

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

Resiliencia y adaptabilidad en adultos post COVID-19 en la provincia de San Martín.

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Autores:

Havy Lariza Calderón Delgado

Sharon Saldaña Sánchez

Asesor:

Mtro. Juanito Vilchez Julon.

Morales, febrero de 2022

DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DE TESIS

Mtro. Juanito Vilchez Julon, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: ***“Resiliencia y adaptabilidad en adultos post COVID-19 en la provincia de San Martín.”*** Constituye la memoria que presentan los bachilleres *Havy Lariza Calderón Delgado* y *Sharon Saldaña Sánchez* para obtener el título de Profesional de Psicólogo cuya tesis ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

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

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en la ciudad de Tarapoto a los 16 días del mes de febrero del año 2022.



Mtro. Juanito Vilchez Julon

ACTA DE SUSTENTACIÓN

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En San Martín, Tarapoto, Morales, a 16 día(s) del mes de febrero del año 2022 siendo las 15:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Tarapoto, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtra. Sandra Vanessa Revelo Arce el (la) secretario(a):

Mtra. Celina Ravira Vega y los demás miembros:

Psic. Joel Palomino Ceasa y el (la) asesor(a) Mtra. Juanito Vilchez

Julón con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado:

“Resiliencia y adaptabilidad en adultos post COVID19 en la Provincia de San Martín”

del(los) bachiller(es): a) Sharon Saldana Sanchez

b) Mary Lariza Calderon Delgado

c) _____

conducente a la obtención del título profesional de: Psicóloga

(Intervención del Típus Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Sharon Saldana Sanchez

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>18</u>	<u>A-</u>	<u>Con nominación de Muy bueno</u>	<u>Sobresaliente</u>

Bachiller (b): Mary Lariza Calderon Delgado

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>17</u>	<u>B+</u>	<u>Con nominación de Muy bueno</u>	<u>Sobresaliente</u>

Bachiller (c): _____

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Presidente/a



Secretario/a

Asesor/a

Miembro

Miembro

Bachiller (a)

Bachiller (b)

Bachiller (c)

“Esta sustentación fue realizada de manera virtual u online sincrónica, conforme al Reglamento General de Grados y Títulos”

RESUMEN

Introducción: La existencia del COVID-19 se ha convertido en una pandemia que ha impactado a nivel mundial, situación que genero temor, miedo y perturbación emocional en los adultos lo que ha conllevado a ser resilientes y adaptarse a la situación. **Objetivo:** Determinar la relación entre resiliencia y adaptabilidad en adultos post COVID-19 en la provincia de San Martín. **Métodos:** El estudio fue de tipo descriptivo correlacional y de corte transversal. Asimismo, la muestra inicial estuvo conformado por 395 personas donde las edades oscilaban entre 18 a 65 años de edad; de la muestra se eliminaron 150 respuestas que correspondían a personas con diagnóstico positivo al COVID-19 hace más de 12 meses, haciendo una muestra final de 245 personas encuestadas. Los datos se obtuvieron a través de la aplicación de la Escala de resiliencia de Connor & Davidson en el año 2003, validada en Perú por Loayza; También se aplicó el cuestionario Coping Adaptation Processing Scale – CAPS desarrollado por Cotrina. **Resultados:** Los Hallazgos muestran que existe una correlación positiva de $Rho=.450^{**}$ y un p valor $<.005$; así mismo las dimensiones de la variable adaptabilidad obtuvieron, recesivo y centrado $.386^{**}$, relaciones físicas y centradas $.311^{**}$, comportamiento del yo personal y físico $.273^{**}$, procesamiento sistemático $.308^{**}$, conocer y relacionarse $.264^{**}$ y un p valor $<.005$, respectivamente. **Conclusiones:** Que a mayor resiliencia habrá mayor adaptabilidad en la población en estudio.

Palabras claves: Resiliencia; adaptabilidad; COVID-19; adultos.

