

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO
FACULTAD DE MEDICINA
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN
DEPARTAMENTO DE EVALUACIÓN PROFESIONAL



**“COMPARACIÓN DE LOS FACTORES RESILIENTES EN ALUMNOS DE LA
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL
ESTADO DE MÉXICO A SU INGRESO Y EGRESO 2009-2013”**

TESIS
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN NUTRICIÓN
PRESENTA:

P.L.NU. CYNTHIA BECERRIL GONZÁLEZ

DIRECTORA DE TESIS:
M.EN S.P. MARTHA ELVA CAMPUZANO GONZÁLEZ.

REVISORES DE TESIS:
DRA.EN HUM. MARIA LUISA PIMENTEL RAMÍREZ
PH.D. JAVIER JAIMES GARCÍA.

TOLUCA, ESTADO DE MÉXICO, 2014.

**“COMPARACIÓN DE LOS FACTORES RESILIENTES EN ALUMNOS DE LA
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL
ESTADO DE MÉXICO A SU INGRESO Y EGRESO 2009-2013”**

ÍNDICE

I.	Resiliencia.....	05
	I.1 Definición de resiliencia.....	05
	I.2 Factores de la resiliencia.....	06
	I.3 Medición de la resiliencia.....	08
II.	Adolescencia.....	11
	II.1 Definición de adolescencia.....	11
	II.2 Características de los jóvenes de 15 a 19 años.....	13
	II.3 Resiliencia en jóvenes.....	17
	II.4. Evaluaciones sobre resiliencia.....	19
III.	Características de la Facultad de Medicina.....	22
	III.1. Licenciatura en Nutrición.....	23
IV.	Planteamiento del problema.....	25
V.	Justificación.....	26
VI.	Hipótesis.....	27
VII.	Objetivos.....	27
	VII.1. Objetivo general.....	27
	VII.2. Objetivos específicos.....	27
VIII.	Método.....	27
	VIII.1. Tipo de estudio.....	27

VIII.2. Diseño de estudio.....	28
VIII.3. Operacionalización de las variables.....	29
VIII.4. Universo de trabajo y muestra.....	32
VIII.4.1. Criterios de inclusión.....	32
VIII.4.2. Criterios de no inclusión.....	32
VIII.4.3. Criterios de eliminación.....	32
VIII.5. Instrumento de investigación.....	32
VIII.6. Desarrollo del proyecto.....	33
VIII.7.Límite de tiempo y espacio.....	33
VIII.8. Diseño de análisis.....	33
IX. Implicaciones éticas.....	34
X. Organización.....	34
XI. Presupuesto y financiamiento.....	35
XII. Resultados.....	36
XIII. Discusión.....	44
XIV. Conclusiones.....	45
XV. Recomendaciones.....	46
XVI. Bibliografía.....	47
Anexo 1. Cuestionario.....	52
Anexo 2. Carta de consentimiento informado.....	60

I.RESILIENCIA

I.1. DEFINICIÓN DE RESILIENCIA

Resiliencia tiene su origen en latín, en el término “resilio” que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar.⁽¹⁾

La resiliencia como concepto, es un término que proviene de la física y se refiere a la capacidad de un material para recobrar su forma después de haber estado sometido a altas presiones.⁽²⁾

El término fue adaptado a las Ciencias Sociales por caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos.⁽¹⁾

Resiliencia es la manifestación de la adaptación positiva a pesar de significativas adversidades en la vida.

La resiliencia se refiere al proceso de superar los efectos negativos de la exposición al riesgo, afrontamiento exitoso de las experiencias traumáticas y la evitación de las trayectorias negativas asociadas con el riesgo.⁽³⁾

Para la educación el término implica, lo mismo que en física, una dinámica positiva, una capacidad de volver hacia adelante. La resiliencia humana no se limita a resistir, permite la reconstrucción.

La resiliencia distingue dos componentes: La resistencia frente a la destrucción, es decir la capacidad para proteger la propia integridad bajo presión y más allá de la resistencia, la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a las circunstancias difíciles.

El concepto incluye, la capacidad de una persona o sistema social de afrontar adecuadamente las dificultades, de una forma socialmente aceptable.

La resiliencia es un proceso, un conjunto de fenómenos armonizados, en el cual el sujeto se cuela en un contexto afectivo, social y cultural. Habla de una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida. ⁽⁴⁾

La resiliencia no es un rasgo que las personas tienen o no tienen, esta lleva a conductas, pensamientos y acciones que cualquier persona puede aprender y desarrollar. Se trata de una nueva mirada de la manera en que los diferentes seres humanos afrontan posibles causas de estrés: malas condiciones y problemas en la familia, reclusión en campos de prisioneros, situaciones de crisis como las causadas por viudez o el divorcio, las grandes pérdidas económicas o de cualquier otra índole. ⁽²⁾

I.2. FACTORES DE LA RESILIENCIA

Los factores de la resiliencia se refieren a los medios por los cuales nos podemos apoyar y ser menos susceptibles a los daños ocasionados por el medio en que vivimos, y se encuentran divididos en factores de riesgo y factores protectores. ⁽⁵⁾

Factores de riesgo: es cualquier característica o cualidad de una persona o comunidad que se sabe va unida a una elevada probabilidad de dañar la salud.

Factores protectores: tratan de las condiciones o los entornos capaces de favorecer el desarrollo de individuos o grupos y, en muchos casos, de reducir los efectos que puedan resultar desfavorables.

Estos factores protectores pueden actuar como escudo para favorecer el desarrollo de seres humanos que parecen no tener esperanzas de superación por su alta exposición a factores de riesgo.

Los factores protectores se pueden dividir de dos formas:

Externos: son las condiciones del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños por ejemplo; familia extendida, apoyo de un adulto significativo, o integración social y laboral.

Internos: se refieren a atributos de la propia persona: estima, seguridad y confianza de sí mismo, facilidad para comunicarse, empatía.

Al conjuntar estos factores de la resiliencia podemos encontrar que un Individuo resiliente va a ser aquel que al estar presente en una situación de adversidad, o al estar expuesto a un conglomerado de factores de riesgo, este tiene la capacidad de utilizar aquellos factores protectores para sobreponerse a la adversidad, crecer y desarrollarse adecuadamente, llegando a madurar como un ser adulto competente, pese a los pronósticos desfavorables.

Analizando la interacción entre factores de riesgo, factores protectores y resiliencia, no debe concentrarse sólo en el nivel individual, por el contrario, se debe ampliar el concepto para entender el interjuego que se da con las variables sociales y comunitarias.⁽⁶⁾

La resiliencia no es una cualidad, ni un atributo que se posee, no se es resiliente si no que existen situaciones en las que hay que serlo.

Para esto, los factores protectores que hay que fortalecer para enfrentar las situaciones de adversidad son: autoestima, humor, independencia, autonomía, sentido de la vida, iniciativa, introspección, creatividad, moralidad y pensamiento crítico.

Estos factores son los que permitirán contrarrestar los efectos de los factores de riesgo a los que se encuentran expuestas las personas.⁽⁷⁾

Introspección: es la observación interior de los propios actos o estados de ánimo o de conciencia.

Iniciativa: es la cualidad personal de querer dar inicio a algo y ejercerlo.

Independencia: es la cualidad o condición de no depender de otros.

Humor: es la disposición en la que una persona se encuentra para hacer algo.

Creatividad: es la capacidad de crear cosas.

Moralidad: Conformidad de una acción con los preceptos de la moral.

Pensamiento crítico: Consiste en evaluar y analizar la consistencia de los razonamientos, en especial aquellas afirmaciones que la sociedad acepta como verdaderas. ⁽⁸⁾

I.3. MEDICIÓN DE LA RESILIENCIA

La medición de un fenómeno implica definirlo con claridad e identificar las propiedades que lo constituyen. Por tanto, cuando existen varias definiciones para un mismo fenómeno o en él intervienen demasiados factores que sólo permiten una operacionalización parcial, la medición se hace difícil, en parte, la dificultad radica en que la lista de factores que intervienen en la resiliencia es larga y aún incompleta:

Las técnicas e instrumentos para la medición de la resiliencia pueden agruparse en tres tipos: pruebas proyectivas, pruebas psicométricas y pruebas de imaginología. Esta agrupación corresponde con los principales enfoques teóricos que permiten una aproximación al concepto de resiliencia.

Las que más desarrollo muestran son las pruebas psicométricas, algunas de las cuales podrían ser utilizadas con éxito en otros estudios sobre el tema. Sin embargo, tanto las pruebas proyectivas como las nacientes pruebas de

imaginología, tienen un potencial interesante para la aproximación al concepto sobre todo en los trabajos de orden clínico y cualitativo.

Los múltiples factores que intervienen en la resiliencia y las distintas aproximaciones teóricas al concepto dificultan el proceso de construcción y medición. Al abordar esta tarea los investigadores se ven en la necesidad de tomar posición frente a una de las definiciones existentes sobre resiliencia, lo cual los obliga a dejar de lado otros aspectos importantes del concepto. ⁽⁹⁾

MEDICIÓN DE LA ADVERSIDAD:

A través de esta medición se pueden distinguir 3 formas diferentes de medir la adversidad o el riesgo:

a) Medición del riesgo a través de múltiples factores:

La medición se realiza en un solo instrumento, utilizando una escala de eventos de vida negativos donde el individuo debe especificar aquellos que han estado presentes como: separación de los padres, enfermedad mental de los padres, experiencia de guerra entre otros.

b) Situaciones de vida específicas:

La naturaleza del riesgo está determinada por aquello que la sociedad o los individuos han considerado una situación de vida estresante, por ejemplo: la experiencia de un desastre natural, la muerte de un familiar, situaciones que afectan al individuo para hacerlo más vulnerable al estrés o a más factores de riesgo.

c) Constelación de múltiples riesgos:

Es un mapeo de las fuentes de adversidad a las cuales se les asigna un puntaje determinado y considera la interacción entre los factores provenientes de los niveles social, comunitario, familiar e individual así como su influencia en el desarrollo humano.

