación, se presentarán los resultados de la investigación donde se podrá observar los resultados descriptivos en niveles y dimensiones de las variables resiliencia y felicidad presentados en tablas con frecuencias y porcentajes, posteriormente las correlaciones entre las dimensiones y resultados generales de las variables estudiadas.

**Tabla 1**

*Análisis descriptivo de la variable Resiliencia.*

Resiliencia		
Niveles	Cantidad	Porcentaje
Alto	50	51.55%
Medio	35	36.08%
Bajo	12	12.37%
Total	97	100%

En la tabla N° 1 podemos apreciar que el 51.55 % de la muestra conformada por el personal asistencial y administrativo del Hospital de Aplao, obtienen un nivel alto en la variable Resiliencia, confirmando de esta manera que más de la mitad del personal evaluado presentan esta característica de su personalidad, siendo un factor importante en el afrontamiento a las adversidades, seguido de un 36.08% con el nivel medio, que nos estaría indicando que esta variable se presenta en menor cantidad en la muestra evaluada.

**Tabla 2**

*Análisis descriptivo de las dimensiones de la variable Resiliencia.*

Dimensiones	Niveles							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Satisfacción Personal	14	14.43%	50	51.55%	33	34.02%	97	100%
Ecuanimidad	16	16.49%	40	41.24%	41	42.27%	97	100%
Sentirse bien solo	7	7.22%	25	25.77%	65	67.01%	97	100%
Confianza en sí mismo	18	18.56%	43	44.33%	36	37.11%	97	100%
Perseverancia	9	9.28%	34	35.05%	54	55.67%	97	100%

En la tabla N° 2 podemos observar que dentro de las dimensiones de la variable resiliencia, un 51.55% de la muestra obtiene un nivel medio de satisfacción personal, por otro lado, vemos que en la dimensión ecuanimidad un 42.27% obtienen el nivel alto, la dimensión sentirse bien solo obtiene un 67%, indicador de adaptabilidad a las circunstancias, 44.33% nivel medio en la dimensión confianza en sí mismo y 55.67% en un nivel alto de la dimensión perseverancia.

**Tabla 3**

*Análisis descriptivo de la variable Felicidad.*

Niveles	Cantidad	Porcentaje
Muy Feliz	19	19.59%
Feliz	29	29.89%
Poco Feliz	34	35.05%
Nada Feliz	6	15.47%
Total	97	100%

En la Tabla N° 3 podemos observar que la mayoría de personas evaluadas obtienen un 35.05% correspondiendo el nivel poco feliz, seguido del 29.89% del nivel feliz, a un 19.59% de nivel muy feliz, es decir, que los resultados muestran una tendencia a presentar mayores niveles de felicidad en la muestra evaluada. Por otro lado, vemos que existe un 15.47% con el nivel de nada feliz, los mismos que indicarían un estado bajo de satisfacción y bienestar.

**Tabla 4**

*Análisis descriptivo de las dimensiones de la variable Felicidad.*

Dimensiones	Niveles de la Felicidad									
	Nada feliz		Poco Feliz		Feliz		Muy Feliz		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sentido positivo de la vida	19	19.59%	11	11.34%	55	56.70%	12	12.37%	97	100%
Satisfacción con la vida	0	0.00%	7	7.22%	47	48.45%	43	44.33%	97	100%
Realización personal	0	0.00%	13	13.40%	50	51.55%	34	35.05%	97	100%
Alegría de vivir	0	0.00%	8	8.25%	42	43.30%	47	48.45%	97	100%

En la tabla N° 4, dentro de las dimensiones de la felicidad, vemos que en la dimensión sentido positivo de la vida el 56.70% de la muestra evaluada obtiene un nivel de Feliz, seguida de un 19.59% con un nivel de nada feliz, en la dimensión satisfacción con la vida vemos que un 48.45% seguida de un 44.33% de la muestra aplicada, obtienen los niveles de feliz y muy feliz, con un 51.55% obtienen un nivel de feliz en la dimensión de realización personal y con un 48.45% con un nivel muy feliz en la dimensión alegría por vivir.

**Tabla N° 5**

*Correlación Rho de Spearman entre los resultados globales de resiliencia y las dimensiones de felicidad.*

		Resiliencia	
Rho de Spearman	Dimensión sentido positivo de la vida	Coeficiente de correlación	,339**
		Sig. (bilateral)	,001
		N	97
	Dimensión satisfacción con la vida	Coeficiente de correlación	,428**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	97
	Dimensión realización personal	Coeficiente de correlación	,457**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	97
	Dimensión alegría de vivir	Coeficiente de correlación	,303**
		Sig. (bilateral)	,003
		N	97

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

\*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla N° 5, se ha correlacionado las dimensiones de la variable felicidad con la variable resiliencia. Al correlacionar la dimensión sentido positivo de la vida de la variable felicidad con la variable resiliencia, se obtuvo p: 0.001 y Rho: 0.339\*\*, esto quiere decir que existe correlación significativa, de nivel baja, positiva y al 99% de confianza. Esto significa que mayor sentido positivo de la vida está asociado a mayor resiliencia, y menor sentido positivo de la vida está asociado a menor resiliencia.