ABSTRACT

Introduction: The existence of COVID-19 has become a pandemic that has impacted worldwide, a situation that generated fear, fear and emotional disturbance in adults, which has led to being resilient and adapting to the situation. Objective: To determine the relationship between resilience and adaptability in post- COVID-19 adults in the province of San Martín. **Methods:** The study was descriptive, correlational and cross-sectional. Likewise, the initial sample consisted of 395 people whose ages ranged from 18 to 65 years old; from the sample, 150 responses that corresponded to people with a positive diagnosis of COVID-19 more than 12 months ago were eliminated, making a final sample of 245 people surveyed. The data were obtained through the application of the Connor & Davidson Resilience Scale in 2003, validated in Peru by Loayza; The Coping Adaptation Processing Scale - CAPS questionnaire developed by Cotrina was also applied. **Results:** The findings show that there is a positive correlation of $Rho = .450^{**}$ and a p value $<.005$; Likewise, the dimensions of the adaptability variable obtained, recessive and centered $.386^{**}$, physical and centered relationships $.311^{**}$, behavior of the personal and physical self $.273^{**}$, systematic processing $.308^{**}$, knowing and relating $.264^{**}$ and a p value $<.005$, respectively. **Conclusions:** That the greater the resilience, the greater the adaptability in the study population.

Keywords: Resilience; adaptability; COVID-19; Adults.

INTRODUCCIÓN

En todo el mundo, la emergencia sanitaria causada por el *coronavirus disease 19* (COVID-19) perturbó la salud mental debido al exceso de información, además del incremento de casos positivos ⁽¹⁾ los cuales tuvieron gran impacto en varios aspectos de la vida que nadie podría haber previsto. ⁽²⁾ Esta situación, generó que las autoridades del Estado Peruano declaren emergencia sanitaria el 11 de marzo de 2020. ⁽³⁾ El Gobierno Regional de San Martín en enero de 2021 detalló que de las 14,805 pruebas moleculares, 3,536 dieron positivos al COVID-19 y de 86,802 pruebas rápidas, 38,709 dieron como positivos, conformando así, el total de 42,245 personas que salieron positivos al COVID-19, de los cuales el 57.1% son mujeres y el 42.9% varones.

En este contexto y debido al alto riesgo de contagio se limitó a la población a mantenerse en un estado de encierro, situación que desencadenó conductas de preocupación, temor a la enfermedad, miedo a la muerte, depresión, ansiedad, culpa, pensamientos catastróficos, sudoración, temblores, cansancio y malos mecanismos de adaptación. ⁽⁴⁾ Lo cual generó perturbación mental en los adultos, además de ideación suicida. ⁽⁵⁾

Por lo tanto, es importante analizar las capacidades mentales que facilitan el bienestar, como es la resiliencia; la misma que se entiende como la habilidad que tienen los seres humanos para afrontar situaciones adversas y adaptarse al cambio. ⁽⁶⁾ Mientras que, la adaptabilidad es una habilidad en la que permite lograr adaptarse mejor y de forma rápida a diversas situaciones, regulando el comportamiento para lograr la homeostasis. En este escenario, es importante la resiliencia y la capacidad de afrontamiento el cual permite controlar el estado de ánimo para evitar problemas mentales. ⁽⁷⁾

Dicha problemática está presente en diferentes países del mundo ⁽⁸⁾ es por ello que se logró relacionar mediante diferentes estudios que, existen riesgos para la salud mental asociados con COVID-19. En China, más de tres cuartas partes de los trabajadores de la salud informaron síntomas de depresión o angustia inmediatamente después del brote de su país. ⁽⁹⁾ Asimismo, estudios sobre casos de pacientes post COVID-19, señalan que las personas presentaron diferentes síntomas: 26% presentaron trastorno de sueño y un 23% desarrollaron problemas de estado de ánimo tales como ansiedad o depresión, también estableció que se incrementa la posibilidad de tener estos trastornos a mayor severidad de la enfermedad. ⁽¹⁰⁾ Por ello, si una persona no tiene una adecuada capacidad de resiliencia además de la adaptabilidad, podría generar conductas desadaptativas,

retramiento social, lavado en exceso de las manos y ansiedad por adquirir objetos que no son necesarias. ⁽¹¹⁾ ⁽¹²⁾ Asimismo se determinó que el mayor porcentaje de los adultos evidencian mayores niveles de estrés, e ideas suicidas y puntajes bajos en las dimensiones de resiliencia: control bajo presión y espiritualidad. Del mismo modo, ⁽¹³⁾ se reportaron una serie de reacciones y estados psicológicos observados como el miedo e incertidumbre en la población adulta durante la pandemia.