MEDICIÓN DE LA ADAPTACIÓN POSITIVA:

En esta medición las estrategias son similares a las de la adversidad, lo que cambia es la operacionalización del constructo.

a) Adaptación según factores múltiples:

Se mide de acuerdo a la etapa del desarrollo de la personas, y tomando como base el logro de metas. Se habla de factores múltiples ya que se realizan preguntas a profesores, padres y amigos además de un test específico para medir la conducta que va a determinar la adaptación positiva.

b) Ausencia de desajuste:

Se utiliza en personas con serios riesgos de psicopatología y los instrumentos utilizados son los cuestionarios clínicos para identificar desordenes psiquiátricos. Esta medición se restringe en casos de riesgo extremo y generalmente en el área clínica.

MEDICIÓN DEL PROCESO DE RESILIENCIA:

Esta medición es la unión crítica entre la adversidad y la adaptación positiva utilizando dos modelos:

a) Modelo basado en variables:

Inicia con un análisis estadístico que indaga las conexiones entre variables de riesgo o adversidad, resultados esperados y factores protectores que compensen o protejan los efectos del riesgo.

b) Modelo basado en individuos:

Se basa en la comparación de individuos a lo largo del tiempo, y se pregunta la diferencia entre niños resilientes y los no resilientes a lo largo de su vida o por alguna situación en particular.

Existen algunos instrumentos en la comunidad científica que apoyan al proceso de medición de la resiliencia, por ejemplo: ⁽¹⁰⁾

- El Search Instituto en 1989 construyó un cuestionario de perfil de vida del estudiante a través de las actitudes comportamentales y consta de 156 items.
- Jew en 1992 construyó la escala de resiliencia para determinar el nivel de un individuo tomando en cuenta tres factores: optimismo, adquisición de la habilidad y riesgo tomado.

- Wagnild & Young en 1993 construyeron la escala de resiliencia con el propósito de identificar el grado de resiliencia individual considerado como una característica de personalidad positiva que permite la adaptación del individuo.
- Grotberg en 1995 desarrolló dos medidas de resiliencia en niños.
- Perry & Bard en el 2001 construyeron una escala a la que llamaron evaluación de resiliencia para estudiantes excepcionales.
- Baruth & Carroll en el 2002 condujeron un estudio sobre una evaluación formal de la resiliencia por medio del inventario de factores protectores de Baruth.
- Oshio et al. en el 2002 desarrollaron y validaron una escala de resiliencia adolescente.
- Ewarth et al. en el 2002 llevaron a cabo una investigación sobre la medición del estrés resiliente a través de una entrevista social de competencia:

II.ADOLESCENCIA

II.1.DEFINICION DE ADOLESCENCIA

La adolescencia es un periodo de grandes cambios físicos y psicológicos y profunda transformación de las interacciones y relaciones sociales.⁽¹¹⁾

Desde un punto de vista psicológico, la consideramos como una etapa de la vida humana que comienza con la pubertad y se prolonga durante el tiempo que demanda a cada joven la realización de ciertas tareas que le permiten alcanzar la autonomía y hacerse responsable de su propia vida.⁽¹²⁾

La adolescencia es esencialmente una época de cambios tiene enormes variaciones físicas y emocionales, que son fascinantes porque logran la transformación del niño en adulto. Como todos los procesos importantes de cambio, genera perturbaciones y confusión, por eso es angustiada para el adolescente e incomprensible para los adultos, pero es esencial para el desarrollo de la vida y culmina exitosamente en la madurez y en el avance de la sociedad.

En esta se manifiestan cambios en el cuerpo, en los gustos, en los instintos y sentimientos y en el estado de ánimo, cambios que llegan por sorpresa, de modo que el adolescente no sabe cómo manejarlos, no tiene herramientas para entenderlos y por eso le cuesta tanto comunicarlos. En la adolescencia se define la personalidad, el adolescente rompe con la seguridad de lo infantil, corta con sus comportamientos y valores de la niñez y comienza a construirse un mundo nuevo y propio, por eso se rebela contra su entorno y comienza a buscar nuevas amistades y nuevas maneras de relacionarse, nuevas experiencias y nuevas visiones, construye independencia y fortalece su autoafirmación, muestra una actitud de rebeldía y crítica, y a la vez de descubrimiento y apertura.

Por esta vía define los principios que regirán su vida y sus relaciones con los demás. Esos cambios inesperados y el reto de construir su mundo y sus valores generan inseguridad y un fuerte sentimiento de soledad, por eso es tan apasionada la búsqueda de afectos nuevos y amistades íntimas con las que el adolescente pueda sentir seguridad y compartir dudas, expectativas y experiencias.⁽¹³⁾

Desde el punto de vista clínico- nutricional la adolescencia es una etapa de la vida con unas connotaciones fisiológicas muy importantes y con cambios en la maduración emocional y social tan importantes que casi siempre la hacen "inolvidable, esta se convierte en una edad de requerimientos dietéticos y nutricionales concretos e importantes, en la que no pocas veces comienzan a presentarse desórdenes alimenticios, a veces imbuidos por modas y corrientes sociales, otras por excesivas exigencias internas y externas, y a menudo por una mezcla de ambas.

Spranger (1948) resume estos cambios como el descubrimiento del yo, formación progresiva del "plan" para la vida e incorporación a nuevas esferas de la vida. El adolescente tiene que aceptar sus cambios morfológicos; tiene que buscar un nuevo concepto de si mismo y desarrollar su autoafirmación por su necesidad de

autonomía. Este periodo supone, en definitiva, el paso de niño/a a hombre/mujer, transformación que, a priori, es una de las más intensas de la vida. Todos estos cambios pueden influir favorable o desfavorablemente en la conducta alimentaria del adolescente. ⁽¹⁴⁾

II.2. CARACTERÍSTICAS DE LOS JÓVENES DE 15 A 19 AÑOS

La adolescencia es una etapa en la vida del ser humano en la que ocurren cambios significativos, cuantitativos y cualitativos en cuanto al marco de lo biológico, pero también son de gran interés las esferas psicológica y social.

Desde la infancia a la juventud sufren un conjunto de transformaciones, como un proceso de personalización, lo que sienten, lo que dicen. Se trata de personas inmersas en una etapa clave de transformación de lo que ahora son y de descubrimiento de lo que desean ser. ⁽¹⁵⁾

En esta etapa de la vida el crecimiento y desarrollo son rápidos y de gran alcance, hay necesidad de independencia, impulsividad, labilidad emocional, ambivalencias y tendencia a la agrupación con pares, ejerciendo las normas y conductas grupales gran influencia en los comportamientos individuales.

Se busca la identidad propia, aparece el pensamiento lógico abstracto y se construyen un sistema de valores y proyectos de vida. ⁽¹⁶⁾

El Consejo Nacional de la Población maneja a este grupo de jóvenes entre los 15 y 24 años de edad lo cual representa en México el 20% de la población. ⁽¹⁷⁾

Los adolescentes según el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) son definidos como el grupo de población de entre 10 y 21 años, y representan aproximadamente el 25% de la población Mexicana. ⁽¹⁸⁾

Para muchos de ellos la urbanización, industrialización y la educación en vías de desarrollo han cambiado sus relaciones tradicionales, entre la familia en particular y con la sociedad. ⁽¹⁹⁾

Es esencial promover el comportamiento sano durante la adolescencia, tal comportamiento y un ambiente (social, político, económico, físico, etc.) que facilite y posibilite tales comportamientos incluyendo la salud mental, cuestiones sociales y culturales, las inequidades socioeconómicas, las cuestiones de género, los derechos y la diversidad sexual, étnica, regional y de otros tipos. ⁽²⁰⁾

Durante la juventud se presenta un proceso en el que las personas buscan una identidad propia, tienden a buscar independencia y a reunirse con grupos de amigos.

Es interesante conocer sobre de lo que hablan los jóvenes de 15 a 19 años , en este rango de edad las mujeres hablan en su mayoría sobre sus sentimientos y su familia , mientras que los hombres tratan temas de trabajo y sexo, es aquí donde se observa la gran influencia que ejercen los medios de comunicación con estas personas . ⁽²¹⁾

De acuerdo con esta etapa de la vida se describen las siguientes características que se encuentran relacionadas con el desarrollo de los jóvenes:

Desarrollo Cognoscitivo:

En esta etapa la capacidad de adquirir y utilizar conocimientos llega a su máxima eficiencia, capacidad que se va acentuando progresivamente desde los 11 -12 años, puede tomar como objeto a su propio pensamiento y razonar acerca de sí mismo:

- Puede considerar no sólo una respuesta posible a un problema o explicación a una situación, sino varias posibilidades a la vez.

- Agota lógicamente todas las combinaciones posibles.
- El pensamiento operativo formal le permite distinguir entre verdad y falsedad.
- Puede experimentar tensión a través del pensamiento y ya no sólo a través de la actuación.
- Este tipo de pensamiento recientemente adquirido trae aparejada la capacidad del adolescente para entenderse consigo mismo y el mundo que lo rodea.