Al correlacionar la dimensión satisfacción con la vida de la variable felicidad con la variable resiliencia, se obtuvo p: 0.000 y Rho: 0.428\*\*, esto quiere decir que existe correlación significativa, de nivel media, positiva y al 99% de confianza. El análisis

estadístico indica que mayor satisfacción con la vida está asociado a mayor resiliencia, y menor satisfacción con la vida está asociado a menor resiliencia.

Al correlacionar la dimensión realización personal de la variable felicidad con la variable resiliencia, se obtuvo  $p: 0.000$  y  $Rho: 0.457^{**}$ , esto quiere decir que existe correlación significativa, de nivel media, positiva y al 99% de confianza. El análisis estadístico indica que mayor realización personal está asociado a mayor resiliencia, y menor realización personal está asociado a menor resiliencia.

Al correlacionar la dimensión alegría de vivir de la variable felicidad con la variable resiliencia, se obtuvo  $p: 0.003$  y  $Rho: 0.303^{**}$ , esto quiere decir que existe correlación significativa, de nivel baja, positiva y al 99% de confianza. Mayor alegría de vivir está asociado a mayor capacidad de resiliencia, y menor a alegría de vivir está asociado a menor capacidad resiliente.

**Tabla N<sup>a</sup> 6**

*Correlación Rho de Spearman entre los resultados globales de felicidad y las dimensiones de resiliencia.*

		Felicidad
	Dimensión satisfacción personal	Coeficiente de correlación
		Sig. (bilateral)
		N
	Dimensión ecuanimidad	Coeficiente de correlación
		Sig. (bilateral)
		N
Rho de Spearman	Dimensión sentirse bien solo	Coeficiente de correlación
		Sig. (bilateral)
		N
	Dimensión confianza en sí mismo	Coeficiente de correlación
		Sig. (bilateral)
		N
	Dimensión perseverancia	Coeficiente de correlación
		Sig. (bilateral)
		N

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

\*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla N<sup>a</sup> 6, se ha correlacionado la variable felicidad con las dimensiones de la variable resiliencia. Al correlacionar la dimensión satisfacción personal de la variable resiliencia con la variable felicidad se obtuvo p: 0.001 y Rho: 0.343\*\*, esto quiere decir que existe correlación significativa, de nivel baja, positiva y al 99% de confianza. Mayor satisfacción personal está asociada a mayor felicidad, y menor satisfacción personal está asociada a menor felicidad.

Al correlacionar la dimensión ecuanimidad de la variable resiliencia con la variable felicidad se obtuvo  $p: 0.000$  y  $Rho: 0.372^{**}$ , esto quiere decir que existe correlación significativa, de nivel baja, positiva y al 99% de confianza. Mayor ecuanimidad está asociada a mayor felicidad, y menor ecuanimidad está asociada a menor felicidad.

Al correlacionar la dimensión sentirse bien solo de la variable resiliencia con la variable felicidad se obtuvo  $p: 0.004$  y  $Rho: 0.289^{**}$ , esto quiere decir que existe correlación significativa, de nivel baja, positiva y al 99% de confianza. El sentirse bien solo está asociado a mayor felicidad, y sentirse menos bien a solas está asociado a menor felicidad.

Al correlacionar la dimensión confianza en sí mismo de la variable resiliencia con la variable felicidad se obtuvo  $p: 0.047$  y  $Rho: 0.203^{**}$ , esto quiere decir que existe correlación significativa, de nivel baja, positiva y al 95% de confianza. Mayor confianza en sí mismo está asociada a mayor felicidad, y menor confianza en sí mismo está asociada a menor felicidad.

Al correlacionar la dimensión perseverancia de la variable resiliencia con la variable felicidad se obtuvo  $p: 0.000$  y  $Rho: 0.468^{**}$ , esto quiere decir que existe correlación significativa, de nivel media, positiva y al 99% de confianza. Mayor perseverancia está asociada a mayor felicidad, y menor perseverancia está asociada a menor felicidad.

