



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE  
(UTN)**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA  
(FECYT)**

**CARRERA: PSICOPEDAGOGÍA**

**INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN  
CURRICULAR, MODALIDAD DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

**TEMA:**

**“ANÁLISIS DE LA RESILIENCIA Y ADAPTACIÓN A LA VIDA  
UNIVERSITARIA DE LOS ESTUDIANTES FORÁNEOS DE LAS  
CARRERAS DE BIOTECNOLOGÍA Y AGROINDUSTRIA DE LA  
UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE.”**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de licenciatura en Psicopedagogía**

**Línea de investigación:** Desarrollo social y del comportamiento humano

**Autor:** Diana Marcela Almeida Castro

**Director:** MSc. Jaime Damián Yucato Pupiales

Ibarra -Ecuador-2025



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**  
**BIBLIOTECA UNIVERSITARIA**

## IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del artículo 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte, para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

<b>DATOS DE CONTACTO</b>			
<b>CÉDULA DE IDENTIDAD:</b>	<b>DE</b>	0450148549	
<b>APELLIDOS Y NOMBRES:</b>	<b>Y</b>	Almeida Castro Diana Marcela	
<b>DIRECCIÓN:</b>		Dr. Plutarco Larrea y Dr. Cristóbal Tobar Subía	
<b>EMAIL:</b>		diana_almeida03@hotmail.com	
<b>TELÉFONO FIJO:</b>		<b>TELF. MOVIL</b>	0967703010

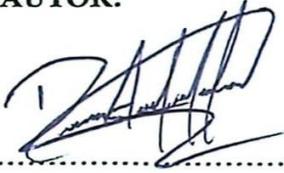
<b>DATOS DE LA OBRA</b>	
<b>TÍTULO:</b>	Análisis de la Resiliencia y Adaptación a la Vida Universitaria de los Estudiantes Foráneos de las Carreras de Biotecnología y Agroindustria de la Universidad Técnica del Norte.
<b>AUTORA:</b>	Diana Marcela Almeida Castro
<b>FECHA: AAAAMMDD</b>	2025/04/30
<b>SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO</b>	
<b>PROGRAMA:</b>	<input checked="" type="checkbox"/> <b>PREGRADO</b> <input type="checkbox"/> <b>POSGRADO</b>
<b>TITULO POR EL QUE OPTA:</b>	Licenciatura en Psicopedagogía
<b>DIRECTOR/ASESOR:</b>	MSc. Jaime Damián Yucato Pupiales MSc. Cristian Eduardo Guzmán Torres

## CONSTANCIAS

El autor manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 30 días, del mes de abril de 2025

**EL AUTOR:**



.....  
Almeida Castro Diana Marcela

# CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTERGRACIÓN CURRICULAR

Ibarra, 30 de abril de 2025

MSc. Jaime Damián Yucato Pupiales

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de integración curricular, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Unidad Académica de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.



MSc. Jaime Damián Yucato Pupiales  
C.C.:1002245783

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

## APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

*El Tribunal Examinador del Trabajo de Integración Curricular "Análisis de la Resiliencia y Adaptación a la Vida Universitaria de los Estudiantes Foráneos de las Carreras de Biotecnología y Agroindustria de la Universidad Técnica del Norte." elaborado por Diana Marcela Almeida Castro, previo a la obtención del título de Licenciatura en Psicopedagogía, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:*



(f).....  
MSc. Jessy Verónica Barba Ayala  
C.C.: 1002351946



(f).....  
MSc. Jaime Damián Yucato Pupiales  
C.C.: 1002245783



(f).....  
MSc. Cristian Eduardo Guzmán Torres  
C.C.: 1716384530

## **DEDICATORIA**

Con profundo amor y gratitud dedico mi trabajo de titulación a las personas que tengo la dicha de llamar mi familia:

A mis padres, Sonia y Romel, el amor, la superación y perseverancia los he aprendido de ustedes. Su apoyo incondicional me ha permitido concluir mi formación académica y su cariño, además de fortalecerme diariamente, me ha demostrado que mi mayor fortuna es tenerlos junto a mí.

A mis hermanos, Paúl y Jimmy, a quienes admiro por ser excelentes profesionales y personas, agradezco haber crecido a su lado, aprendiendo de su amor y fortaleza, atesorando los momentos compartidos en mi corazón. Tenerlos como mi mayor referente en la vida, es el regalo más hermoso que me han dado mamá y papá.

A mi pareja, Dilan, no puedo imaginar haber recorrido este camino sin ti, valoro mucho tus cuidados, tu presencia constante y tu amor inquebrantable. Me diste valor cuando lo necesité, paz en los días difíciles, alegría en cada instante y un refugio donde tu mirada bastó para aliviar cualquier tormenta.

A mis adorados Chanita y Panchito, por ser los que siempre me sacan una sonrisa, por su mirada llena de amor y lealtad, por recibirme con ternura y ser capaces de salvarme sin siquiera pronunciar una palabra.

Gracias por creer en mí cuando yo dejaba de hacerlo.

Los amo infinitamente,

***Diana Almeida Castro***

## **AGRADECIMIENTO**

A la prestigiosa Universidad Técnica del Norte por ofrecerme experiencias invaluableles para mi formación personal y profesional, a la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología, por ser un lugar lleno de serenidad y reflexión que me acogió durante esta gratificante trayectoria.

A los docentes y estudiantes de las carreras de Biotecnología y Agroindustria, por su colaboración sincera y desinteresada para participar en esta investigación, su cooperación representa una contribución para fortalecer los cimientos de una educación más humana y trascendental.

A los maravillosos docentes de la Carrera de Psicopedagogía, profesionales llenos de sabiduría y calidez, por no limitarse a la formación teórica y compartir sus consejos y experiencias. Quienes se preocupan inmensamente por formar seres competentes y sensibles en esta área, porque siempre estuvieron dispuestos a ofrecer su apoyo con una sonrisa, por asumir la labor de cambiar completamente la perspectiva sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje en las mentes jóvenes y por ser mi fuente de inspiración para continuar aprendiendo.

Al director de este trabajo de integración curricular, Msc. Jaime Yucato por su predisposición para brindar el acompañamiento y orientación que hicieron posible la culminación de esta investigación.

A mi familia, gracias por su amor inagotable, ánimo, compañía y por hacer esto posible; no existe mayor alegría para mí que poder compartir este logro junto a ustedes.

*Diana Almeida Castro*

## RESUMEN EJECUTIVO

La resiliencia, entendida como la capacidad de superar y aprender de los desafíos, se revela como un atributo esencial en el ámbito universitario, donde los estudiantes se enfrentan a demandas académicas rigurosas, cargas horarias intensivas y una presión competitiva considerable. Esta investigación tiene como objetivo analizar la resiliencia y adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos de los primeros niveles de las carreras de Biotecnología y Agroindustria en la Universidad Técnica del Norte. Para ello se acoge un enfoque cuantitativo de alcance descriptivo correlacional con un diseño no experimental de carácter transversal. Se consideró la Escala de capacidad resiliente del estudiante universitario (ECRE-U) de veintitrés ítems y tres dimensiones, y el Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) con veintisiete ítems y cuatro dimensiones para ser aplicados a un universo de 156 participantes, de los que se extrajo una muestra representativa de 45 estudiantes. Los resultados reflejaron que existen niveles medios tanto de resiliencia como de adaptación a la vida universitaria, asimismo, empleando el estadístico  $r$  de Pearson se encontró una correlación positiva de nivel medio entre ambas variables ( $< 0,05$ ). Por lo que se concluye que el nivel de resiliencia de la población evaluada es directamente proporcional al grado de adaptación a la vida universitaria, destacando así, la importancia de implementar actividades que impulsen el desarrollo de esta capacidad con el fin de reducir considerablemente las dificultades inherentes al proceso de ajuste a la educación superior.

**Palabras clave:** Resiliencia, adaptación, educación superior, vida universitaria, estudiantes foráneos.

## **ABSTRACT**

Resilience, understood as the ability to overcome and learn from challenges, is revealed as an essential attribute in the university environment, where students face rigorous academic demands, intensive workloads and considerable competitive pressure. This research aims to analyze the resilience and adaptation to university life of foreign students in the first levels of Biotechnology and Agroindustry careers at the Universidad Técnica del Norte. To achieve this, a quantitative approach with a correlational descriptive scope is adopted with a non-experimental cross-sectional design. The University Student Resilient Capacity Scale (ECRE-U) with twenty-three items and three dimensions, and the Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) with twenty-seven items and four dimensions were considered to be applied to a universe of 156 participants, from which a representative sample of 45 students was drawn. The results reflected that there are medium levels of both resilience and adaptation to university life. Likewise, using Pearson's  $r$  statistic, a medium-level positive correlation was found between both variables ( $< 0.05$ ). Therefore, it is concluded that the level of resilience of the evaluated population is directly proportional to the degree of adaptation to university life, thus highlighting the importance of implementing activities that promote the development of this capacity in order to considerably reduce the inherent difficulties. to the process of adjustment to higher education.

**Keywords:** Resilience, adaptation, higher education, university life, foreign students.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN.....	12
Motivaciones para el estudio .....	12
Problema de investigación .....	12
Justificación .....	13
Dificultades presentadas .....	14
OBJETIVOS.....	14
Objetivo general.....	14
Objetivos específicos .....	14
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO .....	16
1.1.    La Resiliencia .....	16
1.1.1.    Bases epistemológicas de la resiliencia.....	16
1.1.2.    Definiciones de la resiliencia.....	17
1.1.3.    Teorías de la resiliencia .....	19
1.1.4.    Factores asociados a la resiliencia .....	21
1.2.    Adaptación a la vida universitaria .....	24
1.2.1.    Definición .....	24
1.2.2.    Proceso de adaptación de los estudiantes a la educación superior y sus dificultades .....	25
1.2.3.    Proceso de adaptación de los estudiantes foráneos a la educación superior y sus dificultades .....	26
1.2.4.    Factores que intervienen en la adaptación a la vida universitaria .....	27
1.3.    La resiliencia en el contexto universitario.....	28
1.3.1.    La importancia de la resiliencia en estudiantes universitarios .....	28
CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS.....	30
2.1. Tipo de investigación .....	30
2.2. Métodos e instrumentos .....	30
2.2.1. Métodos.....	30
2.2.2. Instrumentos .....	31
<i>Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (ECRE-U)</i> .....	31
<i>Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)</i> .....	31
2.3. Preguntas de investigación e hipótesis.....	31

2.4. Matriz de operacionalización de variables.....	32
2.5. Participantes.....	37
2.6. Procedimiento.....	37
CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	40
3.1. Estadísticos descriptivos.....	40
3.2. Niveles de resiliencia.....	41
3.3. Niveles de adaptación a la vida universitaria.....	45
3.4. Correlación entre resiliencia y adaptación a la vida universitaria.....	48
CONCLUSIONES.....	51
RECOMENDACIONES.....	52
ANEXOS.....	53
Anexo 1: Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (ECRE-U).....	53
Anexo 2: Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ).....	55
Anexo 3: Autorización para la aplicación de reactivos.....	57
REFERENCIAS.....	58

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> Matriz de operacionalización de variables.....	33
<b>Tabla 2</b> Estudiantes que conforman la muestra de investigación.....	37
<b>Tabla 3</b> Alfa de Cronbach de los instrumentos y dimensiones.....	39
<b>Tabla 4</b> .....	40
<b>Tabla 5</b> Estadísticos descriptivos de la variable adaptación a la vida universitaria.....	41
<b>Tabla 6</b> Niveles de competencia emocional.....	41
<b>Tabla 7</b> Niveles de competencia social.....	42
<b>Tabla 8</b> Niveles de orientación hacia el futuro.....	43
<b>Tabla 9</b> Niveles totales de resiliencia.....	44
<b>Tabla 10</b> Niveles de adaptación personal-emocional.....	45
<b>Tabla 11</b> Niveles de adaptación académica.....	45
<b>Tabla 12</b> Niveles de adaptación institucional.....	46
<b>Tabla 13</b> Niveles de adaptación social.....	47
<b>Tabla 14</b> Niveles totales de adaptación a la vida universitaria.....	47
<b>Tabla 15</b> Pruebas de normalidad.....	48
<b>Tabla 16</b> Correlación entre resiliencia y adaptación a la vida universitaria (Pearson).....	49
<b>Tabla 17</b> Interpretación del coeficiente de correlación.....	49

# INTRODUCCIÓN

## **Motivaciones para el estudio**

El motivo que guía la presente investigación es la relevancia de la resiliencia y la adaptación como factores que influyen fuertemente en el éxito académico. La literatura existente, respaldada por la evidencia empírica, subraya la importancia de estas variables en la culminación satisfactoria de los estudios superiores. De manera que, este trabajo junto a investigaciones afines sienta las bases para el desarrollo de intervenciones educativas que promuevan la resiliencia y, en consecuencia, mejoren el desempeño académico.