Si hablamos del componente cognitivo, la satisfacción con la vida se define como una evaluación que las personas hacen sobre su vida, examinando aspectos tangibles de su vida, sopesa lo bueno contra lo malo y lo compara con un criterio establecido por ella misma. ⁽²²⁾

El adolescente es capaz no sólo de captar el estado inmediato de las cosas, sino de entender los posibles estados que éstas podrían asumir.

La aparición del pensamiento operativo formal (hipotético-deductivo) afecta también al adolescente en la idea que se forma de sí mismo. Comienza a dirigir sus nuevas facultades de pensamiento hacia adentro y se vuelve introspectivo, analítico y autocrítico.

El adquirir la capacidad de razonar sobre sí mismo y el mundo lo lleva a uno de los principales problemas de esta etapa: el de construir su propia identidad. Comienza a preguntarse ¿Quién soy? ¿Qué quiero? ¿Para dónde voy?

Desarrollo Social:

Esta etapa, es el paso desde la vida familiar a la inserción en la vida social y se espera que sea una persona independiente, que siempre se exprese y que se dirija a los roles y metas que tengan relación con sus habilidades.

El joven procura que sus sentimientos de adecuación y seguridad provengan de sus propias realizaciones, las que confronta frecuentemente con su grupo de pares o compañeros de edad similar.

El joven en esta etapa de desarrollo desempeña varias funciones como:

- Comenzar a relacionarse con sus compañeros de edad.
- Aprender a controlar su conducta social.
- Adquirir destrezas e intereses propios de la edad.
- Compartir problemas y sentimientos comunes.

La mayor independencia que el adolescente va adquiriendo, y la mayor conciencia de realidad que va desarrollando, le hacen percibir el mundo más descarnadamente y a expresar juicios y pensamientos propios. Es importante señalar que esta situación no es necesariamente la ideal y que puede llegar a ser incluso bloqueadora de un desarrollo social más sano del joven hacia la autonomía. ⁽²³⁾

Si hablamos de la educación de chicos y chicas notamos que es un producto que depende de la forma en como los adultos los ven, la manera en que observan su mundo, interpretar lo que hacen.

Según sea la visión se pueden interpretar sus comportamientos, negar o descubrir sus potencialidades.

La relación educativa con el adolescente puede resultar exitosa en la medida que tenemos interés por saber cómo son y descubrir las lógicas que expliquen su conducta. ⁽¹⁵⁾

Se sabe que esta etapa es el periodo en el que se establecen los hábitos dietéticos, madura el gusto, se definen las preferencias y las aversiones pasajeras o definitivas, constituyendo la base del comportamiento alimentario para el resto de la vida. ⁽²⁴⁾

El estilo de vida del adolescente y el ambiente sociocultural que lo rodea, así como los cambios psíquicos propios de su edad, lo ponen en riesgo de sufrir diversas

alteraciones que pueden ir desde adquirir hábitos de alimentación inadecuados hasta desarrollar adicciones dañinas para su nutrición y su salud.⁽²⁵⁾

Los estilos de vida influyen en el estado de salud de la población, por lo cual la educación integral, representa un componente determinante en su salud, pues influye de forma directa en su calidad de vida. Un componente de los estilos de vida, son los hábitos alimentarios, que en gran parte han provocado algunos de los problemas actuales de salud en la población.

Abordar la alimentación en el espacio universitario significa avanzar en la educación integral de los futuros profesionales de la salud, aún más en el área de las Ciencias Médicas.⁽²⁶⁾

II.3. RESILIENCIA EN JOVENES

El término “resiliencia” se refiere a la capacidad del sujeto para adaptarse con eficacia a las situaciones adversas, traumáticas o altamente estresantes. Significa rebotar de las experiencias difíciles. Estas habilidades resultan ser aprendidas y se pueden fomentar con el desarrollo de estrategias concretas. Cada individuo presenta un patrón de recuperación en el que coinciden aspectos estructurales como su capacidad intelectual; su estilo cognitivo, variables neurológicas y emocionales. Y aspectos psicológicos como estilos de afrontamiento y resolución de problemas, habilidades sociales y adecuación interpersonal. Estamos hablando de conductas que facilitan la adaptación a los hechos negativos del entorno, a través de pensamientos y actuaciones. Los tratamientos psicológicos desde el modelo cognitivo conductual han mostrado su eficacia para conseguir que el paciente desarrolle estrategias de resiliencia, facilitando la recuperación de la sintomatología propia de los estados postraumáticos.⁽²⁷⁾

La adolescencia es una etapa en donde hay retos y obstáculos significativos para el adolescente que enfrenta el desarrollo de su identidad y la necesidad de

conseguir la independencia de la familia manteniendo al mismo tiempo la conexión y la pertenencia a este grupo.

Cuando los adolescentes perciben que no pueden enfrentar sus problemas de forma eficaz su comportamiento puede ser negativo en su propia vida, en su familia y hasta con la sociedad, es por esto que es importante tener en cuenta las relaciones entre los estilos de afrontamiento y factores como la clase social, el estrés, edad, origen étnico, ya que estos tienen influencia directa o indirectamente sobre su calidad de vida dependiendo de cómo el adolescente perciba las situaciones. ⁽²⁸⁾

A menudo se tiene una imagen del adolescente como alguien que se muestra necesariamente alegre, divirtiéndose con sus amigos, al margen de la realidad y de los problemas. La experiencia nos indica que la vida, no es siempre algo fácil de afrontar, incluso, podemos encontrarnos con situaciones tan traumáticas como el acoso, la enfermedad, los accidentes o la pérdida de un ser querido. ¿Cómo es posible que algunas personas puedan atravesar circunstancias tan difíciles y consigan después recuperarse? Aquellos que logran sobreponerse están utilizando sus habilidades de resiliencia. ⁽²⁷⁾

Dentro de las investigaciones que se han hecho sobre resiliencia en adolescentes se habla de que la mayoría de estas se centran en la relación calidad – salud y la resiliencia se observa como posible protector de las consecuencias negativas tanto físicas como psicológicas de las enfermedades y se plantea que las emociones negativas pueden actuar como factores de riesgo para la calidad de vida. ⁽²⁸⁾

Muestran también una serie de características que se asocian directamente con la capacidad de afrontar adecuadamente los problemas cotidianos, las cuales se relacionan con el propio desarrollo personal. Los jóvenes resilientes presentan, entre otras características comunes:

- Adecuado control de emociones en situaciones difíciles o de riesgo, demostrando optimismo y persistencia ante el fracaso.
- Habilidad para manejar de manera constructiva el dolor, el enojo, la frustración y otros aspectos perturbadores.
- Capacidad de enfrentar activamente los problemas cotidianos.
- Capacidad para obtener la atención positiva y el apoyo de los demás, estableciendo amistades duraderas basadas en el cuidado y apoyo mutuo.
- Competencia en el área social, escolar y cognitiva; lo cual les permite resolver creativamente los problemas.
- Mayor autonomía y capacidad de auto observación.
- Gran confianza en una vida futura significativa y positiva, con capacidad de resistir y liberarse de estigmas negativos.
- Sentido del humor flexibilidad y tolerancia. ⁽²⁹⁾

II.4. EVALUACIONES SOBRE RESILIENCIA

Existen diversas pruebas que evalúan el grado de resiliencia que tienen los adolescentes , por ejemplo; El Cuestionario sobre Resiliencia en Adolescentes Mexicanos en el cual se muestra que los adolescentes engloban la resiliencia en seis factores: seguridad personal, autoestima, afiliación, baja autoestima, altruismo y familia. ⁽³⁰⁾

Tales dimensiones permiten calificar a los individuos resilientes como firmes en sus propósitos, poseedores de una visión positiva del futuro, competencia personal, confianza en sí mismos, con control interno, sentido del humor, autonomía y habilidades cognitivas, todos los cuales son factores que facilitan la resiliencia (Bernard, 1991). Sin embargo, cabe señalar que, a diferencia de los modelos anteriores, en este estudio también se encontró la dimensión de baja autoestima.

Lo anterior estaría expresando características no resilientes, pero es importante considerar dicha dimensión, pues lleva a pensar que es un área importante de reencuadrar o reorientar para facilitar el proceso de construir resiliencia.

Una de las dimensiones del instrumento en la que se obtuvo la media más alta es la que corresponde a la familia; en efecto, la familia, a pesar de las transformaciones que ha tenido a lo largo del tiempo, sigue siendo el grupo social que ofrece más seguridad y equilibrio emocional al adolescente y es un factor protector en la resiliencia de los individuos.

Asimismo, estos datos hacen ver que los mexicanos conceden un gran valor a la familia y que los valores familiares aún se mantienen. ⁽³⁰⁾

En el caso del test PSYCOSISTEM en el cual se mide el grado de resiliencia vista como el proceso de adaptarse bien a la adversidad, a un trauma, tragedia, amenaza, o fuentes de tensión significativas, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud o situaciones estresantes del trabajo o financieras.

Esta investigación ha demostrado que la resiliencia es ordinaria, no extraordinaria. Un ejemplo que se maneja es la respuesta que dieron las personas en los Estados Unidos a los ataques terroristas del 11 de septiembre de 2001 y sus esfuerzos individuales para reconstruir sus vidas. ⁽³¹⁾

En el caso de la prueba sobre factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre (Colombia), se observó que el instrumento que se utilizó fue el cuestionario de resiliencia para estudiantes universitarios, Cre-u. ⁽³²⁾

Éste posee una validez de constructo basada en la teoría de los autores Emmy Werner (1982) y Wolin & Wolin (1993), que se centra en explicar los factores

personales que sirven de protección y fuerza a las personas en situaciones difíciles o adversas.

Los factores que se tienen en cuenta son: introspección, iniciativa, humor, interacción, independencia, creatividad, moralidad y pensamiento crítico. Al mismo tiempo, el instrumento tiene una validez de experto, ya que este cuestionario fue evaluado por 3 investigadores en el tema.