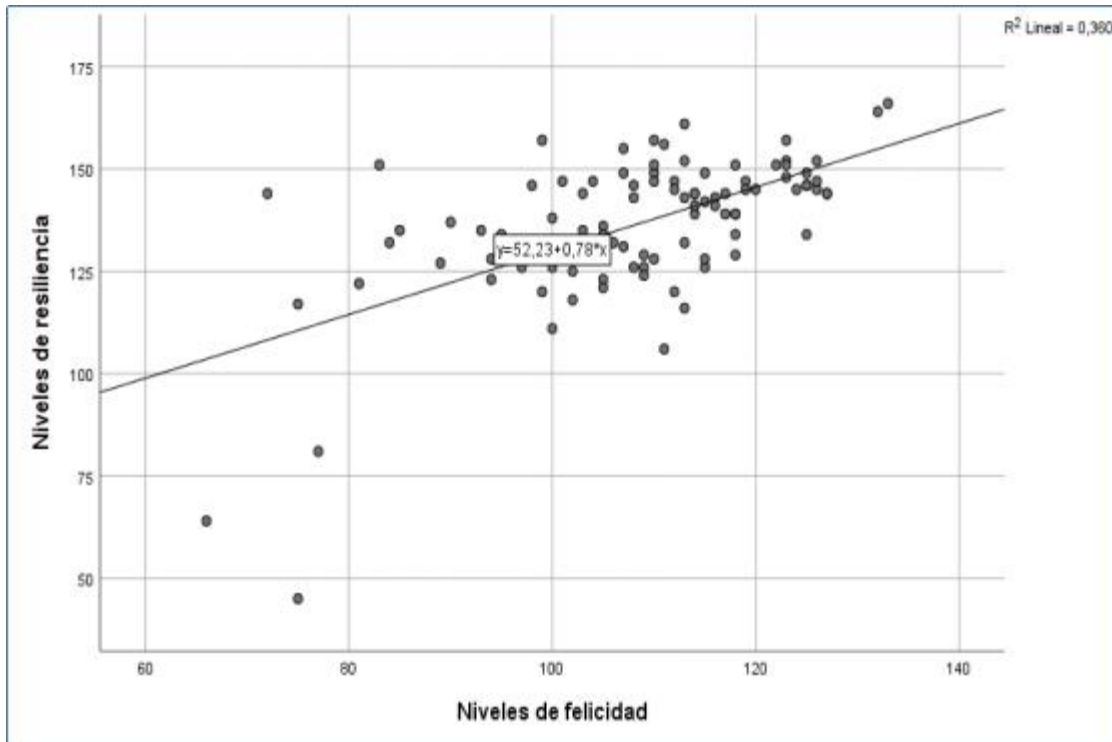
**Tabla N<sup>a</sup> 7**

*Correlación Rho de Spearman entre los resultados globales de resiliencia y de felicidad.*

		<b>Correlaciones</b>	
			Felicidad
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	,513**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	97

\*\* *La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).*

En la tabla N<sup>o</sup> 7 se correlacionan las variables resiliencia y felicidad. Se obtuvo p: 0.000 y Rho: 0.513\*\*, esto significa que existe correlación significativa entre las variables por lo tanto se aprueba la hipótesis general de investigación. Además, la correlación es positiva, de nivel media y al 99% de confianza. A mayor resiliencia le corresponde mayor felicidad, y a menor resiliencia una menor felicidad.



**Figura 1.** Diagrama de puntos entre los resultados globales de resiliencia y de felicidad.

En el diagrama se puede apreciar que la nube de puntos forma una tendencia desde el lado izquierdo inferior hasta el lado derecho superior, esto significa que menores niveles de resiliencia coinciden con menores niveles de felicidad, y mayores niveles de resiliencia con mayores niveles de felicidad (figura 1).

## Discusión

En este tiempo de pandemia caracterizado por los confinamientos, restricciones, pérdidas de seres queridos, frustraciones, pérdidas laborales y económicas entre otras que se presentan en nuestro contexto, los estados emocionales como la ansiedad, depresión, estrés, violencia, consumo de sustancias psicoactivas, entre otras, se hacen notorias conllevando al malestar emocional y por consiguiente afectando la salud mental. Las situaciones adversas presentadas en este contexto hospitalario como el contacto directo con personas portadoras de la COVID-19, familiares de los pacientes con escenas desgarradoras y en otras agresivas, las horas extensas de trabajo, los equipos de protección, las dificultades en la atención de necesidades básicas como la evacuación de fluidos, alimentación, los ciclos del sueño, situaciones propias del trabajo que desarrollan, así como la lejanía e incertidumbre referida a la salud de sus familiares o personas significativas, se constituyen como situaciones adversas en este tiempo de pandemia del personal asistencial y administrativo de este hospital.

Esta investigación tuvo por objetivo el conocer hasta qué punto se relacionan las variables resiliencia y felicidad en trabajadores asistenciales y administrativos del Hospital de Aplao de la Provincia de Castilla, Región de Arequipa, donde se llegó a confirmar la hipótesis presentada, que mayores niveles de resiliencia se relacionan significativamente con niveles de felicidad, confirmándose la correlación positiva significativa de nivel medio entre estas variables de estudio. Estas variables presentes en el personal administrativo y de salud del Hospital de Aplao, nos permiten determinar y confirmar que los participantes presentan un buen estado de afrontamiento frente a la pandemia, los mismos que se constituyen como predictores de manejo de emociones negativas como la ansiedad y

depresión y por otro lado la presencia del estrés, es decir, que se manejaran asertivamente los estados mencionados.

Estos resultados, son similares a los presentados por Coulombe et al. (2020), donde encontraron factores relacionados a la resiliencia y el bienestar, relacionándose de manera positiva este estudio fue realizado en trabajadores canadienses siendo el objetivo principal: conocer los factores de riesgo y los factores resilientes durante la pandemia del COVID-19, se pudo encontrar que los factores de riesgo como el problema económico, sanitario y ocupacional generarían el riesgo de un menor bienestar subjetivo o felicidad en las personas evaluadas. Es de resaltar que según Carr (2007), la felicidad es sinónimo de bienestar subjetivo considerada además como un estado psicológico positivo.