En este sentido, el estudio propuesto resulta trascendental para la comunidad educativa, dado que busca profundizar en la relación entre estos constructos y su impacto en la formación profesional, especialmente en poblaciones que enfrentan mayores desafíos, como los estudiantes foráneos.

## **Problema de investigación**

La resiliencia representa la capacidad propia de un organismo para regresar a la estabilidad o de recuperarse luego de encarar la adversidad, cambios bruscos o estresores constantes. Se trata de una competencia fundamental para superar de manera optimista las dificultades que amenazan el desarrollo personal, obteniendo aprendizajes enriquecedores de las experiencias desfavorables (Zolano y León, 2023).

Por ende, dicho concepto se encuentra fuertemente relacionado con la adaptabilidad; la adaptación a la vida universitaria se entiende como un proceso de ajuste que facilita una respuesta coherente a las demandas del entorno académico, aumentando así las probabilidades de persistencia, bienestar del estudiante y cumplimiento de los objetivos (Granada, 2003; Ramírez et al., 2003).

Para los estudiantes de las instituciones de educación superior, esta capacidad se vuelve imprescindible, pues a menudo se encuentran rodeados de situaciones complejas y una continua presión académica. Usualmente las dificultades en este grupo se ven agravadas durante los primeros semestres de la carrera universitaria dado que la alta exigencia, el tiempo reducido y el esfuerzo demandado son elementos que acentúan la diferencia entre el colegio y la universidad.

Sin embargo, además de los requerimientos propios de una universidad, existen factores diversos que dificultan significativamente la adaptación a este nuevo ambiente. Uno de ellos es estudiar en una provincia o ciudad distinta a la de residencia, esto involucra mayores desafíos como vivir solo, tener recursos limitados, asumir nuevas responsabilidades, entre otros. Asimismo, al estar lejos de sus familiares y redes de apoyo, los alumnos foráneos son más propensos al aislamiento, por lo que, en caso de no desarrollar la resiliencia, se imposibilitará la adaptación a la vida universitaria, dando paso al fracaso académico y posibles deserciones.

La Universidad Técnica del Norte tiene un creciente número de estudiantes de otras provincias, en su mayoría procedentes de Carchi, Pichincha y Esmeraldas; los que atraviesan retos significativos para aclimatarse al desafiante ambiente universitario en un entorno distinto al suyo. Por consiguiente, surge la interrogante: ¿cómo se relacionan los niveles de resiliencia con la adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos?

Bajo este contexto, la siguiente investigación se realizó durante el periodo lectivo 2024-2025 en la Universidad Técnica del Norte, parroquia El Sagrario, cantón Ibarra, provincia de Imbabura. Institución que cuenta con cinco unidades académicas que ofrecen distintas carreras de grado, de las cuales se seleccionó las carreras de Agroindustria y Biotecnología, correspondientes a la Facultad de Ingeniería en Ciencias Agropecuarias y Ambientales.

### **Justificación**

La psicología reconoce a la resiliencia como un componente fundamental de la personalidad, pues se trata de un proceso que hace posible el afrontamiento a riesgos significativos o experiencias traumáticas que amenazan el bienestar (Fergus y Zimmerman, 2005).

Páez (2020) mantiene que la resiliencia se refiere a la conducta adaptativa que se enfoca en procesos internos, las habilidades personales, emocionales, cognitivas y sociales que contribuyen a mejorar la calidad de vida, aspirando así a un bienestar global a nivel físico y mental frente a momentos adversos.

Por lo que la importancia de la resiliencia radica en su capacidad de superar las dificultades y de priorizar la adaptación a los cambios constantes del entorno manteniendo el equilibrio emocional. Uno de los mayores cambios está relacionado con el inicio de la etapa universitaria puesto que representa un proceso complejo y demandante de organización, dedicación y nuevos hábitos, frente a ello, es donde interviene la capacidad resiliente que permitirá el ajuste del alumnado.

Núñez y Vásquez (2022) aseguran que esta habilidad es totalmente necesaria para lograr afrontar las complicaciones que aparecerán durante la vida universitaria como presión académica, estrés, separación del hogar, soledad, entre otras. Las últimas dificultades mencionadas son más comunes en los alumnos que se han alejado de su casa y familiares para mudarse cerca de esta nueva institución educativa. Es un hecho que los estudiantes foráneos son quienes se enfrentan a desafíos de índole mayor durante su formación universitaria, específicamente en sus inicios, por ello es necesario que este grupo se muestre capaz de desempeñarse adecuadamente pese a los obstáculos que se le presentan.

Al contar con una alta capacidad de resiliencia, el alumnado foráneo puede gozar de beneficios que impactan directamente en su vida universitaria como la adaptabilidad, que implica la adecuación a situaciones escolares inesperadas, nuevas metodologías de enseñanza y horarios de aprendizaje, desarrollar un sentido de pertenencia e involucrase activamente en su proceso educativo. De igual forma, el alumno resiliente se muestra competente y cuenta con destrezas positivas; la persistencia para alcanzar objetivos, el

optimismo frente a la carrera, la confianza en sí mismo y la habilidad de tomar decisiones y resolver problemas de manera efectiva son cualidades que refuerzan la permanencia del estudiante de nuevo ingreso en la universidad (Bastidas, 2023; Uriarte, 2005; López, 2010).

Desde esta perspectiva, este estudio es factible dado que la Universidad Técnica Del Norte acoge a un número considerable de estudiantes foráneos distribuidos en sus distintas unidades académicas, lo que se traduce como una población accesible para la investigación que, además, cuenta con los recursos tecnológicos requeridos para la recolección de información.

Asimismo, los antecedentes revisados reflejan un predominio del enfoque cuantitativo en los estudios de las variables consideradas, evidenciando que este tipo de investigación es eficaz para extraer datos que respondan a los objetivos planteados. Por ende, dada la gran variedad de instrumentos psicométricos a disposición del estudio, se los acoge como parte del método más adecuado para la investigación.

Adicionalmente, cabe mencionar que no se reportan investigaciones similares en el contexto ecuatoriano, por lo que emerge la necesidad de emprender este análisis novedoso que busca establecer cómo los niveles de resiliencia afectan en la adaptación universitaria de los estudiantes foráneos de nuevo ingreso explicado a través de una realidad cercana. Los hallazgos de esta investigación contribuyen a concientizar a la comunidad respecto a la importancia de entrenarse como seres resilientes y brindar mayor apoyo a los estudiantes procedentes de otras provincias durante su proceso de acoplamiento universitario.

### **Dificultades presentadas**

La aplicación de los reactivos tomó más tiempo de lo previsto debido a las suspensiones constantes de energía eléctrica que experimentaba el país y los horarios ajustados de los estudiantes de las carreras de Biotecnología y Agroindustria, lo que comprometió significativamente su predisposición a participar en el estudio. No obstante, estas dificultades fueron enfrentadas oportunamente, posibilitando así el progreso de la investigación.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo general**

Analizar la resiliencia y adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos de los primeros niveles de las carreras de Biotecnología y Agroindustria en la Universidad Técnica del Norte.

### **Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de resiliencia de los estudiantes foráneos de los primeros niveles de las carreras Biotecnología y Agroindustria en la Universidad Técnica del Norte.

- Identificar el nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos de los primeros niveles las carreras Biotecnología y Agroindustria en la Universidad Técnica del Norte.
- Establecer la correlación entre la adaptación a la vida universitaria y los niveles de resiliencia de los estudiantes foráneos de los primeros niveles de las carreras Biotecnología y Agroindustria en la Universidad Técnica Del Norte.

# CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

## 1.1. La Resiliencia

### 1.1.1. *Bases epistemológicas de la resiliencia*

El concepto de resiliencia fue introducido en las disciplinas de carácter exacto a partir de 1807, siendo empleado en el campo de la física, la metalurgia y la ingeniería civil con el fin de referirse a la capacidad de ciertos materiales para resistir impactos significativos o recuperar su forma natural tras ser sometidos a fuerzas deformadoras (Becoña, 2006; Uriarte, 2005). El uso de este concepto se expandió progresivamente al área de la ecología, que contempla a la resiliencia como la capacidad de un sistema ecológico para mantener su funcionalidad luego de haberse enfrentado a diversas perturbaciones (López y Venegas, 2016).

La incorporación del constructo a las ciencias sociales se remonta a los años 60, donde la psiquiatría destaca la necesidad de conocer la etiología y evolución de la psicopatología en niños genéticamente predisponentes a desarrollarla, que han sufrido complicaciones durante el alumbramiento, criados en hogares con bajos recursos económicos, con vivencias traumáticas o una combinación de factores perjudiciales (Becoña, 2006).

Los primeros estudios al respecto fueron desarrollados por Koupernik y Anthony, quienes determinaron que las afecciones psiquiátricas y traumas surgen debido a una evolución precaria que origina una personalidad poco resistente a circunstancias agresoras que superan la capacidad de afrontamiento. Los autores decidieron emplear el término vulnerabilidad para sustentar su postulado, originando así las bases del estudio de la resiliencia (Uriarte, 2005).

Posteriormente, Garmezy muestra interés en realizar estudios en sujetos que habían sido expuestos a hechos traumáticos en edades tempranas, pobreza extrema, estrés y demás condiciones desfavorables. Su trabajo se centró en los hijos de padres con enfermedades mentales. De las investigaciones en los niños cuya predicción a desarrollar una psicopatología era elevada se destacó un grupo de infantes no afectados, por lo que se determinó que esos sujetos eran invulnerables, capaces de superar a la adversidad (Becoña, 2006).

El estudio longitudinal de Werner y Smith de la década de los 80 fue determinante para el desarrollo del concepto. Se inició en el año 1954 considerando a 500 neonatos de la isla Kauai en el archipiélago de Hawái; sujetos que nacieron en situaciones de pobreza, maltrato, desnutrición, con padres alcohólicos, etc., que tenían predicciones negativas sobre su futuro desarrollo psicosocial. El seguimiento de la muestra duró 30 años, la primera evaluación, realizada a los 20 años demostró resultados desconcertantes ya que el 30% de los integrantes del estudio se habían convertido en adolescentes que alcanzaron un nivel de adaptación considerable. Al cumplirse los treinta años de investigación, se evidenció que el 50% de los participantes, ahora adultos, habían conseguido adaptarse, vivir normalmente y mostrar un comportamiento competente incluso sin haber recibido atención especializada. Las autoras

denominaron a estos sujetos como “resistentes al destino” ya que compartían la resiliencia como un elemento en común (Alejo et al., 2015; Uriarte, 2005).