Para hallar la confiabilidad se realizó una prueba piloto a 146 estudiantes de esta misma universidad, en la que se encontró un coeficiente de alpha de Cronbach de 0,70, lo cual indica una confiabilidad media alta suficiente para esta investigación. El CRE-U tiene en total 90 ítems, con 5 opciones de respuesta estilo escala Likert, en la cual 1 significa nunca, 2 casi nunca, 3 a veces, 4 casi siempre y 5 siempre.

La aplicación fue de 45 minutos y las entrevistas se realizaron en las instalaciones de la universidad, donde se citaron a los estudiantes mediante una publicación general; las personas que no participaron de esta convocatoria se contactaron de forma personal.

Los resultados arrojaron que en la población de las diferentes carreras universitarias se encontró que la mayoría de los programas presentan más personas con alto rendimiento académico que con bajo rendimiento académico; estos son: fonoaudiología, biología con énfasis en biotecnología, licenciatura en educación básica con énfasis en matemáticas, dirección y administración de empresas, ingeniería agrícola, ingeniería agroindustrial y enfermería; mientras que en los programas de zootecnia e ingeniería civil se nota lo contrario. ⁽³²⁾

III.CARACTERISTICAS DE LA FACULTAD DE MEDICINA

Facultad perteneciente a la Universidad Autónoma del Estado de México, ubicada en la capital del Estado de México, Toluca de Lerdo. ⁽³³⁾

Cuenta con 550 profesores que conforman el claustro docente de la Facultad y que coadyuvan con la capacitación de los estudiantes del organismo académico con la matrícula más grande de toda la institución, con cerca de tres mil 100 estudiantes. ⁽³⁴⁾

Actualmente en ella se imparten las licenciaturas de Médico Cirujano, Nutrición, Terapia Física, Terapia Ocupacional y Bioingeniería Medica, así como también especialidades en anestesiología , cirugía general, maxilofacial, pediátrica, plástica y reconstructiva, gastroenterología, geriatría, ginecología y obstetricia, medicina critica en obstetricia, medicina familiar , interna, neonatología , ortopedia , otorrinolaringología, psiquiatría, pediatría , radiología, salud pública y urología.

De la misma forma se imparten cursos, maestrías y doctorados tales como: Maestría en Investigación Clínica, Maestría en Ciencias con Especialidad en Física Médica, Maestría en Ciencias de la Salud y Doctorado en Ciencias con Especialidad en Física Médica.

Esta facultad cuenta con diversos laboratorios para complementar el aprendizaje de los estudiantes tales como antropometría, agentes biológicos, biología molecular, bioquímica, bioquímica de nutrición, bioterio, dietología, disecciones, farmacología, física médica, fisiología, genética - embriología, habilidades clínicas, histología , medicina del deporte, neurofisiología, neuroquímica y patología.

La Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma del Estado de México, actualmente se encuentra acreditada por el Consejo Mexicano para la Acreditación de la Educación Médica (COMAEM), logrando su última acreditación en 2009. Cabe decir, que ésta facultad fue la primera en someterse al proceso de

acreditación en 1996, y por tanto, fue la primera facultad acreditada a en la República Mexicana. ⁽³³⁾

III.1. LICENCIATURA EN NUTRICION

La Nutrición como profesión se conceptualiza como aquella práctica profesional que permite afrontar problemas nutricionales y alimentarios desde un equipo multidisciplinario, acorde con las transformaciones socioeconómicas del país que influyen en la dimensión nutricional y alimentaria de la historia natural y social del proceso salud - enfermedad.

En este sentido la Licenciatura en Nutrición se caracteriza por incluir un conjunto de acciones que implican técnicas y algunas veces una formación cultural, científica y filosófica. Debe considerarse que definir una profesión implica determinar las actividades ocupacionales y sociales, mismas que se encuentran inmersas en el contexto en el que se practica.

Existe una necesidad de ampliar las posibilidades formativas del Licenciado en Nutrición, partiendo de una idea generalizada de abordar la problemática social para diversificarla en los campos de Nutrición comunitaria, Nutrición clínica y Administración de Servicios de Alimentación.

En cuanto al perfil de ingreso del estudiante se agrupa en 4 áreas fundamentales: aptitudes (comunicación, memoria, lectura crítica, aptitud física), intereses (relaciones humanas, actualización continua, trabajo en equipo), actitudes (razonamiento crítico, respeto y ética personal) y conocimientos (inglés, computación, biología, anatomía humana, español).

Al final de la Licenciatura en Nutrición el egresado contará con un dominio cognitivo con bases teóricas para la generación, aplicación y difusión de la nutriología contribuyendo a la solución de problemas que demanden su intervención, mediante atención nutricia personal y grupal con el dominio de

habilidades y destrezas dentro de un marco ético y moral respetando el bienestar, la privacidad, la dignidad, las creencias y la vida.

El propósito de la carrera al concluir sus estudios, el estudiante es que pueda evaluar el estado de nutrición a nivel individual y colectivo, administrar programas de alimentación, nutrición y educación, integrar habilidades y destrezas para el análisis e intervención de la problemática en salud nutricional, realizar investigación en las áreas de nutrición, salud y alimentación. ⁽³⁵⁾

IV. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los jóvenes muestran una serie de características que se asocian directamente con la capacidad de afrontar adecuadamente los problemas cotidianos, las cuales se relacionan con el propio desarrollo personal, mismos que es necesario conocer para describir su comportamiento.

Se enfrentan a muchos riesgos, en una etapa de su vida en la que no tienen claro cómo resolver los problemas, y que en muchas ocasiones los limita para seguir adelante con sus estudios o para tener una vida saludable.

Se desconoce la resiliencia que tienen los alumnos en las escuelas lo cual es necesario identificar para fortalecer el desarrollo de esta en los estudiantes explicando que para lograrlo, se requiere un cambio de actitud y un modelo de bienestar que se centra en la adquisición de competencias, facultades y eficacia propias ya que la resiliencia es un proceso en la vida, en el que se necesitan docentes con una actitud constructora de resiliencia, que transmitan esperanza y optimismo.

Se carece de información acerca de los estudiantes con respecto a su capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad, y de desarrollar competencia social, académica y vocacional, por esto es importante analizar las características que tienen en común los jóvenes ya que este estudio está enfocado en ellos.

Por lo anteriormente expuesto surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Existen cambios en los factores resilientes en los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad Autónoma del Estado de México a su ingreso y egreso 2009-2013?

V. JUSTIFICACIÓN

La realización de este trabajo tiene como finalidad conocer la forma en la que se presentan los factores resilientes en los estudiantes de la licenciatura en nutrición a su ingreso y egreso, ya que como sabemos, la resiliencia es la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad, y de desarrollar competencia social, académica y vocacional.

Lo que nos conduce a describir cuales son las fortalezas y debilidades en los pilares de la resiliencia así como los posibles cambios que tienen los alumnos de la Licenciatura en Nutrición.

Se sabe que uno de los problemas en estudiantes de nuevo ingreso es la forma de adaptarse a un nuevo entorno, para ellos todo lo que se les presenta en ese momento es totalmente nuevo. En este sentido, hay alumnos que enfrentan todo tipo de situación sin generarles mayor problema adaptándose a las adversidades de la mejor manera y sobreponiéndose a las situaciones, incluso sacando provecho de ellas, sin embargo existen otros alumnos a quienes les cuesta trabajo esa adaptación y no pueden hacerla.

Además no existen suficientes estudios que aporten evidencias sobre el comportamiento que tienen los estudiantes y la resiliencia que presentan para continuar con sus estudios.

Por lo anterior, con la realización de este trabajo se pretende identificar factores con los que cuentan los alumnos para sobrevivir y seguir atendiendo a las exigencias escolares, así como su evolución a través de su formación escolarizada.

VI. HIPÓTESIS

Los factores resilientes de introspección, iniciativa e independencia de los alumnos de la Licenciatura de Nutrición tienen un aumento estadísticamente significativo al término de su formación escolarizada.

VII. OBJETIVOS

VII.1. OBJETIVO GENERAL

Comparar los factores resilientes en los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad Autónoma del Estado de México de la generación 2009 a su ingreso y egreso.

VII.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Evaluar cada uno de los pilares de la resiliencia presentes en los alumnos de la Licenciatura en Nutrición a su ingreso y egreso.
- Evaluar los factores resilientes considerando el sexo.

VIII. MÉTODO

VIII.1. TIPO DE ESTUDIO:

Transversal, analítico en 2 tiempos.

VIII.2. DISEÑO DE ESTUDIO

Se solicitó autorización a las autoridades de la Facultad de Medicina de la UAEM para aplicar el cuestionario de resiliencia para estudiantes universitarios (CRE-U) de Peralta y colaboradores a los alumnos de la Licenciatura en Nutrición del periodo 2009-2013.

Este estudio deriva del proyecto “Rendimiento académico y resiliencia en los alumnos de la Facultad de Medicina”, con registro interno 002/2009.

Se analizó la base de datos de los cuestionarios aplicados a los alumnos a su ingreso y se les aplicó a los mismos a su egreso en el período 2009- 2013.

VIII.3. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLE DEPENDIENTE: factores resilientes

VARIABLE INDEPENDIENTE: edad, sexo, estado civil, introspección, iniciativa, independencia, humor, creatividad, moralidad, pensamiento crítico.