Por todo lo expuesto, es necesario considerar que la resiliencia y la adaptabilidad son fundamentales para prevenir diferentes problemáticas de salud mental, ya que en la actualidad no existen estudios sobre la resiliencia y adaptabilidad en personas que tuvieron el diagnóstico positivo de COVID-19 por lo que se vio oportuno desarrollar esta investigación la cual tuvo como fin establecer la forma en que la resiliencia se asocia con la adaptabilidad y sus dimensiones en adultos post COVID-19 en la provincia de San Martín.

MÉTODOS

El estudio fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental correlacional y de corte transversal ⁽¹⁴⁾.

La muestra fue seleccionada a través de un muestreo no probabilístico intencional conformando inicialmente por 395 participantes de ambos sexos de la provincia de San Martín, entre 18 y 65 años de edad que tuvieron un diagnóstico positivo de COVID-19 y aceptaron participar voluntariamente. Asimismo, los criterios de inclusión fueron adultos que cuentan con más de tres meses de haber obtenido la alta clínica o epidemiológica hasta los 12 meses. Por otro lado, se excluyeron a personas que no han tenido el diagnóstico positivo a COVID-19, personas menores de 18 años y se excluyeron a 150 participantes de la muestra total que habían respondido haber tenido el COVID-19 más de 12 meses, teniendo así, una muestra final de 245 personas encuestadas.

En el estudio se utilizó la encuesta como medio para la recolección de datos, la misma que fue aplicada de manera virtual, creada en la plataforma Google formularios y distribuidos a la población de la investigación mediante redes sociales tales como Facebook, Instagram, correo electrónico, WhatsApp aplicado entre el 02 de agosto al 05 de agosto de 2021.

La técnica e instrumento utilizado para medir resiliencia fue elaborado por Connor & Davidson en el año 2003, fue validado en Perú por ⁽¹⁵⁾ consta de 10 ítems, agrupados en tres dimensiones las mismas que son adaptabilidad consta los ítems 1,2,3, control bajo

presión ítems 4, 5, 6; persistencia y tenacidad los ítems 8,9,10. Postee cinco alternativas donde: TD (0) = Totalmente en desacuerdo, ED (1) = En desacuerdo, I (2) = Indeciso, DA (3) = De acuerdo y TA (4) = Totalmente de acuerdo. El mismo que fue sometido a doce jueces expertos que evaluaron la relevancia, coherencia, claridad, y contexto de los ítems, donde a través del Coeficiente V de Aiken se obtuvo valores de 1, concluyendo que el instrumento cuenta con evidencias de validez de contenido. Respecto, a la confiabilidad se recurrió a una prueba piloto de 53 participantes con características similares donde se obtuvo el alfa de Cronbach en índice general 0.912 y en las dimensiones Adaptabilidad 0.816, control bajo presión 0.877, persistencia y tenacidad 0.735.

El cuestionario de Coping Adaptation Processing Scale – CAPS está conformado por 47 ítem, organizados en cinco factores, donde: 1.- “recesivo y centrado” conformado por los ítems del 1, al 10; 2. “relaciones físicas y centradas” conformada por los ítems del 11 al 24; 3.- “comportamientos del yo personal y físico” conformada por los ítems del 25 al 33; 4.- “procesamiento sistemático” conformada por los ítems del 34 al 41; 5.- “conocer y relacionarse” conformada por los ítems del 42 al 47. Con una escala de Likert de cuatro puntos, donde 1, es nunca y 4, es siempre. En esta línea, se sometió a doce jueces expertos que evaluaron la relevancia, coherencia, claridad, y contexto de los ítems, donde a través del Coeficiente V de Aiken se obtuvo valores de 1, afirmando que esta herramienta postee muestras de validez de contenido. Respecto, a la confiabilidad se recurrió a un grupo piloto de 53 participantes donde se obtuvo el alfa de Cronbach en índice general 0.921 y en las dimensiones Factor I un índice de 0.888, en la dimensión Factor II un índice de 0.867, en la dimensión Factor III un índice de 0.783, en la dimensión Factor IV un índice de 0.876 y en la dimensión de Factor V un índice de 0.739.