De esta manera, el estudio introdujo la palabra “resiliencia” como un sustituto para el término “invulnerabilidad”, creando una marcada diferenciación puesto que esta se trata de una característica intrínseca y estable que permite resistir situaciones adversas, por otro lado, el concepto naciente hace referencia a una cualidad dinámica que varía según el contexto, madurez y amenaza que enfrenta un individuo (Rutter, 1993). Mientras que la invulnerabilidad sugiere la habilidad para no ser afectado por las circunstancias comprometedoras del entorno o reducir el impacto de sus consecuencias en el individuo, la resiliencia consiste en la capacidad para superar las situaciones complejas, adaptándose y obteniendo aprendizajes que faciliten el crecimiento personal.

Tras este hito, las investigaciones sobre la resiliencia se enmarcaron en determinar los elementos que favorecen o inhiben la capacidad resiliente. Posteriormente, el enfoque de estudio traspasó los límites de una cualidad individual a una capacidad comunitaria definida como la competencia de la sociedad para afrontar momentos de crisis, persiguiendo el bienestar común (Suárez y Melillo, 2011).

En la actualidad, el concepto de resiliencia en el área de las humanidades ha evolucionado para ser mencionado en especialidades como la sociología, antropología, psicología social, neurociencias y educación, manteniendo la perspectiva de que la resiliencia subraya la intrincada naturaleza de las relaciones humanas y destacando la importancia de la agencia individual en el proceso de construirla (García y Domínguez, 2013; Gómez et al., 2019).

### ***1.1.2. Definiciones de la resiliencia***

Etimológicamente la palabra proviene del latín *resilio* que significa saltar, rebotar, volver hacia atrás (Nuñez y Vásquez, 2022). Desde la perspectiva de la psicología, no existe un consenso sobre la definición de esta variable, diversos autores han tratado de conceptualizarlo, por ello se diferencian distintas propuestas que consideran elementos como la adaptación, recuperación, una capacidad, un proceso, factores internos y externos, entre otros (Aguilar Maldonado et al., 2019; García y Domínguez, 2013).

En cuanto al componente de adaptabilidad la definición más acertada es la de Garmezy (1991) quien consideró a la resiliencia como la capacidad de recuperación que permite mantener una conducta adaptativa luego de haber experimentado el abandono o dificultades al comienzo de un evento estresante. A raíz de esta definición ciertos teóricos han determinado que el objetivo de la resiliencia es volver al estado que se sostenía antes de enfrentar la situación adversa, y superarla o adaptarse como consecuencia de esta (Aguilar Maldonado et al., 2019).

Por otro lado, Yates y Luthar (2009) contemplan a la resiliencia como un proceso dinámico donde intervienen factores protectores y de riesgo; el sujeto tiene la capacidad de emplear los recursos a su alcance para sortear los desafíos que enfrenta de manera adaptativa y, a su vez, formar una base de apoyo para actuar ante los problemas futuros exitosamente. Los

autores sostienen una concepción de que la resiliencia no es una cualidad necesariamente inherente a un sujeto, pues se trata de una habilidad que se construye constantemente en un proceso donde se destaca la interacción persona-entorno, además de la competencia propia del individuo para emplear sus recursos de forma efectiva y lograr una conducta adaptativa.

Tal como lo mencionan Saavedra y Villalta (2008) se trata de un rasgo personal que se cultiva durante toda la vida; es un atributo distintivo que se aprende y actualiza a través de la interacción con otros. Los mecanismos que favorecen el desarrollo de la resiliencia se relacionan con la apropiación individual de la realidad, lo que posibilita un comportamiento sano o de superación de los eventos complicados. Estas definiciones contemporáneas resaltan el carácter evolutivo de la resiliencia brindando especial importancia tanto a los elementos del entorno que garantizan reducir los daños, como a la propia habilidad para vencer sus limitaciones y ser flexible a los cambios.

Quienes la conceptualizan como una capacidad agregan el componente transformación, dado que mantienen que la resiliencia no se limita a recuperarse de una situación comprometida esperando que desaparezca la crisis, pues ser resiliente implica ser generador de cambios, sostener pensamientos innovadores que permitan manejar los imprevistos y modificar la propia perspectiva para considerar las situaciones traumáticas como posibilidades de crecer mediante el aprendizaje y fortalecimiento de las defensas personales (Carretero, 2010; González et al., 2012).

Asimismo, algunos autores afirman que este concepto está profundamente relacionado con el bienestar, ya que implica procesos intrapsíquicos y sociales que facilitan el afrontamiento de los individuos, grupos o colectividades a diferentes tipos de amenazas. Estos procesos se originan a lo largo de la vida a través de combinaciones positivas entre las características de un sujeto y su ambiente familiar y social, traduciéndose como elementos que proporcionan una mejor calidad de vida, con el fin de tener salud tanto a nivel físico como mental, aunque se atraviesen momentos de infortunio (Cornejo, 2011; Páez, 2020; Rutter, 1993).

Bajo este contexto, se resalta la utilización de recursos personales y sociales que facilitan la emisión de acciones resueltas para lograr el éxito, la auto o socio realización y transformar la realidad, adquiriendo nuevos enfoques que la modifiquen, permitiendo alcanzar la cúspide de las necesidades humanas pese a desarrollarse en un ambiente hostil.

A falta de una definición unívoca sobre el constructo surgen las distintas concepciones de los teóricos y, aunque cada una sea propuesta bajo enfoques diferentes, se pueden reconocer ciertos elementos o componentes comunes que permiten comprender que la resiliencia hace referencia a una capacidad, propia no solo del hombre, sino de comunidades y sistemas, que facilita la recuperación, adaptación y extracción de enseñanzas valiosas de cada desafío que proporciona el ambiente en el que el individuo se desarrolla, garantizando el bienestar físico y emocional para su correcto funcionamiento.

### ***1.1.3. Teorías de la resiliencia***

A partir de las numerosas concepciones de los autores se han generado teorías y modelos que buscan comprender cómo las personas afrontan y superan las adversidades, traumas y desafíos significativos en sus vidas. El modelo genérico de resiliencia en respuesta al trauma psicológico propuesto por Agaibi y Wilson (2005) sugiere que la resiliencia se trata de un proceso dinámico e individual que involucra la interacción entre factores personales y ambientales para dar respuesta al trauma. Enfatiza la importancia de la percepción, el procesamiento y la adaptación al estrés traumático, a través de cinco variables; características de la personalidad, estilo de afrontamiento regulación afectiva, defensa del ego, y utilización de factores protectores. Subrayando así la capacidad adaptativa de la resiliencia que, se desarrolla y evoluciona a lo largo de la vida en respuesta a las demandas del entorno.

La teoría fundamentada en la resiliencia personal de Denz Penhey y Murdoch (2008) abarca el estudio de pacientes que han logrado sobreponerse a diagnósticos médicos desfavorables. Sus sorprendentes hallazgos contribuyeron a determinar que la resiliencia tiene cinco dimensiones; los vínculos familiares, sociales y físicos, la sabiduría adquirida a través de la experiencia y una mentalidad fortalecedora alineada con sus principios. Asimismo, los autores destacan que las dimensiones mencionadas son específicamente relevantes y adecuadas para su contexto, pero que, en el caso de otras culturas o periodos temporales, sería necesario continuar con la investigación. De igual manera, mencionan que no es posible afirmar que solamente la resiliencia contribuye a obtener buenos resultados ante enfermedades catastróficas, pues se requiere de otros mecanismos biológicos que desafíen la progresión inevitable de la enfermedad.

En el modelo conceptual sobre resiliencia de Brennan (2008) se sostiene que la resiliencia comunitaria y el desarrollo emocional de la juventud están intrínsecamente entrelazados, afectados por vulnerabilidades socioeconómicas y sociales. Estas vulnerabilidades demandan apoyo social urgente para promover el desarrollo de la resiliencia, permitiendo así superar desafíos locales que afectan la calidad de vida de la comunidad y los jóvenes. Para este autor, los jóvenes que adoptan una actitud resiliente descubren su papel crucial dentro de la comunidad, encontrando respaldo en tiempos de incertidumbre y adversidad. Por otro lado, las comunidades que incluyen a todos los segmentos locales, especialmente a los jóvenes, florecen y desarrollan la capacidad de adaptación necesaria para alcanzar la resiliencia.

Richardson (2002) propone un modelo de metateoría de la resiliencia, en el cual sostiene que las personas, al enfrentarse a eventos críticos en sus vidas, poseen la capacidad de determinar el grado en que estos sucesos les afectarán. Al atravesar estas situaciones críticas, se inicia un proceso de crecimiento y fortalecimiento de las cualidades resilientes, denominado reintegración resiliente. Además, Richardson identifica tres dimensiones clave que influyen

en la capacidad resiliente de una persona: la biológica, la psicológica y la espiritual. Cada una de estas determina la manera en que los individuos enfrentan y superan las adversidades, facilitando un proceso integral de recuperación y fortalecimiento personal.

Knight (2007) propone un marco tridimensional que contempla a la resiliencia como un estado, una condición y una práctica, asegurando así que la resiliencia implica la manifestación de ciertas características individuales que favorecen a mitigar los factores de riesgo a través de la explotación de los factores que protegen al individuo y que se trata de una competencia que puede ser promovida por los agentes cercanos al sujeto como la familia, los maestros y la comunidad.

La autora menciona tres componentes propios de la resiliencia; la competencia emocional, social y la orientación hacia el futuro. La competencia emocional engloba un conjunto de habilidades imprescindibles que le permiten a un sujeto tener un concepto positivo de sí mismo para superar las dificultades, un locus de control interno que permita reconocer las causas de sus fracasos y trabajar en ellas, ser autónomo empleando los propios recursos para hacer frente a los desafíos y poseer sentido del humor para no verse abatido por la adversidad (Bisquerria y Pérez, 2007; Knight, 2007).

La competencia social, se refiere a las capacidades individuales y específicas que hay que desarrollar para desenvolverse adecuadamente en la vida social, esta persigue interacciones eficaces que permitan mantener relaciones positivas. Aquí se distingue la comunicación, la capacidad para generar relaciones sociales y la empatía, para crear vínculos sólidos que sirvan como redes de apoyo en momentos críticos (Giménez y Quintanilla, 2009; Knight, 2007).

Finalmente, la orientación hacia el futuro se conceptualiza como la construcción activa de expectativas y actitudes individuales respecto a sucesos futuros, se caracteriza por el optimismo, que permite enfrentar de mejor manera los obstáculos, la resolución de problemas, que implica encontrar soluciones a los desafíos y sentido de propósito que orienta a alcanzar objetivos propuestos incluso ante las dificultades (Nuttin, 1985). Es así que, a raíz de este modelo, se destaca cada componente nombrado, desplegando una serie de cualidades que la autora considera indispensables para el desarrollo de la capacidad resiliente.

#### ***1.1.4. Factores asociados a la resiliencia***

Desde la perspectiva de resiliencia como una capacidad, se destaca la importancia de su desarrollo y fortalecimiento a lo largo de la vida. Este proceso está fuertemente determinado por la presencia de distintos factores que favorecen o inhiben dicha habilidad.

La identificación de los elementos que promueven y amenazan la resiliencia resulta indispensable para la promoción del bienestar psicológico, la intervención en casos específicos donde se requiere el afrontamiento de circunstancias adversas y la potencialización de esta competencia para asegurar la superación y enriquecimiento de los entornos desestabilizantes.

Es de gran importancia resaltar el carácter paradójico de estos factores, dado que estos pueden llegar a tener un sentido contrario, de manera que un factor protector podría ser un potencial factor de riesgo y viceversa; la capacidad de poder comentar un suceso traumático puede ser un elemento que lo agrave o ayude a superarlo en función de a quién y cómo se lo cuente (Rutter, 1987; Uriarte, 2005).

##### **1.1.4.1. Factores protectores.**

Los factores o mecanismos protectores son aquellos rasgos o condiciones contextuales que contribuyen a la resistencia o moderación de los elementos predisponentes, garantizando el bienestar físico y emocional, por ende, el desarrollo funcional del individuo que goza de ellos (Monroy y Palacios, 2011).

