

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

Resiliencia en inmigrantes: características, factores e instrumentos. Una revisión teórica

Por:

Yenny Yestine Melendrez Moreto

Catheryn Dalila Luisa Ponce Rocha

Asesor:

Psic. Jessica Aranda Turpo

Tarapoto, diciembre de 2019

DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

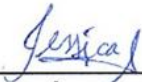
Yo, Jessica Aranda Turpo de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que el presente informe de investigación titulado: "RESILIENCIA EN INMIGRANTES: CARACTERISTICAS, FACTORES E INSTRUMENTOS. UNA REVISIÓN TEORICA" constituye la memoria que presentan los Estudiantes Melendrez Moreto, Yenny Yestine y Ponce Rocha, Catheryn Dalila Luisa; para aspirar al Grado Académico de Bachiller en Psicología cuyo trabajo de investigación ha sido realizado en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente constancia en Morales, a los 04 días del mes de diciembre del año 2019.



Asesor

Psic. Jessica Aranda Turpo

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Presentado para optar el Grado de Bachiller en Psicología

JURADO CALIFICADOR



Psic. María Angélica Aponte Olaya
Presidente



Psic. German Aarón Prado Correa
Secretario



Psic. Jesenia Elizabeth Huamán Ramos
Vocal



Psic. Jessica Aranda Turpo
Asesor

Tarapoto, diciembre de 2019

Resumen

El objetivo del presente artículo es analizar las características y factores que intervienen en el desarrollo de la resiliencia en los inmigrantes; asimismo revisar instrumentos utilizados para medir la misma. Siendo que la resiliencia no es estática, sino que varía de acuerdo a las características y factores que presenta la persona. De modo que no solo se necesita de algo tangible para llegar a ser resilientes; sino también de la actitud del individuo y de los factores como la empatía, el afecto, la habilidad para comunicarse, el sentido del humor y la capacidad de respuesta social entre otros factores que permiten a la persona empoderarse y llegar finalmente a ser resilientes pese a las adversidades del momento. En este artículo se ha considerado información desde el año 2013 al 2019, las bases de datos consultadas fueron: Redalyc, Google académico, Scielo, Dialnet, Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, entre otras.

Palabras clave: resiliencia, características, factores, resiliencia en inmigrantes; instrumentos.

Abstract

The objective of this review article is to analyze those characteristics and factors that influence the development of resilience of immigrants as well as review instruments used to measure resilience. Being that the resilience is not static, but varies according to the characteristics and factors that the person presents. Not only is something tangible needed to become resilient; also the attitude of the individual such as empathy, affection, the ability to communicate, sense of humor and social responsiveness among other factors allow the person to empower themselves and eventually become resilient despite adversities of the moment. This article has considered information from 2013 to 2019, the databases consulted were: Redalyc, Google Scholar, Scielo, Dialnet, Latin American Journal of Social Sciences, Children and Youth, among others.

Keywords: Resilience, characteristics, factors, resilience of immigrants; instruments.

1. Introducción

Posiblemente más que un nuevo concepto se trata de un dominio del conocimiento en el que confluyen observaciones, investigaciones y prácticas psicosociales, las cuales evidencian la capacidad del ser humano para resistir y superar las adversidades aun cuando viva o experimente sucesos desestabilizadores, situaciones supremamente traumáticas, enfermedades terminales, o condiciones de vida muy difíciles.

A pesar que el concepto de la resiliencia tiene ya más de cuatro décadas, es necesario describir que etimológicamente proviene de la palabra latina “resilius” cuyo significado quiere decir, rebotar, volver atrás, volver a empezar y resistir. En las ciencias sociales ésta definición es utilizada, para describir aquellas cualidades humanas, como la capacidad que tienen las personas y grupos sociales de afrontar y superar positivamente las adversidades y riesgos (Anleu, 2015).

Anleu (2015) afirma que los afrontamientos resilientes de los inmigrantes son producto de los mecanismos protectores tanto personales como sociales, que interactúa entre sí y que intervienen dialécticamente frente a las adversidades, también se encontró que el contexto socioeconómico y administrativo favorable es vital para que la resiliencia se amplíe en los inmigrantes.