VARIABLE	DEFINICIÓN TEÓRICA	DEFINICIÓN OPERACIONAL	NIVEL DE MEDICIÓN	ESCALA DE MEDICIÓN	INDICADOR	ITEM
Edad	Tiempo que ha vivido una persona a partir de su nacimiento	Años cumplidos	Cuantitativa	discreta	Edad en años cumplidos	Ficha de identificación
Sexo	Condición orgánica, masculina o femenina.	Rol de la persona en la sociedad	Cualitativa	nominal	Masculino Femenino	Ficha de identificación
Estado civil	Se entiende por estado civil la condición particular que caracteriza a una persona en lo que hace a sus vínculos personales con individuos de otro sexo o de su mismo sexo.	Condición civil en la que se encuentra al momento de la encuesta	Cualitativa	nominal	-Soltero -Casado -Unión libre -Madre soltera	Ficha de identificación
Introspección	Observación interior de los propios actos o estados de ánimo o de conciencia.	Capacidad de comprender las cualidades de sí mismo y de los otros: y poder reflexionar de una forma activa y personal sobre las experiencias vividas.	Cuantitativa	Discreta	Puntuación obtenida	1,9,17,25,33,41,49,57,65,43,81,85,88,89

Iniciativa	Acción de adelantarse a los demás en hablar u obrar	Placer de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes; capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos.	Cuantitativa	Discreta	Puntuación obtenida	3,11,19,27,35,43,51,67,75,83,86
Independencia	Capacidad de establecer límites entre uno mismo y los ambientes adversos.	Capacidad de establecer límites entre uno mismo y los ambientes adversos; capacidad de mantener una sana distancia emocional y física, sin llegar al aislamiento.	Cuantitativa	Discreta	Puntuación obtenida	4,12,20,28,36,44,52,60,68,76,84,87
Humor	Estado afectivo que se mantiene por algún tiempo.	Capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia; se mezclan el absurdo y el horror en lo risible de esta combinación.	Cuantitativa	Discreta	Puntuación obtenida	5,13,21,29,37,45,53,61,69,77
Creatividad	Capacidad de creación.	Significa crear e innovar en lo personal, lo familiar, artístico, científico y social para transformar la realidad por medio de la solución de problemas.	Cuantitativa	Discreta	Puntuación obtenida	6, 14, 22, 30, 38, 46, 54, 62, 70, 78

Moralidad	Conformidad de una acción o doctrina con los preceptos de la moral.	Consecuencia para extender el deseo personal de bienestar a todos los semejantes y la capacidad de comprometerse con valores.	Cuantitativa	Discreta	Puntuación obtenida	7, 15, 23, 31, 39, 47, 55, 63, 71, 79
Pensamiento crítico	Consiste en evaluar y analizar la consistencia de los razonamientos, en especial aquellas afirmaciones que la sociedad acepta como verdaderas.	Análisis crítico de las causas y responsabilidades de la adversidad que se sufre.	Cuantitativa	Discreta	Puntuación obtenida	8, 16, 24, 32, 40, 48, 56, 64, 72, 80

VIII. 4. UNIVERSO DE TRABAJO Y MUESTRA:

Se trabajó con todos los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de la generación 2009 de la Universidad Autónoma del Estado de México hasta su egreso.

VIII.4.1. CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

Todos los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de la generación 2009 que hayan contestado el cuestionario y que aceptaron participar mediante la carta de consentimiento válidamente informado.

VIII.4.2.CRITERIOS DE NO INCLUSIÓN:

Alumnos que no quisieron participar en el estudio.

VIII.4.3.CRITERIOS DE ELIMINACION:

Alumnos dados de baja.

VIII. 5. INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN:

Se trabajó con el cuestionario de resiliencia para estudiantes universitarios (CRE-U) de Peralta y colaboradores. El cual tiene una validez de constructo; basada en la teoría de los autores Emmy Werner; así como de Wolin & Wolin : que se centra en explicar los factores personales que sirven para protección y fuerza a las personas en situaciones difíciles o adversas. El CRE-U tiene un total de 90 ITEMS , con 5 opciones de respuesta estilo escala Likert , en la cual: 1 significa Nunca , 2 casi nunca , 3 a veces , 4 por lo general , y 5 siempre. (ANEXO 1)

La aplicación de este cuestionario fue auto dirigida; de forma grupal y su duración fue de aproximadamente 45 minutos.

VIII.6. DESARROLLO DEL PROYECTO:

Los cuestionarios se aplicaron en las instalaciones de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma del Estado de México, con estudiantes durante el curso de inducción, dándoles previa orientación sobre los objetivos, beneficios e implicaciones de esta investigación, resolviéndoles dudas que les surgieron en el momento. Esta aplicación se realizó en una sola sesión.

A estos mismos alumnos, se les aplicó nuevamente el cuestionario al término de su formación escolarizada.

VIII.7. LIMITE DE TIEMPO Y ESPACIO

Instalaciones de la Facultad de Medicina durante el curso de inducción y al egreso de los alumnos de la Licenciatura en Nutrición generación 2009.

VIII. 8. DISEÑO DE ANÁLISIS

Se recolectaron los cuestionarios para ser analizados con el programa SPSS versión 17 e interpretar cada una de las variables.

Las variables cualitativas fueron interpretadas por frecuencias y porcentajes, las variables cuantitativas fueron interpretadas por media, moda, mediana así como medidas de dispersión: varianza y desviación estándar.

Se compararon las medias de los grupos (hombres y mujeres) con la t de student, así como la comparación al inicio de y al final de la carrera para grupos independientes y relacionados.

IX. IMPLICACIONES ÉTICAS

El presente estudio se llevó a cabo de acuerdo con los principios éticos establecidos en la 18 th Asamblea Medica Mundial (Helsinki, 1964), la información fue de carácter confidencial. La aplicación del instrumento para este estudio, se llevó a cabo en las instalaciones de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma del Estado de México, previa autorización de la autoridad correspondiente. Antes de que los estudiantes proporcionaran alguna información se dio a conocer el objetivo del estudio a través de la carta de consentimiento informado, la cual fue firmada por cada uno de los alumnos.

X. ORGANIZACIÓN

- **Límite de espacio :**

El presente estudio se llevó a cabo en las instalaciones de la Facultad de Medicina, previo consentimiento informado por las autoridades pertinentes.

- **Tesista:**

El trabajo de investigación fue realizado por la alumna pasante de la Licenciatura en Nutrición Cynthia Becerril González.

- **Directora de Tesis:**

M.en S.P. Martha Elva Campuzano González.

XI. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

El trabajo de investigación se realizó con aportaciones de la alumna quien proporciono ideas, tiempo, dedicación e ingresos económicos para la óptima realización del presente; por lo que se ha calculado un presupuesto aproximado:

▪ Copias	\$200...00/100 M.N.
▪ Impresiones	\$300...00/100 M.N.
▪ Imprenta	\$4500...00/100 M.N.
▪ Trámites administrativos	\$5000...00/100 M.N.
▪ Extra	\$500...00/100 M.N.

El total ascendería aproximadamente a \$10,500...00/100 M.N.

XII.RESULTADOS

El presente estudio se conformó por hombres y mujeres de 18 a 22 años de edad todos ellos estudiantes de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad Autónoma del Estado de México.

Se realizó en 2 tiempos, al inicio de su formación escolarizada y al final de la misma.

Se inició con un total de 52 alumnos, al término de la licenciatura solo se aplicaron 45 cuestionarios ya que 7 (13.4 %) de ellos se dieron de baja. Se evaluaron los 7 pilares que califica el cuestionario de Peralta y Cols., obteniendo los siguientes resultados:

De los 52 alumnos encuestados al inicio, 45 (86.5%) fueron del sexo femenino y 7 (13.4%) del sexo masculino. El rango de edad que se encontró al inicio fue entre los 18 y 22 años.

Al final se trabajó con 45 alumnos, este grupo conformado por 38 del sexo femenino (84.4%) y 7 del sexo masculino (15.5%) con un rango de edad de 22 a 26 años.

Los pilares con mejor calificación al inicio fueron iniciativa con una media de 37.4 e introspección con 48.3, y los de baja calificación fueron pensamiento crítico con media de 27.4 y humor con 30.6. (Cuadro 1)

Al término de su formación escolarizada, los pilares con más altas calificaciones fueron iniciativa con media de 36 e introspección con 44.6 y los más bajos resultaron nuevamente los pilares de pensamiento crítico con 27.4 y humor con una media de 30.9. (Cuadro 2)

Al comparar por sexo al inicio y al final de la formación escolarizada, se encontró que el único pilar que muestra diferencia es el de introspección ya que al inicio en hombres la media es de 48.8 y al final resultado de 44.5. En el caso de las mujeres al inicio la media es de 48.2 y al final de 44.6. (Cuadro 3 y 4)

Cuadro 1. Resultados del cuestionario al inicio de la formación escolarizada.

PILARES	N	Minimum	Maximum	Mean	Puntuación máxima posible	Std. Deviation
INICIATIVA 1	45	23	51	37.40	55	6.036
INDEPENDENCIA1	45	24	48	33.31	60	5.493
HUMOR 1	45	17	41	30.60	55	5.101
CREATIVIDAD 1	45	12	48	32.36	50	6.001
MORALIDAD 1	45	23	43	32.91	50	5.261
PENS. CRÍTICO 1	45	16	38	27.49	50	5.247
INTROSPECCIÓN1	45	35	63	48.36	75	6.685
Valid N (listwise)	45					

Cuadro 2. Resultados del cuestionario al término de la formación escolarizada.