##### **1.1.4.2. Factores protectores internos.**

Existen varios factores que fomentan el desarrollo de la resiliencia, algunos se encuentran relacionados con el componente biológico, de manera que el correcto funcionamiento del sistema nervioso autónomo, del sistema inmune y del eje límbico-hipotálamo-hipófisis-adrenal (LHHA), a través de estructuras cerebrales específicas juegan un papel fundamental en la secreción de las hormonas que ayudan al ser humano a responder adecuadamente al estrés y favorecer su adaptación a entornos con esta característica (Fricchione et al., 2016; Monroy y Palacios, 2011).

Dentro de la segunda categoría de este tipo de factores se mencionan a aquellos de índole psicológica que han sido extraídos a raíz de estudios sobre las cualidades individuales de los sujetos resilientes, entre los hallazgos significativos se encuentran los investigadores Wolin y Wolin (1993) quienes aseguran que un factor que respalda la resiliencia es la capacidad de relacionarse, creando vínculos significativos y satisfactorios, de este se desprenden las habilidades sociales como la empatía, asertividad, persuasión, entre otras. Y se encuentra fuertemente relacionado con la independencia, que se caracteriza por la capacidad de establecer límites sanos y asertivos, protegiendo el bienestar personal y fomentando relaciones saludables.

Asimismo, la introspección es un elemento que permite el análisis de los propios pensamientos y comportamientos, facilitando el autoconocimiento y afrontamiento positivo a escenarios complejos. Mientras que la iniciativa se refiere a la capacidad de autoexigirse y desafiarse con tareas cada vez más complejas, contando con la predisposición para resolver problemas de manera efectiva, se caracteriza por la tenacidad y el control sobre los retos. Desarrollarla permite superar obstáculos, alcanzar metas ambiciosas y potenciar el crecimiento personal.

Bajo otras concepciones, la flexibilidad, referida a la capacidad de ajuste a ambientes diversos que podría tener un individuo le ayuda a superar las posibles adversidades a las que se exponga. La autoestima actúa como un agente protector ya que se encarga de fortalecer la autoconfianza, la motivación, la responsabilidad y la toma de decisiones efectivas para resistir las situaciones desafiantes. El sentido del humor es una herramienta fundamental para afrontar las dificultades, ya que mejora los mecanismos de adaptación como el optimismo y la capacidad de encontrar soluciones creativas. Además, el humor ayuda a regular las emociones negativas, de manera que las positivas son un elemento favorecedor para el surgimiento de la resiliencia (Earvolino, 2007; Kaufman et al., 2004; Mancini y Bonanno, 2009).

#### **1.1.4.3. Factores protectores ambientales.**

De igual forma, la aparición de la resiliencia se encuentra influenciada por factores ambientales. Pérez et al. (2022) manifiestan que la familia es la primera estructura con la que un sujeto se relaciona y representa el pilar de todos sus aprendizajes. Por ende, el principal factor protector de la resiliencia implica contar con una estructura familiar afectuosa y cálida donde exista una relación cercana y de apoyo con al menos uno de los progenitores. No obstante, crecer en un ambiente bondadoso no es suficiente para asegurar la manifestación de una conducta resiliente, pues un estilo de crianza idóneo abarca un equilibrio entre la comprensión y la disciplina.

Los hogares debidamente estructurados, donde se establecen claramente las reglas y límites, con una figura de autoridad sana y segura favorecen la correcta identificación y la adecuada expresividad emocional, promoviendo la comunicación abierta. Este tipo de entorno anima a los niños a desarrollar su autonomía y responsabilidad al permitirles tomar decisiones dentro de límites seguros, contribuyendo a desarrollar la confianza en sí mismos a la vez que se refuerza su autoestima. Estos hogares equipan a los niños con las herramientas y habilidades necesarias para afrontar las adversidades de la vida (Luthar, 2006).

Además de la familia, es necesario disponer de sistemas de apoyo externo, estableciendo al menos una relación amistosa o sentimental profunda que permita el intercambio de estrategias para el desarrollo de fortalezas. Las relaciones sociales proporcionan un sistema de apoyo emocional invaluable, donde los individuos pueden encontrar comprensión, empatía y aliento durante los momentos difíciles que atraviesan. Estas conexiones posibilitan reducir la sensación de soledad e incrementan el autoconcepto positivo respecto a la propia capacidad de afrontar las adversidades, ya que representan seguridad y apoyo para superar

las circunstancias demandantes. El soporte social contribuye significativamente a reducir los niveles de estrés, amortiguando sus efectos negativos que comprometen la salud mental y física. Este aspecto involucra el grado de aceptación de los pares y la capacidad para generar relaciones sociales significativas (Mateu et al., 2010; Monroy y Palacios, 2011).1.1.4.4. Factores de Riesgo.

Los factores de riesgo comprenden aquellas características o circunstancias de una persona, familia o comunidad que aumentan la probabilidad de que su salud se vea afectada (Senado, 1999). En el contexto de la resiliencia, esta definición puede comprenderse como los obstáculos personales y ambientales que dificultan la sobreposición a los problemas, disminuyendo la posibilidad de ser beneficiado por la adversidad.

#### **1.1.4.5. Factores de riesgo internos.**

Algunos de estos se asocian con la configuración genética, ciertas variaciones pueden hacer que las personas sean más o menos sensibles al estrés, lo que suele manifestarse en la falta de alternativas de solución de problemas, provocando mayor vulnerabilidad del sujeto a los eventos estresantes por presentar una predisposición baja para manejar adecuadamente ese tipo de situaciones (Braverman, 2001).

Para León y Cárdenas (2020) “la resiliencia puede estar mediada por la organización de áreas como la amígdala, hipocampo, lóbulo parietal superior, lóbulo temporal, lóbulo frontal, núcleo accumbens, entre otras. Las variaciones genéticas del gen receptor de oxitocina (OXTR) moderan el impacto del ambiente temprano en la organización del circuito neural para el procesamiento emocional y social” (p. 16).

Así mismo, los antecedentes familiares de alcoholismo o conductas adictivas parentales, el déficit de atención e hiperactividad, discapacidad intelectual, la presencia de psicopatologías, o enfermedades físicas y un desarrollo disfuncional son algunas de las causas de la reducción de la resistencia ante los escenarios complejos (Bernard, 2004; Jenson y Fraser, 2011; Monroy y Palacios, 2011).

García y Domínguez (2013) sostienen que algunos factores cognitivos como la desesperanza, ausencia del sentimiento de autosuficiencia, escasa autonomía, poca motivación al logro y orientación hacia el futuro influyen significativamente en el nivel de afrontamiento a los problemas, ocasionando la emisión de respuestas ineficientes.

Del mismo modo, las autoras destacan la falta de empatía como un limitante para la capacidad resiliente, puesto que la superación de los obstáculos implica además de la habilidad personal, contar con un entorno favorecedor y protector, donde en gran medida actúan los vínculos estables con la familia y sujetos externos a esta, que son originados gracias a ciertas habilidades sociales de un individuo, donde no es posible prescindir de la empatía.

También se menciona que la poca capacidad del sujeto para regular sus propias emociones afecta negativamente a su resiliencia, ya que impide la modificación emocional, de la

expresión verbal y no verbal, de la respuesta fisiológica y conductas manifiestas para la adaptación a contextos relacionales y situacionales (Flores y Cortés, 2022)

#### **1.1.4.6. Factores de riesgo ambientales**

Tal como se mencionó en el apartado anterior, la familia es una estructura fundamental para el desarrollo de cada individuo, Pulgar (2010) nombra ciertos factores de índole familiar que podrían repercutir en la manifestación de la resiliencia. Los padres que poseen un estilo de crianza sobreprotector pueden significar un desarrollo deficiente de habilidades de afrontamiento y una menor capacidad para enfrentar situaciones estresantes de manera autónoma. Crecer en un entorno sobreprotector pueden desarrollar una dependencia excesiva y falta de confianza en las propias habilidades. Sin experiencia en situaciones desafiantes no solo se limita el desarrollo de la resiliencia, sino que se incrementan los niveles de ansiedad y miedo al fracaso.

Del mismo modo, el autor refiere que el crecimiento en aquellas familias donde hay ausencia de afectividad y comunicación impide que la persona desarrolle un sentido de seguridad emocional. Este tipo de ambientes generan ansiedad, baja autoestima, incapacidad de expresar emociones abiertamente y la dificultad para manejarlas. Estos efectos inciden de manera significativa en la vida social, debido a que se complica establecer y mantener relaciones de apoyo fuera del núcleo familiar. Es por ello que, en momentos de dificultad el sentimiento de soledad prevalece. Pérez et al. (2022) complementan esta idea asegurando que el sentirse solo, producto de la falta de redes de apoyo familiar y la desprotección social, acarrea consecuencias graves como el suicidio, deserción académica, aislamiento, irritabilidad y cambios bruscos en el comportamiento habitual.

La violencia constituye otro factor relevante respecto a la resiliencia. El maltrato intrafamiliar es perjudicial en todos los sentidos, dado que produce secuelas que se manifiestan en problemas emocionales, académicos y falta de confianza hacia los cuidadores. Cabe mencionar que todas las formas de maltrato implican mayores consecuencias que la afeción emocional y social, pues puede causar deterioro cognitivo, propensión a generar relaciones con apego inseguro, dificultades en la autonomía y falta de adaptación académica (Monroy y Palacios, 2011; Pérez et al., 2022).

## **1.2. Adaptación a la vida universitaria**

### **1.2.1. Definición**

La universidad es un ente que se dedica a la expansión del conocimiento universal, encargada principalmente de la formación profesional de la juventud, esta evoluciona con el tiempo y la sociedad, crea carreras que favorezcan el avance de la cultura, ciencia y tecnología y certifica que sus graduados son personas activas y efectivas para desarrollarse en el campo estudiado (González, 1997; Navarrete, 2013). Fajardo y Rodríguez (2013) definen la adaptación como un proceso de desarrollo de habilidades, estrategias, actitudes y comportamientos para acomodarse a un nuevo contexto independientemente de su naturaleza; económica, educativa, laboral, social, entre otras.

Por lo tanto, la adaptación a la vida universitaria puede entenderse como el proceso dinámico que fuerza al individuo a cambiar y ajustarse en diferentes aspectos para sobrevivir a la exigencia mental y física que requiere la universidad. El nuevo alumno debe tener la capacidad de manejar con eficiencia sus emociones y sentimientos, estar dispuesto a mejorar cada día, proponiéndose metas, para no desertar de su carrera. Asimismo, requiere ser un ente dispuesto al cambio constante, debido a que tendrá que pulir sus habilidades y desarrollar otras (Ventura et al., 2023).

### ***1.2.2. Proceso de adaptación de los estudiantes a la educación superior y sus dificultades***

El ser humano está expuesto a nuevos entornos, vivencias y costumbres a medida que transita por el mundo escolar, universitario, laboral, y se enfrenta a cambios de compañeros de estudio y de trabajo. Los adolescentes que inician su formación superior atraviesan diversas transformaciones orgánicas, psicológicas y comportamentales para lograr responder positivamente a las ofertas del nuevo entorno educativo; este proceso de cambio y ajuste es conocido como adaptación (Fajardo y Rodríguez, 2013).

Duche et al. (2020) manifiestan que el proceso de adaptación colegio-universidad se da durante dos periodos cruciales, el antes y después del ingreso. El antes se sitúa en el transcurso del último año de bachillerato, muchos futuros universitarios suelen sentirse acomplejados y ansiosos debido a la incertidumbre sobre lo que les espera en el ámbito de la educación superior. Les inquieta cómo será la vida universitaria, desde la exigencia académica hasta la adaptación al entorno que, en muchos casos, es totalmente desconocido.