Por otro lado, gestion.pe, (2019) menciona que según registros del INEI en los últimos 5 años la cifra de inmigrantes en el Perú se ha incrementado en gran manera, más de 500 mil extranjeros ingresaron al país entre Enero y Agosto del 2018; a causa de las diferentes problemáticas que afrontan en sus países.

Debido a esto surge el presente artículo de revisión; el objetivo de la presente investigación es analizar cuáles son aquellas características y factores que influyen para desarrollar la resiliencia en los inmigrantes que residen en diversos países del mundo, quienes a causa de las diferentes circunstancias y experiencias traumáticas abandonaron sus países de procedencia con una mirada diferente de querer superar las adversidades de la vida. Asimismo, se revisó instrumentos utilizados para medir la resiliencia en inmigrantes.

2. Desarrollo.

2.1 Definiciones.

Suárez (citado por Santana, 2015) menciona que la resiliencia es una castellanización del término inglés “resilience o resiliency”. Esta significación se adquiere de la física y es semejante a la flexibilidad como la facultad de la materia para volver a su tamaño y forma inicial después de ser comprimidos. Además, la palabra resiliencia ha sido usada en osteología, para referirse a la capacidad de los huesos de crecer correctamente tras una fractura.

Además, Menvielle (citado por Santana, 2015) dice que el concepto resiliencia inició su abordaje en el área de la Psicología evolutiva, con la intención de explicar porque algunos niños y niñas, frente a situaciones estresantes, podían sobreponerse y desarrollar una vida saludable. En contraste actualmente se aborda el término desde la psicología positiva, la cual no ve las debilidades o patología sino que se enfoca en los valores, capacidades, y atributos positivos que desarrollan los seres humanos.

Vila, Fernández y Del carpio (2016) afirman que “la resiliencia no es una mera adaptación, sino una pura aplicación de la vida y de la dignidad humana, así como las redes sociales, la cooperación y la sinergia” (p. 159). Añaden “la resiliencia es un concepto que al adaptarse a estudios de geografía y la persistencia de los ecosistemas, comienza a indagar en las Ciencias Sociales, para explicar la transformación social y la capacidad humana para adaptarse a los cambios” (p. 160).

En la actualidad se entiende que la resiliencia no es permanente ni absoluta, sino que depende de los elementos y fuerzas presentes en cada momento de la trayectoria evolutiva de una persona. Es así que, incluso las personas que demostraron una mantenida resiliencia frente a circunstancias muy extremas, pueden sucumbir si se siguen sumando hechos o elementos negativos que acaben por minar sus recursos psicológicos (Muñoz-Silva, 2016).

Por otro lado, Newman (citado por Palma, De las Olas y Millán., 2017) define resiliencia como la destreza del ser humano para adaptarse a las diferentes circunstancias

traumáticas que pueda experimentar y a los constantes factores estresantes de la vida. Es decir, la resiliencia es la habilidad del ser humano para hacer frente a las experiencias traumáticas, aprender de ellas y fortalecerse a partir de esta experiencia.

2.2 Resiliencia en Inmigrantes

Rutter (citado por Palma et al, 2017) mencionan que es la relación con la adversidad lo que hace que la resiliencia sea una variable de interés de estudio relacionada a la población inmigrante ya que son las personas resilientes quienes desarrollan la capacidad de adaptarse e integrarse con mayor facilidad a una comunidad, lo cual es importante para la población inmigrante.

Asimismo, Barudy y Dantagnan señalan que la disposición del ser humano de relacionarse con otras personas, permitiría desarrollar la resiliencia de manera interpersonal. Por este motivo se hace evidente la necesidad de estudio de dicha capacidad en la población inmigrante (citado por Palma et al, 2017).