Para procesar la información se utilizó el Software estadístico IBM SPSS Statistics versión 26, en el cual se tabularon los datos, seguidamente se utilizó la prueba de Kolmogórov-Smirnov para el supuesto de normalidad de datos y para la contratación de las hipótesis se usó el coeficiente Rho de Spearman.

RESULTADOS

La tabla 1, muestra que el 50.2% de la muestra pertenecen al sexo femenino y el 49.8% al sexo masculino, así mismo, el grupo etario predominante se encuentra en los jóvenes de 18 a 30 años (53.1%), muy seguido de la población adulta de 31 a 40 años (23.3%), y de 41 a 50 años (12.6%), continuando con la población adulta mayor de 51 a 65 años (11%), además, el estado civil es el de soltero con un 60.4%, y el grado de instrucción y ocupación con mayor frecuencia es la instrucción universitaria y trabajador dependiente con un 41.2% y 65.7% respectivamente. Finalmente, la gran mayoría de la muestra en análisis padeció el COVID-19 en un rango no mayor de 3 a 6 meses con un 58%.

Tabla 1

Análisis descriptivos de las Características de la muestra (n) de los datos sociodemográficos

	Características	Frecuencia	%
Sexo	Masculino	122	49,8
	Femenino	123	50,2
Edad	18 a 30	130	53,1
	31 a 40	57	23,3
	41 a 50	31	12,6
	51 a 65	27	11
Estado Civil	Casado (a)	42	17,1
	Conviviente	42	17,1
	Divorciado (a)	11	4,5
	Soltero (a)	148	60,4
	Viudo (a)	2	0,8
Ocupación	Dependiente	101	41,2
	Desempleado	4	1,6
	Estudiante	37	15,1
	Independiente	103	42
Grado de instrucción	Primaria	3	1,2
	Secundaria	24	9,8
	Formación Técnica	57	23,3
	Universitaria	161	65,7
¿Hace cuánto tiempo tuviste COVID-19?	De 3 a 6 meses	142	58
	De 6 a 12 meses	103	42

Nota: Elaborado en bases a los datos obtenido de la investigación, n= 245

En la tabla 2, se puede notar los niveles de resiliencia y sus componentes después del COVID -19, de tal manera, el nivel predominante es alto, dado que la mayoría de ellos en este nivel sobre pasa el 50%, tanto para la resiliencia (82%), como para sus dimensiones, adaptabilidad (76,7%), control bajo presión (78,8%) y persistencia y tenacidad (75,1%). Demostrando así que las personas analizadas en este estudio tienen una capacidad considerable para superar sucesos adversos tales como la enfermedad en mención.

Tabla 2

Niveles de la Resiliencia y sus dimensiones post COVID-19, en la provincia de San Martín, durante el 2021

	Resiliencia		Dimensiones					
			Adaptabilidad		Control bajo presión		Persistencia y tenacidad	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Baja	12	4,9	15	6,1	15	6,1	8	3,3
Media	32	13,1	42	17,2	37	15,1	53	21,6
Alta	201	82	188	76,7	193	78,8	184	75,1

Nota: Elaborado en bases a los datos obtenido de la investigación; n: frecuencia

En la tabla 3 los niveles de adaptabilidad de la muestra en análisis después de la enfermedad de COVID-19 son altos en un 75,5%, de igual manera, la gran mayoría de los factores perteneciente a esta variable se encuentra en un nivel alto, de tal modo, el factor I (recesivo y centrado) se encuentra en un nivel alto con 86,5%, sin embargo, el factor II (relaciones físicas y centradas), se encuentra predominantemente en un nivel medio con un 66,9%, por lo contrario el factor III (comportamientos del yo personal,) el factor IV (procesamiento sistemático), y el factor V (conocer y relacionarse) sobre pasan el 70% en un nivel alto. Todo esto hace notar que las personas en el contexto de pandemia en su gran mayoría fueron capaces de responder adecuadamente a las dificultades del entorno, entre ellas la mencionada enfermedad.