La siguiente etapa de este proceso tiene lugar al llegar a la universidad, donde el estudiante de nuevo ingreso comienza a percibir profundos cambios en su realidad. La primera diferencia notable es el territorio; el entorno al que estaba acostumbrado se ha transformado repentinamente y surge la necesidad de reconocer la nueva estructura educativa. No obstante, este no es el único cambio. Tras el ingreso, el estudiante se encuentra con nuevas metodologías de enseñanza, como las conferencias magistrales, que requieren una capacidad alta para tomar apuntes con rapidez.

Además, esta institución precisa de que el alumno se convierta en un ente activo de su propio aprendizaje. Asimismo, las nuevas asignaciones demandan un nivel de calidad superior, ya que se espera que el aprendiz desarrolle y demuestre habilidades críticas e investigativas propias de un universitario. Frente a ello, la disciplina, la organización y la capacidad de autogestión se convierten en habilidades esenciales para la adaptación y superación de estos desafíos (Parra y Larreal, 2023).

Guzmán Gómez (2013) menciona que una de las dificultades más significativas es la exigencia de un alto nivel de lectura, acompañado de una necesidad de comprensión y análisis crítico superior. Así, el estudiante pasa de leer textos de bachillerato a manejar extensas bases de datos bibliográficas. Esta transición demanda una habilidad avanzada para

discernir, comparar y sintetizar información, representando un desafío considerable en su adaptación al nuevo entorno académico.

Vidal (2019) considera el desarrollo de malestares físicos y emocionales, producto de la presión que la universidad ejerce sobre el estudiantado, como una dificultad en el proceso de adaptación. La exigencia académica y la necesidad de acoplarse pueden generar estrés, ansiedad y agotamiento. Estos conflictos emocionales pueden manifestarse en síntomas físicos como alteraciones del sueño, dolores de cabeza, fatiga, problemas gastrointestinales, dolores musculares o cambios de apetito que pueden llegar a comprometer su rendimiento, adaptación y bienestar integral.

Además, Ponte, (2017) considera que mantener una visión poco realista sobre la formación universitaria puede representar un riesgo para el proceso adaptativo. La expectativa de graduarse en cuatro años, ser el mejor de la clase, dedicarse a distintas actividades extracurriculares sin comprometer el rendimiento académico y otras aspiraciones se vuelven una utopía al enfrentarse a la realidad universitaria, experiencia que afectaría drásticamente la motivación.

Finalmente, Pérez Pulido (2016) destaca que dentro del proceso adaptativo, el primer año de universidad representa un periodo crucial, ya que se establecen los cimientos para un comienzo exitoso, o bien se definen los parámetros que determinarán un rendimiento académico regular o insuficiente que puede desembocar en el fracaso y deserción académica. Sin embargo, lo cierto es que las experiencias de los primeros semestres en la carrera no son totalmente determinantes respecto a los niveles siguientes, ya que es necesario considerar la posibilidad de mejora y adaptación incluso en instancias avanzadas del proceso formativo.

### ***1.2.3. Proceso de adaptación de los estudiantes foráneos a la educación superior y sus dificultades***

Las instituciones de educación superior cuentan con cierto porcentaje de alumnos que proceden de localidades lejanas a la ciudad en la que estudian; quienes en muchos casos se mudan sin haber tenido un contacto previo con esta y repentinamente se encuentran distanciados de su entorno conocido en búsqueda de su formación profesional. Además, varios de ellos son quienes asumen el rol de pioneros en sus familias en lo que respecta a la formación universitaria (Soto et al., 2023).

Para los estudiantes foráneos el proceso de adaptación a la vida universitaria se vuelve más complejo, ya que además de la dificultad propia de la transición colegio-universidad, estos se ven afectados por exponerse a un ambiente totalmente distinto. El cambio de residencia, la separación de las redes de apoyo y el posible aislamiento pueden llegar a profundizar el duelo migratorio por abandono del entorno familiar, desencadenando sintomatología como el estrés, irritabilidad, tristeza y miedo por lo desconocido, lo que obstaculiza significativamente la adaptación (San Juan et al., 2018).

Para Arias (1968), una dificultad que enfrentan los estudiantes foráneos es la gestión de su economía. La mayoría depende del dinero que reciben de quienes costean sus estudios, lo que a menudo afecta su alimentación. Dado que comprar platillos preparados resulta costoso a largo plazo, y los apretados horarios universitarios dejan poco tiempo para cocinar. Como resultado, los alumnos deben recurrir a opciones rápidas y poco nutritivas para saciar el hambre y seguir con sus actividades. Esta dieta deficiente puede llevar a un agotamiento tanto mental como físico, afectando su rendimiento académico y bienestar general.

El autor menciona otra dificultad propia del alumnado foráneo y probablemente se trate de su principal desafío; la soledad. Al estar lejos del calor de sus hogares y de sus amigos de confianza, pueden recurrir al aislamiento, lo que afecta profundamente su bienestar emocional. Esta soledad se intensifica especialmente durante los fines de semana cuando, por diversas razones, no pueden regresar a su tierra natal, la rutina monótona y la falta de una red de apoyo cercana hacen que estos días sean especialmente difíciles, complicando aún más su adaptación y resistencia a las exigencias académicas.

Es importante mencionar que el proceso de adaptación de los estudiantes foráneos a la vida universitaria requiere de la comunicación constante con la familia y amigos sin importar la distancia, ya que este se facilita si se cuenta con una red de apoyo sólida (Pinzón, 2020). De igual manera, las habilidades sociales del alumno serán de gran importancia en cuanto al establecimiento de nuevos vínculos que le permitan sentirse acompañado y seguro en caso de enfrentarse a dificultades académicas, reduciendo la posibilidad de deserción universitaria por la falta de adaptación.

Sin lugar a duda, el ingreso a la universidad es un acontecimiento relevante y complejo que implica el crecimiento del estudiantado. Asimismo, la permanencia en la institución educativa hasta la titulación es un logro consecuente de la adaptación del estudiante. Contrario a la creencia popular, la culminación de este periodo de formación no tiene al conocimiento teórico como requisito primordial, dado que las aptitudes, flexibilidad y recursos psicológicos del estudiante, tienen un papel fundamental en la adaptación y egreso exitosos (Almeida et al., 2000).

#### ***1.2.4. Factores que intervienen en la adaptación a la vida universitaria***

Duche et al., (2020) consideran que uno de los factores que inciden en la adaptación a la vida universitaria es el ajuste a una metodología de enseñanza y evaluación distinta; mientras que en los colegios las formas de enseñanza tienden a ser homogéneos y el plan de estudios estandarizado, en las universidades el docente varía en la metodología y enfoque de su clase. Asimismo, los maestros suelen tener diferentes métodos de evaluación, en algunas asignaturas los exámenes son escritos, mientras que en otras pueden ser proyectos, presentaciones o casos prácticos. Por lo que, la ausencia de acciones que logren hacer frente a ello puede entorpecer la adaptación.

De igual forma, los autores mencionan que la vocación profesional es un factor que condiciona la adaptación. Con frecuencia las expectativas que los alumnos tienen sobre la

carrera elegida pueden no coincidir con la realidad que encontrarán. Este contraste entre lo imaginado y lo real puede generar un panorama desafiante, donde los estudiantes tendrán que reevaluar y ajustar sus aspiraciones y objetivos profesionales. De manera que, un estudiante que se siente apasionado por el aprendizaje y ejercicio de su carrera muestra menores dificultades para adaptarse a su nuevo entorno, considerando la vida universitaria como una experiencia enriquecedora y satisfactoria.

Para Baker y Siryk (1989) existen cuatro factores determinantes en el proceso de ajuste a la universidad. La principal de ellas es la adaptación académica, que se relaciona con presentar una respuesta adecuada ante los requerimientos y retos inherentes a la universidad. Los promedios destacados ayudan al alumno a mejorar su autoconfianza, motivarse a mantener su rendimiento y a establecerse metas cada vez más grandes y trabajar para alcanzarlas.

La adaptación social implica la capacidad de los estudiantes para desenvolverse en su nuevo contexto y establecer relaciones interpersonales provechosas. Por otro lado, el ajuste personal-emocional se relaciona con el estado físico y psicológico de quien experimenta el proceso de ingreso a la universidad. Este implica distintos desafíos, por lo que para muchos puede ser una situación estresante que, de no contar con mecanismos de afrontación efectivos, llega a generar problemáticas que afectan el bienestar e impiden lograr la adaptación, algunas de ellas son la prevalencia de sintomatología ansiosa, agotamiento físico y mental, estrés, trastornos alimentarios, pensamientos suicidas, conductas autopunitivas, abuso de alcohol y otras sustancias, entre otras.

Finalmente, la adaptación institucional hace referencia a la implicación con los objetivos académicos de la institución educativa que posee el estudiante y el vínculo que mantiene con ella. Las distintas opciones de actividades extraprogramáticas por las que los estudiantes pueden optar es un elemento que les ayuda a adaptarse, puesto que a través de estas mejoran su autoconcepto, habilidades sociales y pueden llegar a descubrir nuevos talentos. Bajo el mismo grupo se considera la relación que el estudiante sostiene con sus maestros. Si durante los primeros niveles, los alumnos se encuentran con maestros apasionados por la docencia y por la carrera en cuestión, tendrán mayores probabilidades de sentirse motivados e interesados a aprender más sobre su futura profesión y concluir su carrera.

Desde la perspectiva de estos autores, los anteriores son algunos de los factores que influyen en el proceso de adaptación del estudiante universitario. Es importante recordar que pueden existir diversos elementos que podrían afectar significativamente en esta etapa y que realmente estos dependen de la personalidad y el entorno del estudiante de nuevo ingreso, por lo que no es posible tener un listado de factores determinantes para la adaptación, pero sí reconocer aquellos que suelen ser más comunes en el alumnado.

### **1.3. La resiliencia en el contexto universitario**

#### ***1.3.1. La importancia de la resiliencia en estudiantes universitarios***

La resiliencia se caracteriza por mantener una actitud optimista y flexible en las situaciones desafiantes o de estrés extremo, siendo persistente y manteniendo la confianza en la propia capacidad de hacer frente a la adversidad. Se trata de un conjunto de cualidades que permiten

la adaptación y afrontamiento positivo. La importancia de la resiliencia radica en su propiedad de transformación, pues no se limita a lograr que un individuo se libere espontáneamente de sus dificultades, sino que implica un proceso profundo de reflexión y autoconocimiento. Una persona resiliente es capaz de aprender de las experiencias difíciles, desarrollando habilidades y estrategias que le permiten enfrentar futuros desafíos con mayor fortaleza y optimismo (Carretero, 2010).

De esta manera, se reconoce que el desarrollo y ejercicio de este concepto es indispensable para cada individuo, especialmente para los universitarios, pues como se ha analizado a lo largo de esta revisión teórica, se trata de un grupo que sufre una transformación altamente significativa respecto a su nivel educativo y desarrollo personal.

Niño et al. (2024) sostiene que la resiliencia permite que los estudiantes logren soportar la exigencia mental y física de la vida universitaria. Esta capacidad alcanza a determinar el nivel de compromiso del estudiante. Si esta aptitud no se encuentra desarrollada, el universitario puede sentirse abrumado y generar diversas emociones negativas que afectan su bienestar corporal y psicológico, produciendo consecuencias considerables como el fracaso académico o el abandono de sus estudios.

Para el autor mencionado, las principales experiencias negativas de los estudiantes universitarios comúnmente están relacionadas con bajas calificaciones, retroalimentaciones negativas, dificultades con grupos de trabajo o sobrecarga de tareas y, gracias a su capacidad resiliente, el alumno puede extraer aprendizajes de estas, transformando sus tropiezos en fortalezas que le permiten manejar el estrés de la vida universitaria y responder de mejor manera en situaciones futuras. Además, la resiliencia contribuye al desarrollo de habilidades que resultan esenciales para el desempeño personal y social, como la gestión del tiempo, la resolución de problemas, el autoconocimiento, la habilidad para tomar decisiones, la tolerancia a la frustración, y la capacidad de trabajar bajo presión. Siendo así, la resiliencia una habilidad imprescindible para los universitarios, ya que sobrepasa la resolución de los problemas académicos facilitando también la adquisición de experiencias enriquecedoras mediante la sobreposición a los desafíos personales y sociales.