PILARES	N	Minimum	Maximum	Mean	Puntuación máxima posible	Std. Deviation
INICIATIVA 2	45	22	47	36.00	55	4.724
INDEPENDENCIA 2	45	23	48	32.33	60	5.266
HUMOR 2	45	20	41	30.98	55	4.755
CREATIVIDAD 2	45	24	45	32.22	50	4.106
MORALIDAD 2	45	22	44	31.24	50	5.343
INTROSPECCION 2	45	32	56	44.62	75	5.557
PENS. CRITICO 2	45	16	39	27.42	50	4.803
Valid N (listwise)	45					

Cuadro 3. Comparación según sexo al inicio de su formación.

PILARES	SEX COD	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
INTROSPECCIÓN 1	1	8	48.88	7.586	2.682
	2	37	48.24	6.585	1.082
INICIATIVA 1	1	8	35.00	5.043	1.783
	2	37	37.92	6.166	1.014
INDEPENDENCIA 1	1	8	32.50	6.279	2.220
	2	37	33.49	5.388	.886
HUMOR 1	1	8	28.50	6.347	2.244
	2	37	31.05	4.772	.785
CREATIVIDAD 1	1	8	28.75	8.049	2.846
	2	37	33.14	5.282	.868
MORALIDAD 1	1	8	34.38	4.502	1.592
	2	37	32.59	5.413	.890
PENS. CRÍTICO 1	1	8	27.00	4.870	1.722
	2	37	27.59	5.382	.885

Cuadro 4. Comparación según sexo al final de su formación.

PILARES	SEX COD	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
INTROSPECCION 2	1	8	44.50	6.188	2.188
	2	37	44.65	5.504	.905
INICIATIVA 2	1	8	35.50	3.964	1.402
	2	37	36.11	4.915	.808
INDEPENDENCIA 2	1	8	34.25	4.803	1.698
	2	37	31.92	5.330	.876
HUMOR 2	1	8	27.63	5.263	1.861
	2	37	31.70	4.383	.721
CREATIVIDAD 2	1	8	31.38	4.596	1.625
	2	37	32.41	4.038	.664
MORALIDAD 2	1	8	30.88	7.200	2.546
	2	37	31.32	4.978	.818
PENS. CRITICO 2	1	8	26.88	4.257	1.505
	2	37	27.54	4.959	.815

Comparando los resultados de los 7 pilares de la resiliencia al ingreso y egreso de los alumnos se observa que existe una disminución en la mayoría de estos al egreso de su formación escolarizada.

Cuadro 5. Tabla comparativa de resultados de pilares de la resiliencia al ingreso y egreso.

PILARES	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
INTROSPECCIÓN 1	45	35	63	48.36	6.685
INTROSPECCION 2	45	32	56	44.62	5.557
INICIATIVA 1	45	23	51	37.40	6.036
INICIATIVA 2	45	22	47	36.00	4.724
INDEPENDENCIA 1	45	24	48	33.31	5.493
INDEPENDENCIA 2	45	23	48	32.33	5.266
HUMOR 1	45	17	41	30.60	5.101
HUMOR 2	45	20	41	30.98	4.755
CREATIVIDAD 1	45	12	48	32.36	6.001
CREATIVIDAD 2	45	24	45	32.22	4.106
MORALIDAD 1	45	23	43	32.91	5.261
MORALIDAD 2	45	22	44	31.24	5.343
PENS. CRÍTICO 1	45	16	38	27.49	5.247
PENS. CRITICO 2	45	16	39	27.42	4.803
Valid N (listwise)	45				

Al realizar la T de Student para comparar calificaciones entre sexos, se observó que no hubo diferencias estadísticamente significativas al inicio ni al final.

Cuadro 6. T de estudent al inicio del estudio.

			t- test for equality of means.							
	F	Sig.	t	Df	Sig.(2 tailed)	Mean difference	Std. error difference	95% IC difference	Lower	Upper
INTROSPECCIÓN 1										
Equal variances assumed	.121	.730	.240	43	.812	.632	2.635	-4.682	5.946	
Equal variances not assumed			.218	9.417	.832	.632	2.892	-5.867	7.131	
INICIATIVA 1										
Equal variances assumed	.085	.772	-1.248	43	.219	-2.919	2.338	-7.635	1.797	
Equal variances not assumed			-1.423	12.014	.180	-2.919	2.051	-7.387	1.549	
INDEPENDENCIA1										
Equal variances assumed	.444	.509	-.456	43	.650	-.986	2.161	-5.345	3.372	
Equal variances not assumed			-.413	9.360	.689	-.986	2.390	-6.362	4.389	
HUMOR 1										
Equal variances assumed	1.672	.203	-1.294	43	.203	-2.554	1.974	-6.535	1.426	
Equal variances not assumed			-1.074	8.790	.311	-2.554	2.377	-7.951	2.843	
CREATIVIDAD 1										
Equal variances assumed	1.688	.201	-1.932	43	.060	-4.385	2.270	-8.964	.193	
Equal variances not assumed			-1.474	8.350	.177	-4.385	2.975	-11.196	2.426	
MORALIDAD 1										
Equal variances assumed	.652	.424	.866	43	.392	1.780	2.057	-2.368	5.929	
Equal variances not assumed			.976	11.836	.348	1.780	1.824	-2.199	5.760	
PENS. CRÍTICO 1										
Equal variances assumed	.295	.590	-.288	43	.775	-.595	2.067	-4.764	3.575	
Equal variances not assumed			-.307	11.037	.764	-.595	1.936	-4.854	3.664	

Cuadro 7. T de estudent al final del estudio

			t- test for equality of means.						
	F	Sig.	t	Df	Sig.(2 tailed)	Mean difference	Std. error difference	95% IC difference	
								Lower	Upper
INTROSPECCIÓN 2									
Equal variances assumed	.372	.545	-.068	43	.946	-.149	2.192	-4.568	4.271
Equal variances not assumed			-.063	9.545	.951	-1.49	2.387	-5.458	5.160
INICIATIVA 2									
Equal variances assumed	.044	.835	-.327	43	.745	-.608	1.861	-4.361	3.145
Equal variances not assumed			-.376	12.165	.713	-.608	1.618	-4.128	2.911
INDEPENDENCIA 2									
Equal variances assumed	.134	.716	1.139	43	.261	2.331	2.046	-1.795	6.458
Equal variances not assumed			1.220	11.071	.248	2.331	1.911	-1.872	6.534
HUMOR 2									
Equal variances assumed	.299	.588	-2.304	43	.026	-4.078	1.769	-7.646	-.509
Equal variances not assumed			-2.044	9.217	.071	-4.078	1.995	-8.175	.420
CREATIVIDAD 2									
Equal variances assumed	.476	.494	-.639	43	.526	-1.030	1.612	-4.281	2.220
Equal variances not assumed			-.587	9.480	.571	-1.030	1.755	-4.971	2.910
MORALIDAD 2									
Equal variances assumed	3.403	.072	-.213	43	.832	-.449	2.106	-4.697	3.799
Equal variances not assumed			-.168	8.504	.870	-.449	2.674	-6.552	5.654
PENS. CRÍTICO 2									
Equal variances assumed	.745	.393	-.352	43	.727	-.666	1.892	-4.480	3.149
Equal variances not assumed			-.389	11.516	.705	-.666	1.712	-4.413	3.082

Al comparar los 7 pilares se encontró una diferencia estadísticamente significativa en introspección, iniciativa y moralidad al inicio y al final de su formación.

Cuadro 8. T de estudent para comparar los pilares de la resiliencia al ingreso y egreso de la Licenciatura

	PILARES	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	INTROSPECCIÓN 1 INTROSPECCION 2	3.733	4.988	.744	2.235	5.232	5.021	44	.000
Pair 2	INICIATIVA 1 INICIATIVA 2	1.400	4.609	.687	.015	2.785	2.038	44	.048
Pair 3	INDEPENDENCIA 1 INDEPENDENCIA 2	.978	4.224	.630	-.291	2.247	1.553	44	.128
Pair 4	HUMOR 1 HUMOR 2	-.378	4.041	.602	-1.592	.836	-.627	44	.534
Pair 5	CREATIVIDAD 1 CREATIVIDAD 2	.133	4.197	.626	-1.128	1.394	.213	44	.832
Pair 6	MORALIDAD 1 MORALIDAD 2	1.667	4.782	.713	.230	3.103	2.338	44	.024
Pair 7	PENS. CRÍTICO 1 PENS. CRITICO 2	.067	3.473	.518	-.977	1.110	.129	44	.898

XIII. DISCUSION

En el siguiente apartado se discuten y analizan los resultados presentados en el capítulo anterior.

En este estudio participaron 45 alumnos de los cuales el 82.2 % son mujeres y el 17.8% son hombres.

Se observa q las mujeres son las que predominan este grupo de estudio teniendo en cuenta que hay 3 pilares de la resiliencia que muestran una diferencia estadísticamente significativa.

Comparando con los autores del artículo que se tomó en cuenta para la realización de esta investigación notamos que trabajaron con edades similares así como también encontraron diferencias estadísticamente significativas en los pilares de la resiliencia.

Peralta y colaboradores encontraron diferencias en los pilares de introspección, iniciativa, independencia, moralidad y pensamiento crítico, notando que la de diferencia más alta esta en iniciativa con un resultado de 0.000 y este pilar lo consideraron como un factor clave para el rendimiento académico.

Al contrastar con los autores se observó que nosotros encontramos diferencias significativas en tres de los pilares que también arrojaron resultados importantes en el estudio base, estos pilares son introspección, iniciativa y moralidad siendo que la diferencia más alta en nuestro estudio es la de introspección con un resultado de 0.000.

Después de realizar el análisis de los resultados, encontramos que existe una disminución importante en estos pilares.