Zager, Kavcic y Avsec (2021), en su estudio “La resiliencia importa: explica la asociación entre personalidad y funcionamiento psicológico durante el Pandemia de COVID-19” nos confirman además, los mismos resultados obtenidos en nuestra investigación, donde ellos esperaban que sus resultados revelaran que la resiliencia predijera en mayor o menor grado el bienestar subjetivo y el estrés durante la semana en donde se declaró la epidemia del COVID-19 en Eslovenia, encontraron que la resiliencia si amortigua los efectos negativos de la situación o momento adverso y mejora el bienestar subjetivo de las personas protegiendo a los individuos de los efectos negativos del estrés confirmando la predicción y relación entre resiliencia y bienestar subjetivo.

Similares resultados se concretaron en la investigación realizada por Delgado (2020), donde se pudo observar puntuaciones altas en bienestar subjetivo durante la cuarentena por la pandemia asociado a puntuaciones altas en las diferentes dimensiones de la resiliencia como la “resistencia psicológica, optimismo, sentido del humor y apoyo social

informal”, de esta forma se confirma que los individuos evaluados respondieron con niveles altos en bienestar subjetivo en correspondencia con niveles altos en todas las fortalezas de la resiliencia.

El estudio realizado también nos permitió identificar las dimensiones presentes en cada variable, como los conseguidos en la resiliencia, donde la mayor parte de los participantes en un 51.55 %, presentan un nivel alto de resiliencia, estos resultados nos indican que las personas se encuentran con una muy buena capacidad de resistir y manejar las presiones presentadas a raíz de la pandemia, el presentar un buen soporte y un mejor manejo de la tolerancia al estrés, la superación de las frustraciones y el que afronten adecuadamente las adversidades del contexto. (Wagnild y Young 1993)

Tenemos otros resultados similares a nuestra investigación con estas variables, donde Zavaleta (2021), en su estudio sobre la resiliencia y felicidad, encontraron una correlación significativa y positiva, confirmando su hipótesis planteada, que, a mayores niveles de resiliencia, le corresponden mayor felicidad, donde los participantes presentan la capacidad de sobreponerse a las adversidades del momento como la adaptación a sus nuevos contextos y poder sobreponerse a esas situaciones.

Dentro de las dimensiones de la resiliencia, podemos observar que existe un porcentaje del 51.55% que obtienen un nivel medio, lo que estaría en concordancia con los deseos de esta mayoría de personas que aún no culminan su crecimiento personal, es decir están en proceso de seguir desarrollando profesionalmente como el seguir estudios de especialidad y conseguir otros grados académicos. (Wagnild y Young 1993)

La dimensión ecuanimidad obtiene un 42.27%, aspecto característico de la personalidad que regula las adversidades a través de la templanza y el manejo de forma moderada y tranquila las situaciones críticas que se presentan en el trabajo y el contexto de pandemia en el que nos encontramos inmersos. (Wagnild y Young 1993)

El sentirse bien solo (a), con un 67.01% que le corresponde un nivel alto, resultados que reflejan la adaptación de la persona a las circunstancias, en este caso la lejanía de sus hogares donde la mayoría de los participantes manifiestan tener otra residencia distinta al lugar de trabajo. (Wagnild y Young 1993)

Con un 44.33% en la dimensión: confianza en sí mismo, que le corresponde al nivel medio, nos infiere que las personas participantes en el estudio presentan ciertas dudas referidas a sus capacidades, es decir, una disminución en su confianza, esta situación posiblemente ocasionada por las actuales circunstancias y la incertidumbre y miedo que la pandemia ocasiona a todas las personas como el fallecimiento de personas cercanas, la crisis económica y los otros problemas sociales. (Wagnild y Young 1993)

Y en la dimensión perseverancia, el personal evaluado obtienen un 55.67% correspondiéndole el nivel alto de la escala de evaluación, este resultado refleja el modo de actuar y el que sigan desempeñando sus actividades laborales en ambientes adversos con una actitud persistente, de logro y cumplimiento de metas y objetivos. (Wagnild y Young 1993)

Por otro lado, vemos que dentro de la variable felicidad podemos observar que el mayor porcentaje la obtiene el nivel poco feliz con un 35.05%, con tendencia a incrementarse en los niveles de feliz con un 29.98%, estos resultados nos estarían

denotando que la mayoría de personas evaluadas presentan un estado de bienestar y satisfacción adecuados con tendencia a incrementar, a pesar de las adversidades de la actual situación. (Wagnild y Young 1993)

Dentro de las dimensiones de la felicidad, podemos observar el un 56.70% seguida de un 12.37%, muestran un nivel de feliz y muy feliz en el sentido positivo de la vida, mostrando un incremento en la tendencia a un mejor estado de satisfacción y bienestar, sin embargo es de señalar que el 19.59% de la muestra evaluada en esta dimensión, presentan un nivel de nada feliz en la mencionada dimensión, este resultado reflejaría la percepción negativa que se tiene frente a la pandemia, es decir la incertidumbre en el manejo y la aparición de nuevas cepas del COVID 19, mostrándose en momentos como deficientes los manejos en el control de la pandemia. (Alarcón, 2009)