La importancia de la resiliencia en el ámbito académico se destaca más aún cuando se trata de un joven foráneo que recién se incorpora a la vida universitaria, ya que es crucial que desarrolle una actitud resiliente ante el nuevo estilo de vida que debe enfrentar, puesto que requerirá de nuevas competencias para prosperar frente a las dificultades que se presenten en su camino. En el inicio de esta nueva etapa, los estudiantes foráneos pueden sentirse vulnerables y desorientados, pero con el tiempo y un entorno favorecedor, tendrán la oportunidad de crecer y fortalecerse.

Zolano y León (2023) manifiestan la necesidad de que la Universidad fomente un entorno donde los alumnos se sientan apoyados y motivados a enfrentar las adversidades, esto no solo contribuiría al éxito individual, sino también al engrandecimiento de toda la comunidad universitaria.

## CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

### 2.1. Tipo de investigación

Este estudio se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, que comprende un análisis riguroso y objetivo por medio de la recolección de datos numéricos (Mohajan, 2020). A través de la aplicación de instrumentos psicométricos, fue posible la medición de los elementos considerados y realizar análisis posteriores recurriendo a métodos estadísticos. El alcance fue descriptivo y correlacional, dado que las variables de investigación fueron medidas para conocer sus niveles y posteriormente determinar su relación. Para Hernández et al., (2014) el alcance descriptivo implica detallar las propiedades de cualquier fenómeno que se analice, y el correlacional pretende explorar la asociación existente entre dos o más variables.

Bajo este paradigma, la investigación adoptó un diseño no experimental, que a diferencia de los experimentales clásicos, carecen del control absoluto de las variables (Bärnighausen et al., 2017). Puesto que se trata de un estudio propio de una ciencia social, las respuestas recolectadas no son totalmente generalizables a otros contextos, pues las variables tienen carácter situacional. Además, se detalla que fue de naturaleza transversal, debido a que el análisis de datos de la población se dio en un solo momento (Wang y Cheng, 2020). Finalmente, el tipo de muestro fue probabilístico, que consiste en seleccionar una muestra representativa que a su vez, permita realizar inferencias de la población total (Pimienta Lastra, 2000). En este análisis, la aplicación única de una encuesta y la extrapolación de los resultados hacen referencia a lo especificado.

### 2.2. Métodos e instrumentos

#### 2.2.1. Métodos

Con el objetivo de estructurar científicamente la información, se aplicaron los siguientes métodos generales o lógicos:

**Inductivo:** La inducción se relaciona con el proceso de razonamiento por el que es posible pasar de hechos específicos a principios generales de sustento empírico que reflejan un denominador común entre los fenómenos particulares; esto permite clasificarlos y determinar su conexión (Damiani, 1994). El método inductivo tuvo lugar al analizar los datos obtenidos y formular conclusiones que permitan comprender de manera global los niveles de resiliencia y adaptación que caracteriza a la población contemplada.

**Deductivo:** El método deductivo abarca un proceso del pensamiento lógico mediante el cual se obtienen afirmaciones particulares y aplicables a diversos entornos a raíz de enunciados generales (Rose, 1950). Este método fue empleado durante la revisión bibliográfica, donde se extraen las peculiaridades de la conducta resiliente y adaptativa de los participantes, dando paso a la contextualización de las generalidades de la fundamentación teórica a un entorno cercano dotado de una población concreta.

**Analítico:** Este método consiste en disgregar las partes de un todo con el fin de analizarlas individual y detalladamente, observando su naturaleza e interacciones. Trabajar con partes reducidas y manejables garantiza una mayor comprensión de los fenómenos estudiados (Gómez, 2012). El método analítico fue utilizado para fragmentar las variables de

investigación; resiliencia y adaptación a la vida universitaria, en sus componentes individuales con motivo de examinarlos minuciosamente y asimilar de mejor manera la realidad de los estudiantes.

**Sintético:** Rodríguez y Pérez (2017) sostienen que el método sintético implica reestructurar los elementos estudiados de manera particular para concretar la información. Es decir, integrar las partes analizadas previamente, facilitando contemplar las posibles relaciones entre estas. Este método se empleó como complemento de la técnica analítica, pues la síntesis de las singularidades de cada variable facilitará la comprensión holística de los constructos evaluados e identificar el grado de asociación entre ellos.

### **2.2.2. Instrumentos**

#### ***Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (ECRE-U)***

Para evaluar la variable resiliencia se usó la Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (ECRE-U) de Guzmán-Torres et al., (2025). Instrumento que cuenta con un total de 23 ítems redactados en forma positiva distribuidos en tres dimensiones; once de ellos pertenecen a la dimensión competencia emocional, mientras que siete se centran en medir la competencia social y los cinco ítems restantes valoran la orientación hacia el futuro. Su escala es de tipo Likert donde las opciones de respuesta son; totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo, de acuerdo y totalmente de acuerdo.

#### ***Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)***

El Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) de Baker y Siryk (1989) es un cuestionario que mide el ajuste al escenario universitario con 67 ítems en un formato de escala tipo Likert con 9 opciones de respuesta que parten desde totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo. Este instrumento abarca cuatro áreas; ajuste personal-emocional, apego institucional, ajuste académico y ajuste social.

Dada la relevancia de la herramienta, existen traducciones a diversos idiomas, la más representativa de estas es la versión española de Rodríguez et al., (2012), por lo que se consideró una adaptación peruana de esta elaborada por Dominguez Lara et al., (2014), que cuenta con un total de 27 ítems y se dividen en las cuatro dimensiones originales; ajuste personal-emocional con trece ítems, apego institucional de seis ítems, ajuste académico y ajuste social, ambos con cuatro ítems. Además, mantiene la escala auténtica. Sin embargo, con fines investigativos y de optimización del análisis estadístico, esta última ha sido modificada a una escala de respuesta reducida; con las cinco opciones del instrumento de resiliencia detallado anteriormente.

### **2.3. Preguntas de investigación e hipótesis**

A fin de proporcionar un enfoque investigativo al proyecto, se formularon las siguientes preguntas, alineadas directamente con los objetivos específicos del plan de estudio:

- ¿Cuál es el nivel de resiliencia de los estudiantes de los primeros niveles de las carreras de Biotecnología y Agroindustria pertenecientes a la Universidad Técnica Del Norte?
- ¿Cuál es el nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes de los primeros niveles de las carreras de Biotecnología y Agroindustria de la Universidad Técnica Del Norte?
- ¿Cómo se correlaciona la adaptación a la vida universitaria y los niveles de resiliencia de los estudiantes foráneos de los de primeros semestres de las carreras de Biotecnología y Agroindustria de la Universidad Técnica Del Norte?

Para esta última pregunta se plantea la hipótesis del investigador: H1 “Existe una correlación entre la resiliencia y la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de las carreras de Agroindustria y Biotecnología de la Universidad Técnica del Norte”.

Y la hipótesis nula: H0 “No existe una correlación entre la resiliencia y la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de las carreras de Agroindustria y Biotecnología de la Universidad Técnica del Norte”

#### **2.4. Matriz de operacionalización de variables**

**Tabla 1***Matriz de operacionalización de variables*

<b>Variables</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Fuente de información</b>	<b>Técnica</b>
Sociodemográficas		1. Género	Estudiantes foráneos de las carreras de Biotecnología y Agroindustria que cursan primer, segundo y tercer semestre.	Encuesta
		2. Edad		
		3. Autodefinición étnica		
		4. ¿Usted tuvo que cambiar de residencia hacia la ciudad de Ibarra para estudiar la universidad?		
		5. Usted proviene de:		
		6. Su residencia anterior a sus estudios fue en zona:		
		7. Usted vive:		
		8. Carrera:		
		9. Semestre:		
Resiliencia	Competencia emocional	21. Cuando tengo bajas calificaciones en una asignatura reconozco que debo esforzarme más.		Test
		22. Tengo la habilidad de considerar diferentes opciones y sus posibles consecuencias antes de decidir cómo actuar ante un problema.		
		24. Si no respondí correctamente un examen, lo considero como una oportunidad para identificar en qué mejorar en vez de tomarlo como un fracaso definitivo.		

---

Competencia  
social

25. Ante bajas calificaciones en una materia, identifico las opciones disponibles para mejorar.
26. Cuando tengo muchas tareas complejas confío en mis habilidades para superarlas.
27. Creo que puedo manejar situaciones difíciles con éxito.
28. Si mi meta es terminar la universidad con buenas notas, me planteo objetivos en cada semestre para lograrlo.
29. Me siento mejor cuando hago reír a los demás y a mí mismo/a sobre los desafíos que enfrentamos.
30. Cuando me encuentro ante desafíos, recuerdo el propósito de mis metas para mantenerme motivado/a a superarlos.
31. Asumo que cometí errores cuando no obtengo los resultados que esperaba.
32. Confío en mi criterio y experiencia para tomar decisiones sin depender de la opinión de otros cuando realizo una tarea.
- 
10. Sé que soy capaz de estudiar arduamente para mejorar mi promedio general.
11. Cuando estoy haciendo una tarea en clase, tomo decisiones que me permiten optimizar mi trabajo y entregarlo en el plazo establecido.
13. Cuando estoy haciendo una tarea importante y mi computadora o internet fallan, busco alternativas para completar la tarea a tiempo.
14. Si un proyecto grupal no avanza debido a la falta de compromiso y coordinación, tomo la iniciativa y propongo maneras para generar avances.
15. Cuando tengo muchos trabajos pendientes priorizo aquellos que son más complejos o que deben entregarse antes.
16. Cuando hago trabajos grupales y noto que un integrante está emocionalmente afectado, adapto mi comportamiento para ser más comprensivo/a y solidario/a.
17. Si debo realizar un proyecto grupal muy extenso, me planteo objetivos para asegurarme de avanzar constantemente y cumplir con lo requerido.
-

		<p>12. Si tengo un problema con un familiar creo que puedo mejorar la relación si me lo propongo.</p> <p>18. Cuando enfrento un problema familiar soy capaz de encontrar soluciones.</p> <p>19. Si un proyecto grupal no se desarrolla según lo planeado, identifico las causas del por qué el grupo no está realizando un buen trabajo.</p> <p>20. Encuentro la manera de trabajar con personas con las que no he trabajado antes incluso si me siento desmotivado/a.</p> <p>23. Cuando estoy en un ambiente donde no conozco a nadie soy capaz de hacer nuevos amigos, aunque me sienta inseguro/a.</p>		
	Orientación hacia el futuro			
	Adaptación institucional	<p>35. Sé por qué estoy en la universidad.</p> <p>42. Estoy satisfecho con mi decisión de entrar a estudiar en la universidad.</p> <p>53. Espero acabar mis estudios en esta carrera.</p> <p>54. Me gusta el trabajo académico que realizo en la carrera.</p> <p>55. Estoy pensando en cambiarme a otra carrera.*</p> <p>56. Estoy pensando seriamente en tomarme un tiempo de descanso de la universidad y continuar después.*</p>		
Adaptación a la vida universitaria	Adaptación personal-emocional	<p>33. Últimamente me siento nervioso.*</p> <p>36. Las actividades académicas me están resultando difíciles.*</p> <p>37. Últimamente experimento tristeza y cambios de humor.*</p> <p>39. Últimamente me siento cansado la mayor parte del tiempo.*</p> <p>40. Me resulta difícil estar solo ante tantas responsabilidades.*</p> <p>44. Últimamente no soy capaz de controlar mis emociones.*</p> <p>46. Últimamente tengo dolores de cabeza.*</p> <p>47. Últimamente pienso pedir ayuda psicológica.*</p> <p>48. Últimamente he perdido o ganado peso.*</p> <p>49. Últimamente me enfado con mucha facilidad.*</p> <p>50. Últimamente no duermo bien.*</p>	Estudiantes foráneos de las carreras de Biotecnología y Agroindustria que cursan primer, segundo y tercer semestre.	Test