Por otro lado, Bojorquez considera que la migración es un evento estresante, que pone a prueba la capacidad de resiliencia del ser humano. Salir de nuestra zona de confort, alejarnos de nuestros seres queridos y adaptarnos a una nueva sociedad, requiere del desarrollo de nuestras capacidades personales (citado por Quishpe, 2019)

2.3 Características

Si bien es cierto la resiliencia abarca ciertas características y habilidades, algunas cualidades de las personas resilientes son: el éxito con que lograron superar los traumas infantiles, la capacidad de aprender de las experiencias traumáticas por más difíciles que hayan sido con el único propósito de efectuar elecciones conscientes para mejorar la calidad de vida en su entorno; además de contribuir a una mejor habilidad para manejar las crisis y los desafíos persistentes por lo que se verá reflejado en la capacidad de establecer lazos afectivos intensos (De la Paz, 2014)

Asimismo, entre las cualidades que se asocian a la resiliencia están: Empatía, afecto, habilidad para comunicarse, sentido del humor y capacidad de respuesta social; habilidad para resolver problemas, elaborar estrategias, solicitar ayuda, creatividad, sentido crítico,

autoeficacia; autonomía, sentido de identidad, autoconocimiento (Paucar, Vásquez, Mayaute, y Acuña, 2017)

Pueden poseer muchas otras características más como el desarrollo de competencias personales, así como la capacidad para distanciarse de mensajes y condiciones negativas; que obviamente no son constructivas para aquellas personas, además está los propósitos personales y expectativas de un futuro prometedor con metas, aspiraciones educativas, optimismo y sobre todo la fe y la espiritualidad en cada persona.

Santana Darias (2015) La resiliencia está compuesta por una serie de características y habilidades propias de la persona o de un sistema, puede ser una familia o una comunidad; para poder enfrentar eficazmente y de manera adecuada las situaciones adversas, de riesgo y eventos traumáticos. Tales como:

- Desarrollo del potencial de ajuste personal o del sistema.
- Dinamismo que cambia con el tiempo dependiendo de las circunstancias, del desarrollo de la persona, del sistema y con la calidad de los estímulos a los que estén expuestos.
- Necesidad del apoyo social como también de recursos, oportunidades y opciones de ajuste como medios de protección para nutrirse y fortalecerse.

Los jóvenes inmigrantes según, Marin- Bevilaqua, Feixa-Pàmpols y Nin-Blanco (2013) tienen características especiales sobre sus aspiraciones cómo, la pluralidad de visiones se encuentran y desencuentran con otros individuos nacionales o igualmente extranjeros, que también cargan consigo diferentes visiones de mundo. Esto quiere decir que, si las personas que llegaron al país, se encuentran con otros extranjeros que tienen una misma visión, ya sea de trabajar, estudiar, entre otras similitudes, se complementan y esto ayuda a que sean más resilientes.

Un estudio llevado a cabo por IMHI (Citado por Alves, 2014) determinó que los latinos provenientes de El Salvador y México demuestran una fuerte sensación de responsabilidad, optimismo, autonomía y confianza de que pueden ser artífices de un cambio positivo. Estas características explican el motivo para lograr un nivel de

superioridad en otro país, ya sea en diferentes ámbitos, como puede ser el ámbito educativo.

Alves (2014) Además menciona que las mujeres inmigrantes presentan algunas de las características típicas de la resiliencia tales como: los sentimientos de buen humor, autoestima, imágenes positivas de sí mismas, perseverancia y confianza en el futuro. Su resiliencia no se basa exclusivamente en estas características, sino también parece estar forjada en el sufrimiento y en el arduo trabajo, pues lo que se determina es que todas estas mujeres han debido comprender a temprana edad que, si no luchan con todas sus fuerzas, sus posibilidades serán mínimas, para ellas las dificultades se transforman en sus propios medios para poder seguir adelante.

De la Paz (2014) menciona que los inmigrantes que reciben apoyo de grupos, de amistades, de la comunidad, etc. pueden utilizar estos recursos para superar las adversidades ya que las comunidades por lo general comparten muchas interacciones de bien común. Cebolla y López (Citado por Gil y Vidal, 2015) , coinciden en que los inmigrantes tienen la capacidad de resiliencia cuando estos están asociados a comunidades diferentes, como la familia, amigos, etc.

La Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO),(Citado por Chan, 2017) realizó un estudio sobre la inmigración haitiana en la República Dominicana, donde la población inmigrante haitiana tiene mayor percepción de calidad de vida en la comunidad de acogida en referencia a características de lugar de procedencia, es decir; se relacionan con los autores anteriores, que hablan sobre la importancia de tener a alguien como soporte y percibir nuestro entorno como una oportunidad.

Cada autor considera diferentes características tal es el caso de, De la Paz y Mercado (2018) consideran que aquellas personas resilientes poseen diversas características comunes: adaptabilidad, baja susceptibilidad, afrontamiento efectivo, capacidad de resistencia ante la destrucción, enfrentamiento efectivo, conductas positivas de la vida, especial temperamento y habilidades cognitivas.

Las habilidades de adaptación, la baja susceptibilidad, el afrontamiento el entrenamiento efectivo, las conductas positivas de la vida, el especial temperamento y las habilidades cognitivas son características resilientes que sostienen los diversos afrontamientos de los acontecimientos de la vida (de la Paz Elez, Mercado García, y Rodríguez Martín, 2016)

2.4 Factores

Hay diferentes factores según autores, González, Arratia, López y Fuentes (2016) habla sobre los factores personales que representan las siguientes características de Resiliencia:

Ecuanimidad: Mostrar una equilibrada perspectiva de su propia vida y experiencias, tomar las cosas con tranquilidad y adecuar sus actitudes ante las adversidades que se presenten.

Perseverancia: Firmeza ante la adversidades, poseer el deseo del logro y autodisciplina.

Confianza en sí mismo: Capacidad para creer en uno mismo, y en sus fortalezas, aptitudes y habilidades.

Satisfacción personal: Entender el sentido de la vida y cómo puede contribuir en ella.

Sentirse bien sólo: Nos ayudan a comprender la libertad, a conocernos y, a prender a amarnos como seres únicos e importantes.

Los factores de riesgo deben ser analizados de acuerdo con el desarrollo, pues dependiendo de la situación podrían pasar a ser considerados incluso como lo contrario (factores de protección). Galvéz y Guaylupo, (2015), los factores protectores, son aquellos factores psicológicos o sociales que modifican la acción de un factor de riesgo para evitar la aparición de una problemática.

Algunas investigaciones han demostrado que los factores de riesgo en los niños o niñas que han perdido la confianza en sus padres ya sea por abandono o separación; tienen serias dificultades para establecer y mantener vínculos con compañeros adultos. Y es que la persona forma su personalidad en una matriz de identidad que se relaciona a través de conexiones y relaciones con otras personas, con las que pueden tener (o no) encuentros y comunicación en sus momentos de creatividad (Badaracco, 2013).

Además, estudios realizados, tanto por Rodríguez, Guzmán y Yela (2013) como por otros investigadores, han ido más allá señalando factores que caracterizan la resiliencia, tales como la introspección, la capacidad de búsqueda interna, la independencia, la capacidad de mantener la distancia física de los problemas emocionales, la creatividad, la capacidad de crear soluciones, la predisposición de la alegría y la conciencia; nos ayudan a sobresalir de los problemas; caso contrario si las personas no tuviésemos estos factores quedaríamos estancados por la presión de las diversas crisis que se atraviesen en las personas.

Para Carretero-Bermejo, R (2018), la resiliencia es relacional, este autor propone algunas áreas de interacciones que pueden ser claves para aumentar la resiliencia en las personas; tales como: apoyo social, aceptación de sí mismo, capacidad de descubrir los significados de la vida, espiritualidad y fe religiosa, habilidades sociales, la idea de tener algún tipo de control sobre su propia vida, sentido del humor, autoestima.

Dentro del contexto familiar también se pueden observar algunos de los factores importantes; (Galvéz y Guaylupo, 2015), definen a la familia como un sistema que permite una ecología evolutiva en el medio ambiente y en las personas con quienes se interactúa. En estas circunstancias, cómo uno se relacione con la familia contribuirá en gran medida a que ocurra más amor, afecto, apoyo emocional y una estructura de límites claros y razonables.