Tabla 3

Niveles de la Adaptabilidad y sus dimensiones post COVID-19, en la provincia de San Martín, durante el 2021

	Adaptabilidad		Dimensiones									
			Factor I		Factor II		Factor III		Factor IV		Factor V	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Baja	0	0,0	1	0,4	21	8,6	0	0,0	2	0,8	1	0,4
Mediana	60	24,5	32	13,1	164	66,9	73	29,8	51	20,8	58	23,7
Alta	185	75,5	212	86,5	60	24,5	172	70,2	192	78,4	186	75,9

Nota: Elaborado en bases a los datos obtenido de la investigación; n: frecuencia

Al análisis descriptivo en la tabla 4, se expresa la normalidad de los datos, en el cual se considera el estadístico Kolmogórov-Smirnov, debido a que la muestra fue mayor que 50 sujetos, donde se puede observar que la significancia es menor a .005, lo que asegura que la distribución de los datos es distinta a la normalidad, por lo tanto, para la comprobación de la asociación entre las variables se utiliza el estadístico de correlación no paramétrico Rho de Spearman.

Tabla 4*Análisis Inferencial para la Prueba de normalidad de los datos*

Pruebas de normalidad			
Kolmogórov-Smirnov			
	Estadístico	gl	Sig.
Resiliencia	,165	245	,000
Adaptabilidad	,069	245	,007

Nota: Elaborado según la aplicación de los instrumentos en la muestra

En la tabla 5, muestra, la relación existente entre resiliencia con adaptabilidad y sus dimensiones, del tal modo, la correlación existente entre las variables es positiva y directa con un coeficiente $Rho = .450^{**}$ y un p valor $<.005$, así mismo las dimensiones de la variable adaptabilidad: Recesivo y centrado, Relaciones físicas y centradas, Comportamientos del yo personal y físico, Procesamiento sistemático, Conocer y relacionarse, exhiben un coeficiente de correlación con la variable resiliencia igual a $.386^{**}$, $.311^{**}$, $.273^{**}$, $.308^{**}$, $.264^{**}$ y un p valor $<.005$, respectivamente, lo que asegura que existe una mínima relación directa pero estadísticamente significativa entre las variables sujetas a análisis.

Tabla 5*Correlación entre la resiliencia, adaptabilidad y sus dimensiones, mediante el coeficiente Rho de Spearman*

Adaptabilidad	Resiliencia	
	Rho	p
Recesivo y centrado	.386**	.000
Relaciones físicas y centradas	.311**	.000
Comportamientos del yo personal y físico	.273**	.000
Procesamiento sistemático	.308**	.000
Conocer y relacionarse	.264**	.000
Adaptabilidad	.450**	.000

Nota: **. La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

DISCUSIÓN

El estudio encontró relación entre resiliencia y adaptabilidad en adultos pos COVID-19 $Rho = .450^{**}$ p valor $<.005$, en la provincia de San Martín; lo que significa que a mayor resiliencia mayor adaptabilidad en la población adulta lo hallado está relacionado a que los participantes han desarrollado capacidades de enfrentamiento para recuperarse y adaptarse frente a la pandemia. Estos resultados ⁽¹⁵⁾ podrían ser por su personalidad ya que una mayor conciencia, apertura, una menor amabilidad y un menor neuroticismo predisponen a los adultos a verse a sí mismo como competentes y estar decididos a hacer frente a la COVID-19 y a percibir las adversidades como manejable. Por ello, ⁽¹⁶⁾ es importante utilizar estrategias como la planificación, la aceptación y el replanteamiento son características de las personas resilientes. Entonces, mejorar la resiliencia promueve la adaptación después de haber sido contagiado por COVID-19 en los adultos ⁽¹⁷⁾ Además, la resiliencia protege a las personas contra el impacto de la adversidad ⁽¹⁸⁾