Por otro lado, vemos que el 48.45% y 44.33% de la muestra evaluada, nos presentan niveles de feliz y muy feliz en la dimensión satisfacción con la vida, esto nos estaría indicando que la mayor parte de las unidades de estudio, se encuentran satisfechos con lo que se ha conseguido en la vida, es decir, conformes hasta este momento con lo que se logró en la vida en sus diferentes áreas de su desarrollo personal, familiar, social y económico. (Alarcón, 2009)

En la dimensión, realización personal los participantes en la evaluación obtuvieron un 51.55% seguido de un 35.05% que le corresponde a nivel de feliz y muy feliz, denotando de esta manera la afirmación de sentirse satisfechos y conformes con lo obtenido a la fecha en relación a su crecimiento personal y profesional, es decir la culminación de una carrera profesional o técnica y el estar inmersos en un entorno laboral generando tranquilidad y bienestar. (Alarcón, 2009)

Por último, vemos que en la dimensión alegría por vivir, vemos que se obtienen un 43.30% y un 48.45% correspondiendo a niveles de feliz y muy feliz, reflejando las experiencias buenas y positivas generando satisfacción con la vida hasta este momento de sus vidas. (Alarcón, 2009)

Este estudio nos lleva además que en lo posterior se puedan tomar acciones referidas al desarrollo de estas variables en grupos vulnerables al estrés y manejar estados de ansiedad, así como el de regular adecuadamente la depresión así como la presencia de otras emociones negativas desencadenadas por la pandemia del COVID-19 y el poder de esta forma, prevenir, abordar y desarrollar particularidades en la conformación de la personalidad, como es la resiliencia, permitiendo de esta forma ser un soporte y manejo en el afrontamiento de esta crisis sanitaria.

## Conclusiones

**Primera:** Se dio una correlación significativa positiva de nivel medio entre las variables de la resiliencia y la felicidad en el Hospital de Aplao de la Región de Arequipa.

**Segunda:** Se encontró en la variable resiliencia el nivel “alto” como resultados generales en el personal asistencial y administrativo de la muestra seleccionada.

**Tercera:** Las dimensiones de la resiliencia que más sobresalieron en la muestra seleccionada fueron el sentirse bien solo y la perseverancia en el personal asistencial y administrativo del Hospital.

**Cuarta:** El mayor porcentaje del personal asistencial y administrativo del Hospital de Aplao, obtuvieron en la variable felicidad, el nivel poco feliz con una progresión a niveles feliz y muy feliz.

**Quinta:** En las dimensiones de la variable felicidad, las que más sobresalieron fueron el nivel “feliz” en el sentido positivo de la vida, realización personal y satisfacción con la vida.

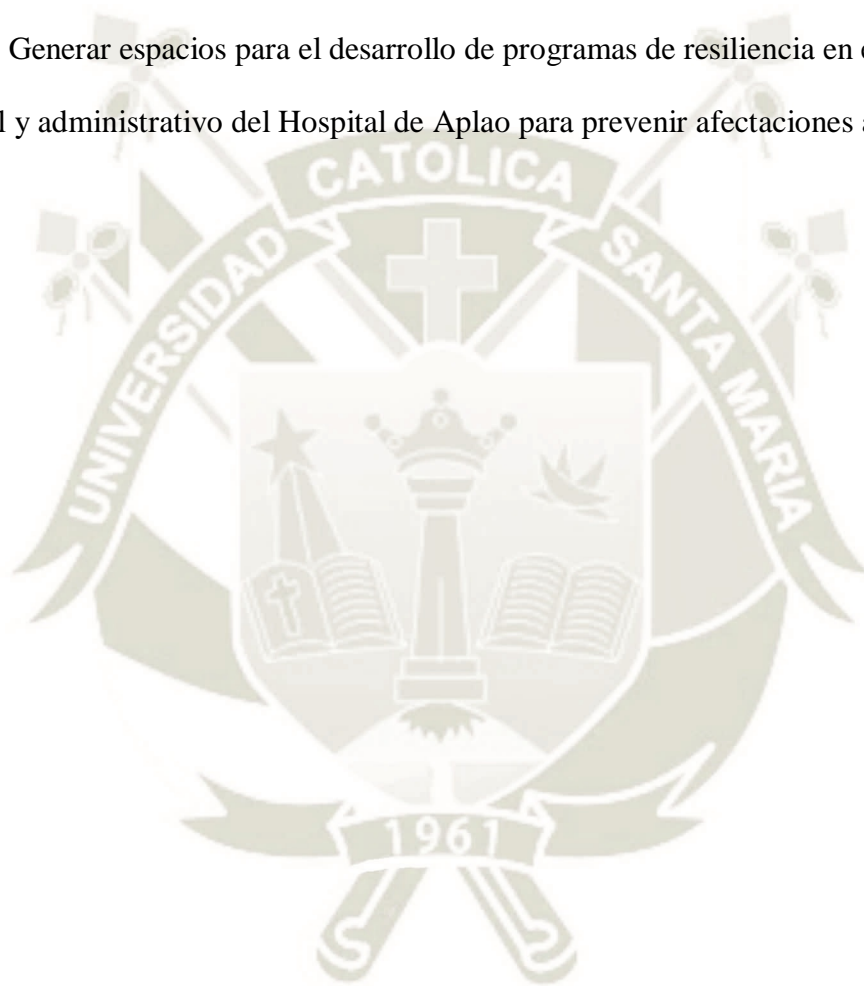
**Sexta:** Cada una de las dimensiones de la resiliencia correlacionan significativa y positivamente con los resultados globales de la felicidad del personal asistencial y administrativo.