Ello conlleva más probabilidades de resiliencia tanto en los niños/as como en la persona adulta. Así pues, la mayoría de estudiosos apuntan que el mantenimiento de contactos con muchas personas es importante para desarrollar sentimientos de autoestima y confianza, y ayuda en cuanto a la capacidad para superar obstáculos. (Anleu, 2015).

González Arratia López Fuentes (2016) indica que existen dos tipos de factores, los factores de riesgo que se centra, uno, en la enfermedad, en el síntoma y en aquellas características que se relacionan con una elevada posibilidad de daño orgánico, psicológico y social; dos, un factor de riesgo es cualquier característica o cualidad que altera o puede incluso llegar a dañar a una persona o incluso a una comunidad. Son

variables que pueden afectar negativamente el desarrollo de las personas; tres, se hace referencia a la presencia de situaciones de acuerdo al contexto o de la persona que, si están presentes pueden incrementar la probabilidad de desarrollar problemas de inestabilidad emocional, conductuales de riesgo o de salud; cuatro, definidos como registros individuales o ambientales, los cuales están relacionados con el incremento a una posibilidad de efectos negativos. Los riesgos son todas aquellas condiciones que se ubican dentro de lo físico, lo psicológico y lo social que dañan, impiden o limitan el potencial de una persona.

Existe una gran probabilidad de que acontezca un hecho no deseado que puede afectar a la salud de una persona o de un grupo social. La idea central del enfoque descansa en el hecho que el riesgo brinda una medida de la necesidad de atención de la salud. Se divide en:

Individuales: complicaciones perinatales, desequilibrio neurológico, incapacidad sensorial, atrasos en las habilidades del desarrollo, dificultades emocionales como apatía, inmadurez, baja autoestima, mal manejo de emociones, problemas escolares entre otras

Familiares y sociales: abarca el nivel socioeconómico, enfermedad mental y/o abuso de sustancias en la familia, como también la desorganización y los conflictos familiares, como: el divorcio, rechazo de los padres, abandono, maltrato y/o abuso infantil.

Del medio: escaso apoyo emocional y social, accesibilidad de alcohol, drogas, armas de fuego en la escuela o comunidad, condiciones de la comunidad como pobreza, desempleo, injusticia social, pandillerismo, etc.

El siguiente factor son los Factores de protección que describen la presencia de verdaderas barreras contra las fuerzas negativas, que se observan en términos de daños o riesgos, disminuyendo de esta manera sus efectos y, a veces, convirtiéndolos en factores de superación frente a las situaciones difíciles.

También, representan la contraparte positiva de aquellos constructos de vulnerabilidad y factores de riesgo.

Además apunta a las influencias que cambian, mejoran o perturban la respuesta de una persona a algún peligro que persuade a un resultado no adaptativo.

Otra de las características de este factor es que entienden las condiciones que impiden la aparición del riesgo, son las conductas que llevan a él, por lo que se reduce la vulnerabilidad y benefician la resistencia al daño.

Finalmente, para este autor son además los contextos o los entornos idóneos de favorecer el desarrollo de individuos o grupos, y en muchos casos de disminuir las consecuencias de circunstancias desfavorables. Se puede distinguir entre factores externos e internos; y se dividen en:

Individuales: capacidades cognitivas, capacidad de solución de conflictos, adecuado sentido del propósito, adecuado sentido del humor, inteligencia.

Familiares y sociales: se considera que los lazos en la familia son por lo general seguros ya que son transmitidos por los padres, mediante el afecto y la comunicación, así como también por parte de otros familiares, esto se verá reflejado por lo tanto en las relaciones sociales.

Del medio: conexión entre casa y escuela, para ver un cambio en el proceso de conductas, siendo una herramienta indispensable el cuidado y apoyo de los profesores, comunidad y vecindario.