De modo similar, se halló relación entre la resiliencia y las dimensiones de la adaptabilidad: recesivo y centrado, relaciones físicas y centradas, comportamientos del yo personal y físico, procesamiento sistemático, conocer y relacionarse, $.386^{**}$, $.311^{**}$, $.273^{**}$, $.308^{**}$, $.264^{**}$ p valor $<.005$; esto revela que a mayor resiliencia mejor es la parte recesiva y centrada, las relaciones físicas, el comportamiento del yo personal y físico, el procesamiento sistémico, el conocerse y relacionarse en la población en estudio. Lo encontrado concuerda con respecto ⁽¹⁹⁾ a la primera dimensión donde muestran que la conciencia plena mejora la resiliencia y el bienestar ya que permite ser conscientes y utilizar estrategias con creatividad. De igual forma, con la segunda dimensión muestra que los adultos visualizaron la crisis de forma alarmante pero que sus expectativas positivas les permite visualizar la situación de forma optimista; lo anterior tiene que ver con la edad ya que actúa como un factor protector en la crisis sociosanitaria en las personas mayores ⁽²⁰⁾; como también podría deberse a que los participantes recibieron apoyo social, familiar ⁽²¹⁾

De igual manera, en cuanto al comportamiento del yo personal y físico revela que los adultos muestran combinaciones de estrategias de afrontamiento la cual están centradas en los problemas donde escuchan los consejos de los expertos y tratan de comportarse con calma y de manera apropiada ⁽²²⁾. Asimismo, la COVID-19 provocó depresión, soledad, desesperanza, resultados que no fueron estudios en la presente ⁽²³⁾; sin embargo, se destaca las estrategias cognitivas y conductuales consientes e inconscientes que los

participantes aplicaron, que incluyen la autodistracción, el afrontamiento activo, la negación, el uso de apoyo emocional especialmente aquellos que vivían solos ⁽²⁴⁾.

De modo semejante, en la dimensiones de procesamiento sistemático, el conocerse y relacionarse revela que los adultos auto reflexionan para determinar el procedimiento a seguir, manteniendo el equilibrio para luego utilizar sus capacidades y fortalezas para construir pensamientos de control y gestión, automotivándose ante la enfermedad, el mismo que permitió mejorar la emocionalidad y las relaciones sociales; estos resultados se explican ya que el apoyo social, familiar y la sociedad se asocian positivamente con la salud mental. Por ello, la resiliencia representa una constelación de características que permiten a los individuos adaptarse a las circunstancias que se encuentran e incluso acelerar la recuperación y mitigar los efectos de la COVID-19. ⁽²⁵⁾ como también pudo haber contribuido el cultivo de actitudes positivas, el cultivo de la confianza en la propia capacidad para adaptarse al cambio y la propensión a recuperarse de las dificultades fueron acompañadas de prácticas de actividades de ocio en el hogar y nuevas rutinas como conexiones con interlocutores sociales cercanos que viven separados ⁽²⁶⁾. Es esta misma línea, un estudio longitudinal durante la primera, segunda y tercer ola de la COVID-19 demostró que la creación de significado ayuda a lidiar frente a la pandemia, es decir, dar sentido a las experiencias negativas puede ser una estrategia de adaptación, como también replantear las situaciones negativas de una manera más positiva ante la COVID-19 en curso; de lo anterior, se puede inferir que la población adulta utilizaron la creación de significados de sus experiencias que venían viviendo ⁽²⁷⁾.

CONCLUSIONES

En este estudio se encontró relación entre las variables, resiliencia y adaptabilidad con un coeficiente de Rho= .450** y un p valor <.005 en adultos post COVID-19 en la provincia de San Martín. De igual forma, entre resiliencia y las dimensiones de adaptabilidad, por lo que, estos hallazgos sugieren que, a mayor resiliencia, mayor fue la adaptabilidad que emplearon las personas ante el cambio surgido por la pandemia.