Todos vemos que el problema es serio porque han cambiado radicalmente la mentalidad y el modo de ser de los jóvenes, muestran cierto interés al ingresar a la facultad y con el paso del tiempo va disminuyendo el mismo por lo que es necesario poner en marcha ciertos programas o talleres que les puedan crear una visión de éxito y sobresaliente a su futuro egreso.

XIV. CONCLUSIONES

Se inició con un total de 52 alumnos, al término de la licenciatura solo se aplicaron 45 cuestionarios ya que 7 (13.4 %) de ellos se dieron de baja.

Se trabajó con un total de 45 alumnos, 38 del sexo femenino (84.4%) y 7 del sexo masculino (15.5%) evaluando en cada uno de ellos los 7 pilares de la resiliencia encontrando diferencias significativas en los resultados de los cuestionarios aplicados.

Se concluye que al comparar por sexo al inicio y al final de la formación escolarizada, el único pilar que muestra diferencia es el de introspección ya que al inicio en hombres la media es de 48.8 y al final resultado de 44.5.

También concluimos que tres de los siete pilares estudiados disminuyen al término de la formación académica, siendo estos: introspección, iniciativa y moralidad.

XV. RECOMENDACIONES

Se sabe que la resiliencia es la capacidad de recuperarse, sobreponerse y adaptarse con éxito frente a la adversidad, y así poder desarrollar competencia social, académica y vocacional y notando que si se presentaron cambios importantes y preocupantes en estos factores se puede decir que es válido intervenir con programas que promuevan el liderazgo, la motivación, participación activa y la responsabilidad junto con orientaciones hacia la administración del tiempo de estudio y planes de trabajo además de actividades extracurriculares que fortalezcan el crecimiento personal de los estudiantes especialmente que exijan la organización de su proyecto de vida, donde puedan establecer metas y objetivos claros.

Se recomienda poner máxima atención a los alumnos que formen parte de futuras generaciones orientándolos e impulsándolos a cursar la licenciatura con una mentalidad exitosa y siempre sobresaliente.

Es de gran importancia seguir promoviendo investigaciones de este tipo para poder prevenir esta problemática a edades tempranas.

XVI. BIBLIOGRAFÍA

1. Ruiz ME. Kotliarenco MA. Duran CD. El juego como aliado de la resiliencia.[diapositiva].Bogotá, Colombia;2008.29 diapositivas.

URL disponible en: http://www.slideshare.net/GemmaF/ludoteca-y-resiliencia-colombia-presentation?src=related_normal&rel=4654238

2._La resiliencia en la psicología social [base de datos en línea].Valencia España: Clínica Psicológica V.Mars; 2006. [Fecha de acceso 28 de abril del 2011]. URL disponible en: http://www.psicologia-online.com/articulos/2006/resiliencia_social.shtml

3. Becoña E, Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica (Esp) 2006; 11 (3): 125-146.

4._Muñoz GV, De Pedro SF, Educar para la resiliencia. Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social. Revista Complutense de Educación (Madrid) 2005; 16 (1):107-124

5.- La Resiliencia en la Psicología Social [base de datos en línea]. Valencia, España: Facultad de estudios superiores de Iztacala; 2006. [fecha de acceso 5 de julio del 2011]. URL disponible en: http://www.psicologia-online.com/articulos/2006/resiliencia_social.shtml

6.- Organización Mundial de la Salud, Organización Panamericana de la Salud. Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes.[Manual en internet]; 1998 [3/05/11]* disponible en: <http://resilnet.uiuc.edu/library/resilman/resilman-concepto.pdf>

7._Resiliencia: más que jóvenes en busca de oportunidades. En: Seminario Latinoamericano.Buenos Aires Argentina: Fundacion SES; 2000.

8.- Diccionario de la lengua española [en línea]. [Fecha de acceso 5 de julio del 2011]. URL disponible en: <http://buscon.rae.es/drael/>

- 9.- Ospina MD. La medición de la Resiliencia 2007; 25 (1): 58-65.
- 10.-Salgado LA. Métodos e Instrumentos para medir la Resiliencia:Una alternativa Peruana.Liberabit (Peru) 2005: 11: 41-48
- 11.- Organización Mundial de la Salud. [base de datos en línea]: Departamento de Salud y Desarrollo del Niño y del Adolescente (CAH);2011. [Fecha de acceso 5 de julio del 2011]. URL disponible en: http://www.who.int/child_adolescent_health/topics/prevention_care/adolescent/es/
- 12.- Weissmann P. Adolescencia. Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653). [en línea].[fecha de acceso 5 de julio del 2011]; 8. Disponible en: <http://www.rieoei.org/deloslectores/898Weissmann.PDF>
- 13.- UNICEF. Vigía de los derechos de la niñez y adolescencia Mexicana. [Monografías en internet]* Consejo Consultivo de UNICEF México y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF); 2006 [05/07/11]* disponible en: http://www.unicef.org/lac/indice_adolescencia_mexico2006.pdf
- 14.- Caballero LO, Caballero GJ, Necesidades nutricionales en la adolescencia. Colegio de Enfermería de Valencia, 5, 2007.
- 15.-Funes AJ, Como trabajar con adolescentes sin empezar a tratarlos como un problema (España) 2003; 23 (084): 1-8.
- 16.- Aliño SM, López EJ, Navarro FR. Adolescencia: Aspectos generales y atención a la salud. Rev Cubana Med Gen Integr [revista en la Internet]. 2006 Mar [citado 2011 Mayo 17] ; 22(1): Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252006000100009&lng=es.](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252006000100009&lng=es)
- 17.- Comunicado de prensa [base de datos en línea]. Mexico: Consejo Nacional de la Población; 2006. [fecha de acceso 5 de julio del 2011]. URL disponible en: <http://www.conapo.gob.mx/prensa/2006/342006bol.pdf>

18.-Instituto Nacional de Salud Publica [base de datos en línea]. México: Mesa redonda XV efectividad de oportunidades en el comportamiento en el riesgo de adolescentes –Salud Publica 2007.[fecha de acceso 1 de mayo del 20011]. URL disponible en: <http://insp.mx/rsp/articulos/articulo.php?id=001883>

19._Instituto Nacional de Salud Publica [base de datos en línea]. México: Práctica anticonceptiva en adolescentes y jóvenes del área metropolitana de la Ciudad de México 2007.[fecha de acceso 1 de mayo del 20011]. URL disponible en : http://insp.mx/rsp/_files/File/1992/199234_413-426.pdf

20.-_Instituto Nacional de Salud Publica [base de datos en línea]. México: Sexualidad saludable de los adolescentes: la necesidad de políticas basadas en evidencias.[fecha de acceso 1 de mayo del 20011].URL disponible en : http://insp.mx/rsp/_files/File/2007/Edicion%20Especial/mesa%20redonda%20II%20politicas%20y%20acciones.pdf

21.- Lara RK. Consumo de televisión y cultura política. [Tesis de licenciatura]. Puebla: Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades Departamento de Ciencias de la Comunicación, Universidad de las Américas Puebla; 2008.

22.-Atienza FL, Pons D, Balaguer I, García MM, Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción con la vida en adolescentes (España) 2000; 12: 314-319.

23.- Gumucio ME.Desarrollo psicosocial y psicosexual de la Adolescencia. En: Curso salud y desarrollo del adolescente. Chile: Departamento de psiquiatría. Pontificia Universidad Católica de Chile

24.- Castañeda SO, Rocha- Díaz J, Ramos-Aispuro M. Evaluación de los hábitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes de Sonora, México. Archivos en Medicina Familiar 2008; 10: 7-11.

- 25.- Casanueva E, Morales M . Nutrición del adolescente [en línea]. México: Facultad de Medicina de la UNAM. [Fecha de acceso 5 de julio del 2011].
- 26.- Rivera BM. Hábitos alimentarios en estudiantes de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. Rev Cubana Salud Pública [revista en la Internet]. 2006 Sep [citado 2011 Jul 05] ; 32(3): Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662006000300005&lng=es.
- 27.- Carrion OJ. Resiliencia en Adolescentes: CINTECO, 2010.
- 28.- Vinaccia S, Quiceno JM, Moreno SPE ,Resiliencia en Adolescentes.Revista Colombiana de Psicología 2007; (16) : 139-146.
- 29.- Resiliencia. Lugar de escucha Cedro [en línea].2012 [fecha de acceso 4 de marzo 2013]. Disponible en: <http://www.cedro.org.pe/lugar/articulos/resiliencia.htm>.
- 30.-González A ,López FNI, Valdez MJL, Zavala BYC, Resiliencia en Adolescentes Mexicanos. Enseñanza e Investigación en Psicología (Mex) 2008; 13 (1): 41-52.
- 31.-Test sobre el grado de resiliencia [en línea]: PSYCOSISTEM; 2008. [Fecha de acceso 4 de mayo del 2011]. URL disponible en: psycosystem.blogspot.com/.../test-sobre-el-grado-de-resiliencia.html
- 32.- Peralta DSC, Ramírez GAF, Castaño BH, Factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre Colombia. Psicología desde el caribe (Colombia) 2006; (17): 196-219.
- 33.-Facultad de Medicina UAEMex [en línea][fecha de consulta: 13 de marzo del 2013].

34.- Facultad de Medicina de UAEM, de las cinco mejores. Estado de México [en línea], Estado de México: El universal; 2012 [Fecha de acceso 13 de marzo de 2013] URL disponible en: <http://www.eluniversaledomex.mx/home/nota29666.html>

35.- Facultad de Medicina. Plan flexible de estudios Licenciatura en Nutrición [Fecha de acceso 13 de marzo de 2013] URL disponible en: <http://www.uaemex.mx/fmedicina/docs/planflexiblenut.pdf>

ANEXO 1 .CUESTIONARIO

Cuestionario de resiliencia para estudiantes universitarios

(Modificado de Peralta y Cols.)