---

52. Últimamente, mis pensamientos se confunden con facilidad.\*

58. Me resulta difícil afrontar el estrés que me produce la universidad.\*

---

Adaptación  
académica

34. Estoy al día con los trabajos que me piden en las asignaturas.

41. Estoy satisfecho con el ritmo con el que estoy estudiando.

45. Me gusta realizar los trabajos del ciclo académico.

51. Me he organizado bien para desarrollar los trabajos de las asignaturas.

---

Adaptación  
social

38. Me estoy adaptando socialmente bien a la universidad.

43. Tengo amigos/as cercanos/as en la universidad.

57. Tengo amigos y conocidos en la carrera para hablarles de cualquier problema.

59. Estoy satisfecho con mi vida social en la universidad.

---

*\*Indicadores invertidos (a mayor puntaje, mayor es la dimensión).*

## 2.5. Participantes

### 2.5.1. Población y muestra

En un principio, la intención fue realizar un censo que involucre a todos los estudiantes foráneos que cursan los tres primeros niveles de las carreras de Biotecnología y Agroindustria. Sin embargo, debido al desconocimiento del universo de estudio, la encuesta fue compartida con todo el alumnado de ambas carreras en los niveles mencionados. De un total de 156 participaciones, a través de una pregunta de selección, se identificó 45 alumnos que han cambiado su residencia con el fin de iniciar su formación superior y se encuentran en proceso de ajuste, quienes, a su vez, profundizaron en los reactivos aplicados (Tabla 1).

**Tabla 2**

*Estudiantes que conforman la muestra de investigación*

Carrera	Nivel	Hombres	Mujeres	Total
Biotecnología	Primero	4	5	9
	Segundo	1	1	2
	Tercero	0	2	2
Agroindustria	Primero	8	7	15
	Segundo	3	6	9
	Tercero	2	6	8
Total		18	27	45

La muestra investigada estuvo conformada de la siguiente manera:

El 40% son hombres y el 60% son mujeres; el promedio de edad es de 19,18 años; con respecto a la autodefinición étnica, el 0% se consideran blancos, el 84.4% mestizos, el 8.9% indígenas, el 6.7% afrodescendientes, y un 0% se identifica con otra etnia.

Un 75,6% pertenece a provincias externas a Imbabura, mientras que el 24,4% proviene de diversos lugares de la provincia y distintos a Ibarra, cabe resaltar que ningún estudiante es originario de otro país.

El 33,3% procede de sectores rurales y el 66,7% de urbanos. El 66,7% de encuestados viven solos, el 2,2% con sus amigos o compañeros y un 31,1% con sus familiares.

## 2.6. Procedimiento

Inicialmente, los instrumentos fueron revisados y se identificó la necesidad de modificar el lenguaje de ciertos ítems del Student Adaptation to College Questionnaire a un contexto cultural más cercano para garantizar la comprensión de los participantes. Por otro lado, la Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario, no fue modificada debido a su diseño específico y validación reciente.

Posteriormente, ambos instrumentos fueron transferidos a la plataforma Microsoft Forms, donde también se añadió el consentimiento informado y el objetivo de la investigación para conocimiento de los evaluados. Tras la configuración del cuestionario, su enlace fue extraído para ser compartido con los estudiantes de primero a tercer nivel de las carreras de Biotecnología y Agroindustria.

Tras la autorización del decanato de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología se contactó con el decano de la Facultad de Ingeniería en Ciencias Agropecuarias e Industriales para coordinar el ingreso a las aulas de las carreras consideradas e incitar a los alumnos a responder el formulario, que estuvo activo durante el mes de octubre del año 2024.

Los datos recolectados fueron trasladados al Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 25, para ser sometidos a diversos análisis estadísticos que facilitaron cumplir con los objetivos enunciados en el plan de investigación.

Con la finalidad de identificar los niveles de resiliencia, adaptación a la vida universitaria y cada una de sus dimensiones se empleó el procedimiento utilizado por Olaya et al., (2022) que consiste en extraer los percentiles 25 y 75 para dividir las puntuaciones obtenidas en tres grupos que representan los criterios diagnósticos para cada una de las variables.

De esta manera, se estableció el nivel bajo considerando el rango comprendido entre el valor mínimo registrado en cada dimensión y el valor del percentil 25. Para determinar el nivel medio se tomó el intervalo entre el percentil 25 más una décima y el percentil 75. Finalmente, para asignar el nivel alto se consideró el rango desde el percentil 75 más una décima hasta el máximo puntaje alcanzado.

Con ayuda del programa estadístico mencionado los valores originales de las dimensiones y variables fueron transformados a valores ordinales que facilitaron construir las tablas de niveles.

En adición, se realizó el cálculo del nivel de fiabilidad de los instrumentos empleados y de sus respectivas dimensiones, para lo cual se utilizó el Alfa de Cronbach (Tabla 2).

**Tabla 3**

*Alfa de Cronbach de los instrumentos y dimensiones*

<b>Instrumento</b>	<b>Total Alfa de Cronbach</b>
Resiliencia	,908
Adaptación a la vida universitaria	,875

Considerando los criterios establecidos por George y Mallery (2003), los índices de fiabilidad extraídos con el alfa de Cronbach (Tabla 2) indican una puntuación excelente en el reactivo destinado a medir la resiliencia y una puntuación buena respecto al instrumento de adaptación a la vida universitaria.

## CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 3.1. Estadísticos descriptivos

**Tabla 4**

*Estadísticos descriptivos de la variable resiliencia*

		Total Competencia Emocional	Total Competencia Social	Total Orientación hacia el futuro	Total Resiliencia
N	Válido	45	45	45	45
	Perdidos	0	0	0	0
Media		43,78	27,58	17,93	89,29
Mediana		44,00	28,00	18,00	90,00
Moda		43	27	18	90 <sup>a</sup>
Desviación		5,992	4,530	2,926	11,431
Varianza		35,904	20,522	8,564	130,665
Mínimo		32	13	11	68
Máximo		54	35	23	110
Percentiles	25	41,50	26,00	16,00	81,50
	75	48,00	30,50	20,00	99,50

*a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.*

**Tabla 5***Estadísticos descriptivos de la variable adaptación a la vida universitaria*

		Total Adaptación Personal- Emocional	Total Adaptación Académica	Total Adaptación Institucional	Total Adaptación Social	Total Adaptación a la Vida Universitaria
N	Válido	45	45	45	45	45
	Perdidos	0	0	0	0	0
Media		31,31	14,38	22,27	13,00	80,96
Mediana		33,00	15,00	22,00	13,00	81,00
Moda		24 <sup>a</sup>	16	20	16	76 <sup>a</sup>
Desviación		10,617	2,782	4,125	3,705	14,405
Varianza		112,719	7,740	17,018	13,727	207,498
Mínimo		13	8	14	6	47
Máximo		53	20	30	20	109
Percentiles	25	24,00	13,00	19,50	10,00	74,50
	75	39,00	16,00	25,50	16,00	92,50

*b. a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.*

### 3.2. Niveles de resiliencia

**Tabla 6***Niveles de competencia emocional*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	11	24,4	24,4
	Medio	24	53,3	77,8
	Alto	10	22,2	100,0
	Total	45	100,0	

La competencia emocional hace referencia a la capacidad de identificar, comprender, regular y expresar las emociones de manera efectiva. Se trata de una destreza imprescindible tanto para el bienestar personal como interpersonal, pues demanda de un alto nivel de empatía que facilita establecer vínculos significativos. La tabla 6 refleja que un porcentaje considerable de la población (53,3%) reporta tener un nivel medio de competencia emocional. Para Vega et al., (2019) este nivel implica además del autocontrol emocional, que el sujeto tome conciencia de sí mismo, adquiera una valoración positiva, eleve sus niveles de motivación, optimismo, e incluso su capacidad de liderazgo.

No obstante, el predominio del nivel medio sugiere la existencia de áreas de mejora, pues no garantiza un perfecto manejo emocional. Este resultado puede reflejar posibles dificultades emocionales en los estudiantes foráneos al separarse de sus redes de apoyo, lo que podría limitar su capacidad para manejar la frustración y el estrés. Frente a ello, se destaca la importancia del desarrollo de las competencias emocionales en el alumnado, pues representa los cimientos de una educación que complementa los tecnicismos con la reflexión, aprendizajes aplicados y significativos (Torres, 2021).

**Tabla 7**

*Niveles de competencia social*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	13	28,9	28,9
	Medio	21	46,7	75,6
	Alto	11	24,4	100,0
	Total	45	100,0	

Las habilidades sociales constituyen no solo un elemento clave para establecer relaciones satisfactorias con terceros, pues también son claros indicadores de un mejor desarrollo laboral y académico, además de favorecer al bienestar psicológico. La tabla 7 expresa que la competencia social de un 71,1% de los estudiantes se encuentra entre el nivel medio y alto, este dato en principio considerado como favorable, invita a matizar su interpretación, pues un 28,9% de la población se encuentra en un nivel bajo, lo que indica que este grupo podría estar experimentando mayores dificultades para relacionarse e integrarse, hecho que requiere atención debido a los beneficios que refieren distintas investigaciones respecto a esta dimensión.

El estudio de González y Lobato (2008), realizado en estudiantes de ciencias de la salud expone que más de un 50% de los participantes posee altos niveles de competencia social, este factor influye positivamente en su desempeño profesional; al favorecer su receptividad, asertividad, capacidad de trabajar en equipo y responder efectivamente ante los errores.

Independientemente del área de estudio, la competencia social representa un pilar importante del éxito. En esta línea Cadoche et al., (2019) aseguran que, en el contexto universitario, la competencia social permite que los estudiantes sean capaces de defender sus intereses, resolver conflictos, sostener relaciones óptimas y solicitar ayuda en aquellos casos que lo requieran, disminuyendo así la presión habitual de este entorno.

**Tabla 8**

*Niveles de orientación hacia el futuro*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	14	31,1	31,1
	Medio	22	48,9	80,0
	Alto	9	20,0	100,0
	Total	45	100,0	

La falta de orientación hacia el futuro compromete la motivación, la toma de decisiones, la planificación y el desempeño general de una persona. Resulta preocupante que el 31,1% de los estudiantes universitarios presenten un nivel bajo de orientación hacia el futuro. En contraste con una investigación similar, realizada en estudiantes universitarios mexicanos, el mayor porcentaje de participantes se identificó con un nivel medio en esta dimensión, estableciendo así, una correlación positiva entre la orientación hacia el futuro, el rendimiento académico y la autorregulación (Molina Torres et al., 2021).

El porcentaje elevado de alumnos en el nivel bajo de orientación hacia el futuro podría relacionarse con la incertidumbre propia de quienes estudian lejos de su núcleo familiar, pues esta alcanza a limitar su capacidad para proyectarse a largo plazo. Por ende, los bajos niveles reflejados en esta dimensión pueden determinar significativamente el establecimiento de metas, la auto proyección y la calidad de los logros de los estudiantes evaluados (Pérez Ríos et al., 2023). Por lo tanto, aunque este dato no representa a la mayoría de la población, visibiliza una vulnerabilidad importante dentro del grupo que podría interferir en su desempeño.