El estudio no está extenso de limitaciones, la recopilación de datos se llevó a cabo en una plataforma de encuestas en línea con un alcance limitado para los participantes mayores que no utilizan Internet, lo que restringió observar la conducta y poder verificar que las preguntas sean respondidas con veracidad. Además, la falta de datos comparables durante el brote de COVID-19 limita las conclusiones sobre los fenómenos estudiados. Debido a un diseño de investigación transversal, se excluye cualquier interpretación causal.

Otra limitación, fue que los cuestionarios en primera instancia no constituían con una escala validada; sin embargo, se realizó la validación de expertos y se aplicó a una prueba piloto siendo este un aporte más en pruebas de medición para la localidad estudiada.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Quispe, F & García, G. (2020). Impacto psicológico del covid-19 en la docencia de la Educación Básica Regular. Revista de Investigación Científica y Tecnológica Alpha Centauri, Volumen 1, Número 2.
<https://doi.org/10.47422/ac.v1i2.10>
2. Sanchez , M. (2020). Cambios en el estilo de vida durante el confinamiento por el covid-19 en adultos mayores. Guayaquil. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/53842>
3. Camacho, M. (2020). Influencia de la actividad física realizada durante el confinamiento en la pandemia del COVID-19 sobre el estado psicológico de adultos. Salud Pública, 9. Obtenido de <https://medes.com/publication/151919>
4. Arias, Y; Herrero, Y; Cabrera, Y; Chibas, D; Garcia, Y. (2020). Manifestaciones psicológicas frente a lasituacion epidemiologica causada por el COVID-19. Infomed, 19 Obtenido de <http://www.revhabanera.sld.cu/templates/images/Requerimientos.pdf>
5. Quispe, F & García, G. (2020). Impacto psicológico del covid-19 en la docencia de la Educación Básica Regular. Revista de Investigación Científica y Tecnológica Alpha Centauri, Volumen 1, Número 2.
<https://doi.org/10.47422/ac.v1i2.10>
6. Maitta-Rosado, I y Mero-Delgado, L. (2020). Resiliencia y Ansiedad en familiares de pacientes con Covid-19 de la Parroquia Aníbal San Andrés - Cantón Montecristi. Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada YACHASUN. Volumen 4, Número 7. <https://doi.org/10.46296/yc.v4i7.0054>
7. Huarcaya, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica, 37(2), 327-334. <https://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>
8. PeConga, E; Gauthier, G; Holloway, A; Walker, W; Rosencrans, P; Zoellner, L & Bedard-Gilligan, M. (2020). Resilience is spreading: Mental health within the COVID-19 pandemic. Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and

- Policy, 12(S1), S47-S48. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000874>
9. Liu, Wei; Tao, Zhao-Wu; Wang, Lei; Yuan, Ming-Li; Liu, Kui; Zhou, Ling; Wei, Shuang; Deng, Yan; Liu, Jing; Liu, Hui-Guo; Yang, Ming; Hu, Yi. (2020). Analysis of factors associated with disease outcomes in hospitalized patients with 2019 novel coronavirus disease. https://journals.lww.com/cmj/fulltext/2020/05050/analysis_of_factors_associated_with_disease.5.aspx
 10. Nizama, A. (2021). Covid-19 en el Perú: aumentan casos de ansiedad y depresión. Universidad San Ignacio de Loyola. Recuperado de: <https://www.usil.edu.pe/noticias/covid-19-en-el-peru-aumentan-casos-de-ansiedad-y-depresion>
 11. Asmundson, G & Taylor, S. How health anxiety influences responses to viral outbreaks like COVID-19: What all decision-makers, health authorities, and health care professionals need to know. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0887618520300256?via%3DiHub>.
 12. Espinoza, Y; Mesa, D; Díaz, Y; Caraballo, L; Mesa, M (2020). Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas, Los Palacios. Revista Cubana de Salud Pública. 2020;46 (Supl. especial):e2659. Recuperado de: <http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/2659>
 13. Zambrano, Castillo y Meza. Implementación de una escala para medir “impacto psicosocial y actitudes en sujetos post covid-19”. Estudio aleatorio en la ciudad de Manta entre abril y septiembre del 2020. Dominio de las Ciencias, [S.l.], v. 7, n. 2, p. 301-318, abr. 2021. [doi:http://dx.doi.org/10.23857/dc.v7i2.1798](http://dx.doi.org/10.23857/dc.v7i2.1798).
 14. Monje, C (2011). Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa - Guía Didáctica. Universidad Surcolombiana Facultad de Ciencias Sociales y Humanas - Programa de Comunicación Social y Periodismo. Neiva. Recuperado de: <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
 15. Loayza. (2020). Propiedades psicométricas de la versión española de la escala de resiliencia CD-RISC en adultos, Lima Norte, 2020. Repositorio Digital Institucional de la Universidad César Vallejo. Recuperado en julio de 2021 de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/53956>