**Séptima:** Las dimensiones de la felicidad se correlacionan de manera significativa y positiva con los resultados globales de la resiliencia del personal asistencial y administrativo.

## Sugerencias

**Primera:** Se sugiere continuar con estudios longitudinales con estas variables y poder conocer la vulnerabilidad y los factores de riesgo a las afectaciones de la salud mental y el afrontamiento a través de la resiliencia.

**Segunda:** Generar espacios para el desarrollo de programas de resiliencia en el personal asistencial y administrativo del Hospital de Aplao para prevenir afectaciones a la Salud Mental.



## Limitaciones

**Primera:** El tiempo de pandemia del COVID-19, que genera incertidumbre en el personal asistencial y administrativo, dificultando las evaluaciones del personal asistencial y administrativo del Hospital de Aplao de la Región de Arequipa.

**Segunda:** Los equipos de protección personal, que son de uso diario y obligatorio del personal asistencial, generan incomodidad y dificultad al momento de realizar las evaluaciones en el Hospital de Aplao de la Región de Arequipa.



## Referencias

- Aguilar, J. (2020). *Niveles de depresión y ansiedad en personal de salud del Hospital Modular Virgen de Chapi-Hospital Honorio Delgado Espinosa*. [Tesis de Grado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional.  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSM\\_b1b142b3824ad70282c6777d8c19c33a/Description#tabnav](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSM_b1b142b3824ad70282c6777d8c19c33a/Description#tabnav)
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una Escala Factorial para Medir la Felicidad. *Interamerican Journal of Psychology*, 40 (1), 99-106.  
<https://www.redalyc.org/pdf/284/28440110.pdf>
- Alarcón, R. (2009). *Psicología de la Felicidad*. Editorial Universitaria.
- Ccapa, R. (2020). *Relación entre resiliencia y salud mental en Internos de Medicina del Hospital Regional Honorio Delgado Espinoza*. [Tesis de Grado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional.  
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10898/MCcccare1.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Carr, A. (2007). *Psicología Positiva*. Barcelona: Paidós
- Cortés, J. (2010). La Resiliencia: una mirada desde La Enfermería. *Ciencia y Enfermería*, 16 (3), 27-32. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3704/370441853004>
- Corral, V. (2012). *Sustentabilidad y Psicología Positiva*. Manual Moderno
- Coulombe, S., Pacheco, T., Cox, E., Khalil, C., Doucerain, M., Auger, E. y Meunier, S. (2020). Factores de riesgo y resiliencia durante la COVID-19 Pandemia: una

instantánea de las experiencias de los trabajadores canadienses al comienzo de la crisis. *Fronteras en Psicología*. 11 (3), e580702.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.580702/full>

Cyrulnik, B. (2007). *La Maravilla del Dolor, el Sentido de la Resiliencia*. Granica.

[https://kupdf.net/download/cyrulnik-boris-la-maravilla-del-dolor-el-sentido-de-la-resiliencia-pdf\\_58d8c0bfdc0d60cd2cc34667\\_pdf](https://kupdf.net/download/cyrulnik-boris-la-maravilla-del-dolor-el-sentido-de-la-resiliencia-pdf_58d8c0bfdc0d60cd2cc34667_pdf)

Dela Cruz, G. y Ortiz, S. (2020). *Nivel de resiliencia frente al confinamiento en estudiantes del tercero de secundaria de una institución educativa privada de Huancayo*. [Tesis de grado, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio Institucional.

<http://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/UPLA/1776/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Delgado, M. (2020). *Resiliencia en jóvenes españoles ante la cuarentena por la COVID-19*. [Tesis de grado, Universidad de la Laguna. España]. Repositorio Institucional.

<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/21314/Resiliencia%20en%20jovenes%20espanoles%20ante%20la%20cuarentena%20por%20la%20COVID-19.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Dorado, A., Pérez J., Rodríguez, M. y Gallardo, L. (2021). Emotional well-being and resilience during the COVID-19 pandemic: Guidelines for social work practice. *International Social Work*, 64 (2), 279-284.

<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0020872820970622>

Hernández, S., Fernández. C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. MC.

Graw. Hill Interamericana.