Apellido Paterno	Apellido Materno	Nombre(s)	No. Cta.
------------------	------------------	-----------	----------

Edad _____ Sexo M_____ F_____ Estado Civil_____

Licenciatura _____Periodo_____

Dirección _____

Teléfono domicilio_____

Llena todos los datos personales que aquí se te piden. Los datos obtenidos se mantendrán con estricta confidencialidad.

A continuación encontraras una serie de enunciados que expresan comportamientos, sentimientos y situaciones de la vida cotidiana que pueden o no parecerse a los que tienes a menudo. Frente a cada uno de ellos marca con una "X" la frecuencia con que los vives.

Existe una escala que significa:

1. Nunca
2. Casi nunca
3. A veces
4. Por lo general
5. Siempre

Por favor contesta con sinceridad y responde todos los enunciados.

¡Cualquier duda, pregunta

COD.	No.	ENUNCIADOS	1	2	3	4	5
IN111	1	Reconozco las habilidades que poseo.					
IT111	2	He contado con personas que me aprecian.					
IC111	3	Planeo con anterioridad mis acciones.					
ID111	4	Me siento incomodo cuando me alejo, por un periodo largo de mi familia.					
H111	5	Cuando afronto una situación difícil, conservo mi sentido del humor.					
C111	6	Dedico tiempo al desarrollo de habilidades artísticas.					
M111	7	Apoyo a mis amigos en momentos difíciles.					
PC111	8	Me conformo con la explicación que da el profesor de la clase.					
IN112	9	Pongo en práctica mis competencias en situaciones difíciles.					
IT112	10	En situaciones adversas tengo, al menos, una persona que me apoya.					
IC112	11	Las actividades diarias que realizo van acorde con mi proyecto de vida.					
ID112	12	Me siento bien cuando tengo que afrontar dificultades sin ayuda de los demás.					
H112	13	Al vivir una experiencia dolorosa, trato de relajarme viendo comics, o juntándome con personas con sentido del humor.					
C222	14	Modifico a mi gusto los lugares donde permanezco la mayor parte del tiempo.					
M112	15	Cuando alguien se equivoca a mi favor, evito sacarlo del error.					

PC112	16	Me incomoda cuando los demás cuestionan mis opiniones.					
IN123	17	Soy consciente de las habilidades que tengo.					
IT223	18	Me siento satisfecho con las relaciones que establezco.					
IC123	19	Realizo un cronograma de actividades para el logro de objetivos personales o académicos.					
ID223	20	Me abstengo de dar mi punto de vista sobre algún asunto para no ir en contra del grupo.					
H113	21	Soy incapaz de reírme de los momentos difíciles que he vivido.					
C223	22	Invento formas de disminuir la tensión generada por un problema.					
M113	23	Cuando llego a un lugar quiero ser el primero que atiendan.					
PC113	24	Cuestiono mis creencias y actitudes.					
IN234	25	Trato de entender puntos de vista diferentes al mío.					
IT224	26	Las personas con las que mantengo relaciones, expresan sentirse a gusto con migo.					
IC234	27	Además de la carga universitaria dedico tiempo extra a profundizar los contenidos vistos.					
ID224	28	Participo en clases para dar mi opinión al público.					
H114	29	Trato de sacarles sentido del humor a las críticas negativas que hacen los demás					

		de mí.					
C224	30	Cuando me hacen falta los recursos apropiados para hacer un trabajo, desisto de él.					
M114	31	Digo mentiras para no quedar mal ante otros.					
PC114	32	Me dejo llevar fácilmente por los consejos de mis amigos.					
IN235	33	Me da rabia cuando me contradicen en mis apreciaciones.					
IT225	34	Mis relaciones afectivas se caracterizan en que doy mucho afecto y recibo muy poco.					
IC235	35	Dedico unas horas semanales a lo visto en clase.					
ID225	36	Es importante el concepto que los otros tengan de mí.					
H115	37	Uso la risa como alternativa para tranquilizarme en situaciones tensionantes.					
C225	38	Prefiero enfrentarme a situaciones conocidas.					
M125	39	Reflexiono sobre mis propios valores y de ser necesario los cambio.					
PC225	40	Puedo resolver con rapidez los inconvenientes que se me presentan.					
IN236	41	Considero que mi opinión es más importante que la de los demás.					
IT226	42	Me cuesta trabajo expresar mis sentimientos a las personas con las que establezco relaciones.					
IC246	43	Tengo motivación para el estudio.					
ID226	44	Juzgo a los demás con base a nuestro					

		primer encuentro.					
H116	45	Me cuesta trabajo tener sentido del humor cuando enfrento situaciones dolorosas.					
C226	46	Intento no caer en la rutina, realizando actividades diferentes a los demás días.					
M236	47	Me cuesta trabajo diferenciar los actos buenos de los malos.					
PC226	48	Me cuesta trabajo resolver satisfactoriamente los conflictos que se me presentan.					
IN247	49	Me doy cuenta de las cualidades que tiene las otras personas.					
IT337	50	En mis relaciones, expreso abiertamente mis pensamientos y sentimientos.					
IC357	51	Participo en actividades que están fuera del ámbito académico.					
ID237	52	Los valores que poseo deben ser iguales a los de mi grupo.					
H117	53	A pesar de tener un problema grave trato de mantenerme alegre.					
C227	54	Se me hace fácil adaptarme al cambio.					
M347	55	Soy colaborador con las personas que me rodean.					
PC227	56	Cumplo al pie de la letra las reglas que se me imponen.					
IN258	57	Puedo identificar los defectos de las demás personas.					
IT348	58	En mis relaciones afectivas tengo en cuenta los deseos del otro.					
IC358	59	Pertenezco a grupos deportivos, culturales de capacitación u otros que difieren de la					

		carga académica.					
ID238	60	Cuando vivo una experiencia significativa vuelvo a revisar mis principios.					
H128	61	Cuanto tengo un problema me siento deprimido.					
C338	62	Busco otras funciones a los objetos que utilizo.					
M348	63	Me integro a grupos que brindan ayuda a los necesitados.					
PC338	64	Cuando algo no sale como yo espero, recapacito sobre los errores que pude haber tenido.					
IN369	65	Identifico los aspectos positivos de situaciones vividas con anterioridad.					
IT348	66	En las relaciones significativas que mantengo, me intereso por conocer los ideales y objetivos del otro.					
IC469	67	Mis compañeros me eligen para dirigirlos en actividades.					
ID349	68	Necesito la aprobación de los demás para tomar decisiones importantes.					
H129	69	Me siento estresado al enfrentar situaciones adversas.					
C339	70	Cuando tengo un problema planteo diferentes alternativas de solución.					
M349	71	Desconfío de las personas que se acercaban a pedirme ayuda caritativa.					
PC339	72	Reflexiono sobre mis creencias.					
IN3610	73	Me cuesta trabajo darme cuenta de los errores que he cometido anteriormente.					
H4510	74	Me intereso por el bienestar de las					

		personas que conozco.					
IC4710	75	Cuando soy líder en un grupo, propongo ideas para el logro de objetivos.					
ID3510	76	Me siento mejor cuando trabajo en forma independiente.					
H1210	77	Hago chistes acerca de mi vida cotidiana.					
C3310	78	Presento mis trabajos en clase de forma novedosa.					
M4510	79	Sacrifico momentos que me generan placer para obtener, más adelante, grandes satisfacciones.					
PC3310	80	Se me dificulta adaptarme a nuevos lugares.					
IN4814	81	Hecho la culpa a los demás por los problemas que me suceden.					
H4511	82	En las relaciones que establezco tengo en cuenta el bienestar propio.					
IC4811	83	Me gusta enfrentar retos.					
ID3511	84	Las orientaciones del docente son imprescindibles para mi aprendizaje.					
IN3712	85	Trato de mejorar los aspectos negativos de mí mismo.					
IC4812	86	Me disgusta cuando me exigen mucho en clase.					
ID3512	87	Prefiero trabajar en grupo.					
IN3713	88	Organizo actividades que me ayudan en mi crecimiento personal.					
IN3611	89	Cuando reflexiono sobre mi forma de ser , tengo en cuenta las apreciaciones de los demás.					

IN4815	90	Espero a que otros me ayuden a resolver los problemas.					
--------	----	--	--	--	--	--	--

ANEXO 2. CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Universidad Autónoma del Estado de México

Facultad de Medicina.

Te informamos que la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma del Estado de México, preocupada por tu rendimiento académico durante tu formación escolarizada en esta facultad, ha diseñado el proyecto de investigación:

“RENDIMIENTO ACADÉMICO Y RESILIENCIA EN LOS ALUMNOS DE LA FACULTAD DE MEDICINA”.

A cargo de los profesores:

- Mario E. Arceo Guzmán
- Martha Elva Campuzano González
- Arturo García Rillo
- Yamel Libien Jiménez
- Luis Gabriel Montes de Oca Lemus
- Armando Zamudio Muñoz

El cual tiene como propósito indagar sobre aspectos relacionados con tu desempeño escolar.

Esta investigación se realizara exclusivamente a través de cuestionarios auto aplicables, cuyos datos serán manejados de manera estrictamente confidencial.

Si estás de acuerdo en participar, anota los datos que se te solicitan a continuación:

Apellido Paterno	Apellido Materno	Nombre(s)	No. Cta.
Licenciatura _____ Periodo _____			

Firma

Toluca de Lerdo, México _____ de _____ de 2 _____.