Para Santana Darías (2015) ya no son dos Factores, si no que unifica, incluyéndolos en el Factor de Protección:

Factor personal: Los factores personales, se entienden por aquellos factores guardianes intra-psíquicos que nos protegen como la autonomía (competencia ante un problema); la satisfacción (éxito y autoestima); el pragmatismo (predisposición positiva hacia la acción); las metas (coherencia entre objetivos y acciones y proyección de futuro); la autoeficacia (juicio sobre la posibilidad de éxito ante una situación difícil) y, en definitiva, la generatividad (capacidad de pedir ayuda para resolver situaciones). (Sandín-Esteban y Sánchez-Martí, 2015).

Factor relacional: Cuando hablamos del factor relacional nos referimos a los lazos amicales, las alianzas y los lazos que se convierten en pilares de protección para los adolescentes que enfrentan circunstancias traumáticas. Durante este periodo, los jóvenes son más dependientes de algunos amigos cercanos y por lo que tienden a involucrarse en relaciones amorosas estables que pueden influir como un factor protector a la hora de superar situaciones difíciles (Richardson y Yates, 2014).

Factor comunitario o institucional: Se refiere a aspectos de afrontamiento de los traumas y conflictos colectivos por los grupos humanos en los cuales influyen otros aspectos psicosociales, además de las respuestas individuales al estrés (Uriarte Arciniega, 2013).

3. Instrumentos

En la presente tabla se puede observar las pruebas relevantes para el estudio de resiliencia en inmigrantes, siendo de esta forma que: en la escala creada por Connor-Davidson, consideran 3 dimensiones o elementos de identificación de la resiliencia (tenacidad – autoeficacia, control personal, y competencia social); por otro lado, De la paz y Mercado, en su escala de resiliencia dimensionalizan a la resiliencia en: competencias para el trabajo/la relación grupal, capacidades empáticas y de adaptación, optimismo y fortaleza personal, competencias para las relaciones familiares/ con amigos y capacidades analíticas.

Tabla 1

Instrumentos como antecedentes de la evaluación de Resiliencia en inmigrantes

Año	Nombre	Autores	Dimensiones	Confiabilidad y Validez	Tipo de respuesta
2012	Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC)	Autores originales: Connor-Davidson. Autores que citaron y validaron la prueba: Maria Dolores Serrano-Parra, Margarita Garrido-Abejar, Blanca Notario-Pacheco, Raquel	Cuenta con 3 dimensiones (tenacidad- autoeficacia, control personal y competencia social) y 17 ítems.	El coeficiente alfa de Cronbach mostró un valor de 0,79 para las dimensiones "Tenacidad - Autoeficacia" y "Control	Escala tipo Likert desde 1 = totalmente de acuerdo a 5 = totalmente de acuerdo.

		Bartolomé-Gutierrez, Montserrat Solera-Martínez, Vicente Martínez-Vizcaino (Serrano et al., 2012).		personal", y de 0,56 "Competencia social".	
2018	Escala de resiliencia para el estudio de factores protectores resilientes en población ecuatoriana	Autores de la escala: Pedro De La Paz Elez y Esther Mercado García (De la Paz y Mercado, 2018)	Cuenta con cinco dimensiones (competencias para el trabajo/la relación grupal, capacidades empáticas y de adaptación, optimismo y fortaleza personal, competencias para las relaciones familiares/ con amigos y capacidades analíticas).	El Ordinal oscila entre el 0,6, para el Factor 2 (capacidades empáticas y de adaptación), y el 0,77, para el Factor 1 (competencias para el trabajo/la relación grupal).	Likert de 5 puntos, que va desde: (1) muy en desacuerdo a (5) muy de acuerdo; incluyéndose la opción no sabe/no contesta.

4. Conclusiones

En conclusión, el principal aporte de esta revisión fue dar a entender que existen ciertas características y factores que llevan a las personas inmigrantes a ser resilientes. De modo que la resiliencia en los inmigrantes no es estática, sino que varía de acuerdo a las características y factores que presente la persona. Para quienes carecen de resiliencia se sugiere enriquecer los vínculos familiares, ya que es el pilar principal y fundamental para sobresalir de una crisis por más pequeña que parezca. Así como capacitarse en habilidades para la vida para iniciar un cambio de vida; esto les permitirá buscar estrategias como la asertividad, las destrezas comunicacionales y un adecuado manejo del estrés. Finalmente, uno de los elementos más importantes que ayudan a promover la resiliencia es el Brindar afecto y apoyo, por lo que resulta casi imposible superar las adversidades sin apoyos afectivos, teniendo en cuenta que no necesariamente deben provenir de la familia biológica, si no puede ser también brindado por, vecinos, amigos y conocidos. En medida

que se tome en cuenta lo anteriormente mencionado en esta revisión serán más las personas que aprendamos a desarrollar la resiliencia obteniendo beneficios en términos de salud y bienestar social.