- Lozano, A., Canos, M., Fernández, J. y Martínez, A. (2020). Impactos de COVID-19-  
confinamiento entre estudiantes universitarios: satisfacción con la vida, resiliencia y  
capital social en línea. *International Journal of Sociology of Education*, 20 (1), 79-  
104. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7495555>
- Maekawa, T., Souda, S., Oyakawa, K., Tanaka, M. y Yamasaki, T. (2017). Resilience in the  
First Episode of Major Depressive Disorder. *Open Journal of Medical Psychology*, 6  
(2), 115-125. <https://www.scirp.org/journal/paperinformation.aspx?paperid=75552>
- Margot, J. (2007). La Felicidad. *Praxis Filosófica*, 25 (1), 55-79.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=209014642004>
- Martínez Ruíz Alberto (2020). COVID-19 y resiliencia en el Hospital Universitario Cruces.  
*Gaceta Medica de Bilbao*, 117 (2), 113-115.  
<http://www.gacetamedicabilbao.eus/index.php/gacetamedicabilbao/article/view/765/775>
- Muratori M., Zubieta, E., Ubillos, S., Gonzáles J. y Bobowik M. (2015). Felicidad y  
Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España. *PSYKHE*, 24  
(2), 1-18. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/psykhe/v24n2/art03.pdf>
- Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de  
psicoterapia breve en madres adolescentes*. [Tesis de Maestría]. Universidad  
Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú

Fiorentino, M. (2008). La Construcción de la Resiliencia en el mejoramiento de la Calidad de Vida y la Salud. *Suma Psicológica*, 15 (1), 95-114.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1342/134212604004>

Organización Mundial de la Salud (OMS) (1998) Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes.

<https://www.paho.org/Spanish/HPP/HPF/ADOL/Resilman.PDF>

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2021) Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

Pavez, P., Mena, L. y Vera, P. (2012). El rol de la felicidad y el optimismo como factor protector de la ansiedad. *Universitas Psychologica*, 11(2), 369-380.

<http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v11n2/v11n2a02.pdf>

Ryff, C. (2014). Revisión del Bienestar Psicológico: avances en la ciencia y la práctica de la eudaimonia. *Psychother Psychosom*, 83(1), 10-28.

<https://www.karger.com/Article/FullText/353263>

Rodríguez, A. (2009). Resiliencia. *Revista de Psicopedagogía*, 26 (80), 291-302

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-84862009000200014&lng=pt&lng=es.](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862009000200014&lng=pt&lng=es)

Ruesga, J., Carrasquero, E. (2010). Fatiga y resiliencia en el personal médico de los hospitales públicos. *Multiciencias*, 10 (1), 271-277.

<https://www.redalyc.org/pdf/904/90430360015.pdf>

Rutter, M. (1985). Resiliencia ante la adversidad: factores protectores y resistencia al trastorno psiquiátrico. *The British Journal of Psychiatry*, 147 (6), 598–611.

<https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>

Salgado, A. (2009). Felicidad, Resiliencia y Optimismo. *Liberabit. Revista de Psicología*, 15 (2), 133-141. <https://www.redalyc.org/pdf/686/68611924007.pdf>

Seligman M. (2006) *La Auténtica Felicidad*. España: B.S.A

Viejo, J., Barbé, A., Rodríguez, M. y Pérez, J. (2020) Resiliencia para la promoción de la salud en el COVID-19 crisis en España. *Revista de Ciencias Sociales*, 26 (4), 52-63.

<https://produccioncientificaluz.org/index.php/rcs/article/view/34649/36554>

Wagnild, G. y Young, H. (1993) Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1 (2), 165-78.

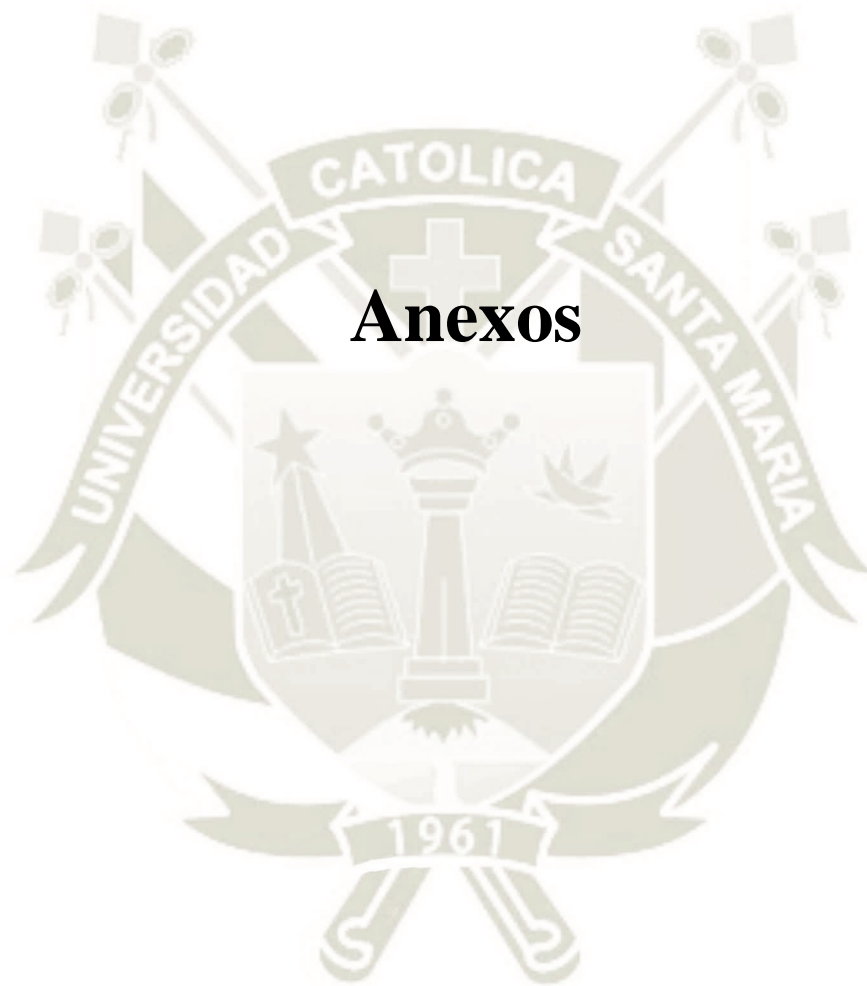
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7850498/>