16. Matiz, A; Fabbro, F; Paschetto, A; Cantone, D; Paolone, A,R & Cresscentini, C.(2020). Positive Impact of Mindfulness Meditation on Mental Health of Female Teachers During the COVID-19 Outbreak in Italy. *Public Health*,17,6450, doi:10.3390/ijerph17186450

17. Kocjan, G,Z., Kavcic, T., & Avsec, A. (2020). Resilience matters: Explaining the association between personality and psychological functioning during the COVID-19 pandemic. *Health Psychology* 21, 100198. : <https://doi.org/10.1016/j.ijch.2020.08.002>

18. Zayas, A.; Merchán-Chavellino, A; López-Sánchez,J,A. & Guil, R. (2021). Confinement Situation of the Spanish Population during the Health Crisis of COVID-19: Resilience Mediation Process in the Relationship of Dispositional Optimism and Psychological Well-Being. *Public Health*,18,6190. :<https://doi.org/10.3390/ijerph18126190>

19. Sampogna, G., Del Vecchio,V., Giallonardo, V., Lucioano, M., Albert, U., Carmassi, C., Carrá, G., Cirulli, F., Dell’Osso,B., Menculini, G., et al. (2021). What Is the Role of Resilience and Coping Strategies on the Mental Health of the General Population during the COVID-19 Pandemic? Results from the Italian Multicentric COMET Study. *Brain Sci*,11, 1231. <https://doi.org/10.3390/brainsci11091231>

20. Li, F., Luo, S., Mu, W., Li, Y., Ye, L., Zheng, X., Bing, X., Ding, Y., Ling, P., Zhou, M., et al. (2021). Effects of sources of social support and resilience on the mental health of different age groups during the COVID-19 pandemic. *BCM Psychiatry* 21:16. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-03012-1>

21. Arrogante, O., Pérez-Garcia, A.M., & Aparicio-Zaldívar, E.G. (2015). Recursos personales relevantes para el bienestar psicológico en el personal de enfermería. *Enferm Intensiva*.1,22-30. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.1016/j.enfi.2015.07.002>

22. Gerhol, L. (2020). COVID-19: Risk perception and Coping strategies. Results from a survey in Germany. *AG Interdisziplinäre Sicherheitsforschung*. Recuperado de: <https://doi.org/10.31234/osf.io/xmpk4>

23. Ustun, G.(2021). Determining depression and related factors in society affected by COVID-19 pandemic. *International Journal of Social Psychiatry*.67(1) 54-63. DOI:10.1177/0020764020938807

24. Fluharty, M., Fancourt, D. (2021). How have people been coping during the COVID-19 pandemic? Patterns and predictors of coping strategies amongst 26,016 UK adults. *BMC Psychology*, 9 (1), 107. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00603-9>
25. Kavcic, T., Avsec, A., & Kocjan, G, Z.. (2021). Psychological Functioning of Slovene Adults during the COVID-19 Pandemic: Does Resilience Matter?. *Psychiatric Quarterly*, 92:207-216. <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09789-4>
26. Kai, W., Tong, H., Liang, L., Wai, T., Liu, H., Ben-Ezra, M., Goodwin, R., Mei-Chun, T. (2021). Probable anxiety and components of psychological resilience amid COVID-19: A population-based study. *Journal of Affective Disorders* 282. 594-601. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.127>
27. Yang, Z., Ji, L., Yang, Y., Wang, Y., Zhu, L., Cai, H. (2021). Meaning making helps cope with COVID-19: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences* 174. 110-670. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110670>