Sin duda, de acuerdo a los resultados aquí revisados, muestran que las personas resilientes que deciden migrar a otros países diferentes; son aquellos que tienen un soporte, ya sea un sistema de por medio, como la propia familia o un grupo en particular; también aquellos que tienen o encuentran un apoyo social adecuado, como por ejemplo un trabajo o alguna herramienta para poder salir adelante.

Por otro lado, vemos que es innegable el incremento de las investigaciones acerca de resiliencia asociada a distintas variables como apoyo social, espiritualidad, inmigración, etc. y estudiada en distintas poblaciones. Sin embargo, entre las limitaciones de esta revisión fueron la desproporción de las muestras, así como el acceso restringido a muchos de los estudios existentes.

Sin embargo, a partir de esta revisión podemos inferir que no solamente se necesita de algo tangible para llegar a ser resilientes; sino también de la actitud del individuo como, por ejemplo: la empatía, el afecto, la habilidad para comunicarse, el sentido del humor y la capacidad de respuesta social entre otros factores que permiten a la persona empoderarse y llegar finalmente a ser resilientes pese a las diversidades del momento.

5. Referencias

- Alves, V. (2014). *Intervención social y resiliencia: Mujeres inmigrantes con dificultades sociales* (Tesis doctoral, Universidad de Valencia). Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/institucion/uv/tesis?inicio=3901>
- Anleu, C. M. (2015). *Latinoamericanos saliendo adelante. Una mirada desde la resiliencia sobre las migraciones y la intervención social con inmigrantes*. (Tesis doctoral, Universitat Rovira I Virgili). Recuperado de <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/314180/Tesi%20Claudia%20Anleu.pdf?sequence=1>
- Badaracco, L. (2013). Factores de resiliencia y riesgo suicida en adolescentes en estado de abandono. *Unife*, 9(1), 35-42. Recuperado de <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/download/838/750/>
- Carretero-Bermejo, R. (2018). Resiliencia e inteligencia emocional. Variables de protección en menores residentes en recursos de protección. *Pedagogía Social Revista Interuniversitaria*, 32, 139-149. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6621677.pdf>
- Chan, G. (2017). *Socialización del menor infractor*. (Tesis Doctoral, Universidad de Oviedo). Recuperado de <http://gip.uniovi.es/docume/TClaudia.pdf>
- De la Paz, P., Mercado García, E., y Rodríguez Martín, V. (2016). Estudio sobre resiliencia y satisfacción vital: un análisis comparado entre población española e inmigrantes ecuatorianos. *Interacción y Perspectiva: Revista de Trabajo Social*, 6(2), 2. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5695945>
- De la Paz, P. (2014). *La resiliencia como cambio de paradigma en trabajo social* (Tesis doctoral, Universidad Pontificia Comillas). Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=72228>
- De la Paz, P., y Mercado, E. (2018). Elaboración y validación de una escala de Resiliencia para el estudio de factores protectores resilientes en población ecuatoriana. *Prisma*

social. Revista de ciencias sociales, 19, 254-272. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6360029.pdf>

Galv3ez J, Guaylupo M. (2015). Factores protectores y nivel de resiliencia en adolescentes, Instituci3n Educativa "Jos3 Abelardo Qui3ones" Nuevo Chimbote - 2014 (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Santa). Recuperado de <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/1897/27199.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gestion. Pe (2019, 16 de octubre). INEI: M3s de 500 mil venezolanos ingresaron al Per3 en los 3ltimos 8 meses. *Gesti3n*. Recuperado de <https://gestion.pe/peru/inei-500-mil-venezolanos-ingresaron-peru-ultimos-8-meses-247299-noticia/>