Zager, K.,Kavcic, T. y Avsec, A. (2021). La resiliencia importa: Explicar la asociación entre personalidad y del funcionamiento psicológico durante la pandemia de COVID-19. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 21 (1),

e100198. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-194909>

Zavaleta, A. (2021). *Resiliencia y Felicidad en Becarios de una Universidad Privada de Lima*. [Tesis de Grado. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio

Institucional. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/654808>



## Anexo 1

### Consentimiento Informado

Consentimiento Informado para participar en la investigación: Resiliencia y Felicidad en el Personal Asistencial y Administrativo del Hospital de Aplao de la Red de Salud Castilla-Condesuyos-La Unión de la Región de Arequipa, en el marco de la Pandemia del Covid-19.

Yo.....de...años de edad, identificado con DNI.....con domicilio .....habiéndome explicado en lenguaje claro, sencillo sobre el proyecto de investigación: Resiliencia y Felicidad, donde los resultados de la investigación, se guardarán en reserva al igual que la identidad, los mismos que no se filtrarán o serán de conocimiento de la organización, donde solamente se alcanzarán los resultados generales o globales de la investigación.

Estando en pleno uso de mis facultades mentales, acepto participar en la investigación para lo cual suscribo el presente documento.

Fecha: .....

Firma: .....

## Anexo 2

### ESCALA DE RESILIENCIA Wagnild y Young

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

Interpretación:

.....

### Anexo 3

#### ESCALA DE FELICIDAD DE LIMA

Desarrollada por Reynaldo Alarcón

Más abajo encontrará una serie de afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo, en desacuerdo o en duda. Lea detenidamente cada afirmación y luego utilice la Escala para indicar su grado de aceptación o rechazo a cada una de las frases. Marque su respuesta con X. No hay respuestas buenas ni malas.

Escala:

Totalmente de Acuerdo (TA)    Acuerdo (A)    Ni acuerdo ni desacuerdo (¿)    Desacuerdo (D)  
Totalmente en Desacuerdo (TD)

	TA	A	¿	D	TD
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.	TA	A	¿	D	TD
2. Siento que mi vida está vacía.	TA	A	¿	D	TD
3. Las condiciones de mi vida son excelentes	TA	A	¿	D	TD
4. Estoy satisfecho con mi vida.	TA	A	¿	D	TD
5. La vida ha sido buena conmigo	TA	A	¿	D	TD
6. Me siento satisfecho con lo que soy	TA	A	¿	D	TD
7. Pienso que nunca seré feliz.	TA	A	¿	D	TD
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes	TA	A	¿	D	TD
9. Si volviese a nacer no cambiaría casi nada en mi vida.	TA	A	¿	D	TD
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.	TA	A	¿	D	TD
11. La mayoría del tiempo me siento feliz.	TA	A	¿	D	TD
12. Es maravilloso vivir.	TA	A	¿	D	TD
13. Por lo general me siento bien.	TA	A	¿	D	TD
14. Me siento inútil.	TA	A	¿	D	TD
15. Soy una persona optimista	TA	A	¿	D	TD
16. he experimentado la alegría de vivir.	TA	A	¿	D	TD
17. la vida ha sido injusta conmigo.	TA	A	¿	D	TD
18. tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad	TA	A	¿	D	TD
19. Me siento un fracasado	TA	A	¿	D	TD
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí.	TA	A	¿	D	TD
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.	TA	A	¿	D	TD
22. Me siento triste por lo que soy.	TA	A	¿	D	TD
23. Para mí, la vida es una cadena de desengaños.	TA	A	¿	D	TD
24. Me considero una persona realizada.	TA	A	¿	D	TD
25. Mi vida transcurre plácidamente.	TA	A	¿	D	TD
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.	TA	A	¿	D	TD
27. creo que no me falta nada.	TA	A	¿	D	TD