Gil, F., y Vidal, E. (2015). Inmigrantes extranjeros en el mercado de trabajo espa3ol: 3 M3s resilientes o m3s vulnerables al impacto de la crisis? *Migraciones*, 37, 97-123. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/788b/6fb75eafa9f400d49e42e81fe54e20bc768c.pdf>

Gonz3lez, N. I. (2018). Resiliencia y personalidad en ni3os y adolescentes: c3mo desarrollarse en tiempos de crisis. Recuperado de <https://www.amazon.es/Resiliencia-personalidad-ni%C3%B1os-adolescentes-desarrollarse-ebook/dp/B079TNNJTR>

Marin- Bevilaqua, J., Feixa-P3mpols, C., y Nin-Blanco, R. (2013). Migrant Youth in Lleida – Catalonia, Spain: School and work transitions in a context of crisis. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Ni3ez y Juventud*, 11(2), 493–514. Recuperado de <https://doi.org/10.11600/1692715x.1123121212>

Mu3oz-Silva, A. (2016). El estudio de la resiliencia desde la perspectiva evolutiva y su aportaci3n a la compresi3n del riesgo y la protecci3n en la intervenci3n social. The study of resilience from a developmental perspective and its contribution to knowledge of risk and prote. *Portularia*, 12(1), 1–8. Recuperado de http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/5735/EI_estudio_de_la_resiliencia.pdf?sequence=2

- Palma, D. I. (2017). Apoyo social, resiliencia y región de origen en la salud mental y la satisfacción vital de los inmigrantes. *Universitas Psychologica*, 16(5). Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v16s5/1657-9267-rups-16-s5-00091.pdf>
- Paucar, M. A. V., Vásquez, A. E. D., Mayaute, L. M. E., y Acuña, W. T. (2017). Resiliencia y rendimiento escolar en adolescentes de Lima y de Santiago de Chile de sectores vulnerables. *Universitas Psychologica*, 16(4), 1–10. Recuperado de <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-4.rrea>
- Richardson, S. M., y Yates, T. M. (2014). Siblings in foster care: A relational path to resilience for emancipated foster youth. *Children and Youth Services Review*, 47(3), 378–388. doi:10.1016/j.chilyouth.2014.10.015
- Rodríguez H., Guzmán L., y Yela N. (2012). Factores personales que influyen en el desarrollo de la resiliencia en niños y niñas en edades comprendidas entre 7 y 12 años que se desarrollan en extrema pobreza. *International Journal of Psychological*, 5(2), 98–107. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2990/299025051011.pdf>
- Sandín-Esteban, M.-P., y Sánchez-Martí, A. (2015). Resilience and school success of young immigrants / Resiliencia y éxito escolar en jóvenes inmigrantes. *Infancia y Aprendizaje*, 38(1), 175–211. doi:10.1080/02103702.2015.1009232
- Santana Darias, L. A. (2015). Resiliencia E Inmigración: Emigrando De La Adversidad, Inmigrando Hacia La Resiliencia, 1-18. Recuperado de <http://riull.ull.es/xmlui/bitstream/915/2591/1/Resiliencia+e+inmigracion+emigrando+de+la+adversidad%2C+inmigrando+hacia+la+resiliencia.pdf>
- Serrano, M., Garrido, M., Notario, B., Bartolomé, R., Solera, M., y Martínez, V. (2012). Validez de la escala de Resiliencia de ConnorDavidson. *International Journal of Psychological Research*, 9. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2990/299025051006.pdf>
- Uriarte Arciniega, J. de D. (2013). La Perspectiva Comunitaria De La Resiliencia. *Psicología Política*, 47, 7–18. Recuperado de <https://www.uv.es/garzon/psicologia%20politica/N47-1.pdf>

Vila, Fernández y Del Carpio. (2016). Migración en tiempos de crisis: exploraciones del concepto de resiliencia social transnacional en apaseo el alto, guanajuato, México. *REMHU - Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana*, 24(46). Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=407045589011>.