**Tabla 9***Niveles totales de resiliencia*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo nivel de resiliencia	11	24,4	24,4
	Medio nivel de resiliencia	23	51,1	75,6
	Alto nivel de resiliencia	11	24,4	100,0
Total		45	100,0	

La tabla 9 expone que el 51,1% de la población estudiantil presenta un nivel medio de resiliencia. Lo que para Tuz Sierra, et al., (2024) implica una capacidad moderada de responder frente a los desafíos académicos y el estrés, además de caracterizarse por una flexibilidad condicionada y niveles medios de optimismo. Las puntuaciones en este nivel pueden interpretarse como un indicador de que, en su mayoría, los estudiantes foráneos han logrado desarrollar recursos para afrontar su nueva realidad, pero su capacidad resiliente todavía no se encuentra consolidada para afrontar con firmeza las distintas problemáticas que surjan en su trayectoria universitaria. Por lo que, este punto medio de resiliencia puede evidenciar una adaptación en proceso donde conviven fortalezas y debilidades.

Algunos de los trabajos referentes del tema señalan que aquellos alumnos resilientes presentan una menor probabilidad de deserción de sus estudios superiores. Por ende, que los estudiantes universitarios desarrollen su capacidad resiliente favorece sobremanera su formación, permitiéndoles alcanzar los objetivos planteados a pesar de las dificultades inoportunas durante este proceso. (Caldera Montes et al., 2016; Garza Vázquez, 2016).

### 3.3. Niveles de adaptación a la vida universitaria

**Tabla 10**

*Niveles de adaptación personal-emocional*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	14	31,1	31,1
	Medio	21	46,7	77,8
	Alto	10	22,2	100,0
	Total	45	100,0	

Los resultados muestran que un 46,7% de los participantes se ubica en el nivel medio de adaptación personal-emocional. Estas puntuaciones sugieren que el alumnado foráneo podría presentar ciertas dificultades para acoplarse a un ambiente nuevo y solitario, modificar sus pensamientos y actitudes en pro de su bienestar y tomar decisiones acertadas. El estudio de Rangel Mendoza et al., (2019) refuerza esta idea asegurando que los estudiantes con niveles bajos de esta dimensión presentan sentimientos de ansiedad, inseguridad, desmotivación y descuido de sus hábitos saludables. Por el contrario, la investigación de Chipana y Vilca (2021), donde participaron estudiantes universitarios entre 18 y 24 años, reflejó puntuaciones medias en la dimensión de inteligencia emocional, estableciendo una relación directa con la adaptación universitaria, pues la adaptación personal-emocional incrementa la capacidad de controlar impulsos, autoconciencia y afrontamiento del estrés.

**Tabla 11**

*Niveles de adaptación académica*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	15	33,3	33,3
	Medio	22	48,9	82,2
	Alto	8	17,8	100,0
	Total	45	100,0	

Un 33,3% de la población tiene un nivel bajo de adaptación académica, probablemente debido a las elevadas demandas universitarias; este nuevo entorno puede significar un gran

desafío para los nuevos alumnos, pues las modalidades de enseñanza distintas, los horarios ajustados y una mayor exigencia de conocimientos logra configurar un escenario de condiciones abrumadoras que dificulta la adaptación. Indudablemente, este elevado porcentaje despierta preocupación, pues para Huairé et al., (2019), además de lo ya mencionado, esto podría indicar una posible falta de apoyo de los maestros y dificultades propias para entablar nuevos vínculos de apoyo. En adición a ello, la investigación de Morales Rodríguez y Chávez López (2017) sostiene que los estudiantes con problemas para ajustarse académicamente suelen presentar mayores índices de procrastinación y dificultades en la autorregulación. Es así que, las puntuaciones considerables en el nivel bajo de adaptación académica no solo podrían tratarse de un fenómeno aislado, sino de una interacción compleja entre variables personales y contextuales que refuerzan la idea de la adaptación como un proceso multidimensional.

**Tabla 12**

*Niveles de adaptación institucional*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	11	24,4	24,4
	Medio	23	51,1	75,6
	Alto	11	24,4	100,0
	Total	45	100,0	

Entendiendo a la adaptación institucional como el proceso de ajuste eficaz al nuevo entorno que ofrece una entidad, en este caso educativa, es posible afirmar que un 51.1% de los participantes maneja un nivel medio de esta dimensión, lo que pone de manifiesto que un 24,4% ha alcanzado acoplarse perfectamente a la institución y que el porcentaje restante ha experimentado serias dificultades para lograrlo. Para Ponte (2017) la adaptación institucional influye en gran medida en la predisposición para continuar y culminar los estudios universitarios, además de que esta se trata de un fuerte vínculo emocional entre la entidad y el alumno que favorece al desarrollo de sentido de pertenencia y a elevar el compromiso. El estudio de Chau y Saravia (2014) realizado en estudiantes peruanos, cuyo objetivo fue analizar la relación entre las cinco dimensiones de la adaptación universitaria y la salud percibida, expuso que la dimensión institucional tuvo una relación positiva con la percepción de la salud, demostrando que el conocimiento de los servicios y calidad que oferta la institución, además del interés en la carrera que se estudia, incrementa la motivación y la percepción general de la salud de los alumnos.

**Tabla 13***Niveles de adaptación social*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	12	26,7	26,7
	Medio	25	55,6	82,2
	Alto	8	17,8	100,0
	Total	45	100,0	

La tabla 12 muestra que un 55,6% de la población se sitúa en un nivel medio de adaptación social, de las cuatro dimensiones de esta variable, el porcentaje señalado es el máximo obtenido, lo que sugiere que los estudiantes foráneos han encontrado mayor facilidad para ajustarse socialmente, estableciendo relaciones con sus nuevos compañeros de clase, en comparación con el reto de adaptarse a las exigencias y estructuras institucionales, o a la gestión de las emociones y pensamientos emergentes durante este proceso. Este hallazgo puede representar un beneficio para el alumnado, pues la investigación de Fierro (2006) asegura que la adaptación social se relaciona directamente con el bienestar personal, mientras que el estudio de Martínez y Gaeta, (2024) menciona que los estudiantes adaptados socialmente se reflejan más estables; tienen menor probabilidad de padecer ansiedad y depresión, y de enfrentarse al fracaso académico. En definitiva, las habilidades sociales de los estudiantes disminuyen con creces el sentimiento recurrente de soledad que aqueja a los foráneos y favorece la adaptación a un nuevo contexto.

**Tabla 14***Niveles totales de adaptación a la vida universitaria*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo nivel de adaptación	11	24,4	24,4
	Medio nivel de adaptación	23	51,1	75,6
	Alto nivel de adaptación	11	24,4	100,0
	Total	45	100,0	

El 51,1% de los estudiantes foráneos evaluados presenta un nivel medio de adaptación a la vida universitaria. Esto refleja que el estudiantado evaluado ha logrado integrarse parcialmente a la educación superior, por lo que la presencia de desafíos específicos podría limitar su bienestar y rendimiento. Por ello, es necesario que los estudiantes continúen desarrollando sus habilidades; el estudio de Tataje et al., (2024) donde se obtuvieron puntuaciones medias y altas de adaptación concluyó que ajustarse satisfactoriamente a la universidad no solo favorece al desempeño académico, sino que también contribuye al desarrollo de la identidad de los estudiantes. Asimismo, otras investigaciones aseguraron que la adaptación a la vida universitaria favorece el aprovechamiento de oportunidades, exposición a nuevos escenarios, desarrollo de habilidades comunicativas y de resolución de conflictos (Espinola y Figueredo, 2019; Ventura, 2023).

Además, es importante destacar la adaptación a la vida universitaria no como un estado fijo, sino como un proceso dinámico condicionado por múltiples factores, por lo que los niveles medios hallados deben interpretarse como un punto de equilibrio, que si bien representa un ajuste parcial no necesariamente garantiza la permanencia o el óptimo desempeño del alumno.

### 3.4. Correlación entre resiliencia y adaptación a la vida universitaria

Previo a la correlación entre las variables de estudio es necesario determinar si sus datos corresponden a una distribución normal, con este fin y considerando el número de participantes se optó por emplear la prueba de Shapiro-Wilk.

**Tabla 15**

#### *Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Total Resiliencia	,117	45	,138	,959	45	,113
Total Adaptación a la Vida Universitaria	,099	45	,200*	,979	45	,584

\*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.  
a. Corrección de significación de Lilliefors

Dado que, en el caso de ambas variables, el valor de la significación asintótica (.113 y .584) superó el valor 0,05 se consideró que los datos presentan una distribución normal, por ende, se aplicó el estadístico r de Pearson.

**Tabla 16***Correlación entre resiliencia y adaptación a la vida universitaria (Pearson)*

		Total Resiliencia	Total Adaptación a la Vida Universitaria
Total Resiliencia	Correlación de Pearson	1	,489**
	Sig. (bilateral)		,001
	N	45	45
Total Adaptación a la Vida Universitaria	Correlación de Pearson	,489**	1
	Sig. (bilateral)	,001	
	N	45	45

Puesto que la significación asintótica es de ,001 ( $p$ -valor  $< 0,05$ ) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis del investigador, es decir existe una correlación entre la resiliencia y la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de las carreras de Agroindustria y Biotecnología de la Universidad Técnica del Norte.

El coeficiente de correlación es de ,489 de signo positivo, lo que significa que a mayor resiliencia mayor adaptación a la vida universitaria. De acuerdo con la tabla propuesta por Martínez Ortega et al., (2009, p. 6), este valor refleja una correlación media entre las variables.

**Tabla 17***Interpretación del coeficiente de correlación*

Valor	Interpretación
<0,35	Correlación baja
0,35-0,65	Correlación media
0,66-0,95	Correlación alta
0,96-1,00	Correlación perfecta

Los estadísticos aplicados refieren que existe una correlación positiva de nivel medio entre las variables de estudio. Esta relación moderada sugiere que, generalmente, aquellos estudiantes con un nivel medio o alto de resiliencia tienden a acoplarse más fácilmente a los nuevos entornos que enfrentan, en este caso, el universitario, respondiendo eficientemente a las demandas académicas, sociales y emocionales propias de este.

Este resultado se asemeja a los de investigaciones previas al respecto; el trabajo de Ponte (2017) expone una fuerte relación directa y de grado medio entre adaptación a la vida universitaria y la resiliencia, estos resultados semejantes corroboran lo reflejado en la fundamentación teórica descrita con anterioridad. De manera similar sucede en el estudio de Núñez y Vásquez (2022) quienes demostraron una relación directa y positiva entre la resiliencia y el bienestar psicológico, si bien una de las variables es distinta los resultados sostienen la premisa de que la resiliencia actúa como factor causal de varias de las actitudes beneficiosas y conductas adaptativas de los individuos.

Dichos hallazgos proponen que la resiliencia no solo debería ser considerada un atributo importante por desarrollar, sino también un mecanismo protector contra los desafíos de nuevos contextos y emociones negativas. Sin embargo, que el nivel de la correlación obtenida en este estudio no sea alto o perfecto como lo sugiere la tabla anterior, incita a considerar la influencia de variables distintas en la adaptación de los estudiantes foráneos, como las condiciones económicas, la estabilidad emocional o el apoyo social.

Asimismo, Niño et al., (2024), cuya investigación muestra que no existe una relación entre la resiliencia y el rendimiento académico, destaca que esta no es, de manera definitiva, un factor predictivo de otras variables del ámbito académico, es decir, dicho constructo no es determinante en el éxito o fracaso de los estudiantes aunque represente uno de los factores más influyentes para su formación.

De esta manera, los resultados obtenidos resaltan la complejidad de ambos constructos y la necesidad de que las instituciones de educación superior fortalezcan políticas de acompañamiento que consideren las diversas necesidades y realidades de los alumnos foráneos, evitando limitarse a contribuir al reconocimiento del plantel y garantizando su permanencia, ofreciendo recursos académicos y redes de apoyo que construyan un entorno humanizado donde se reconoce que la adaptación de los estudiantes no depende únicamente de sus recursos personales, sino también de la institución que los acoge.

## CONCLUSIONES

La resiliencia, vista desde el enfoque tridimensional de Knight, es una habilidad que implica la presencia de tres factores fundamentales; la competencia emocional, competencia social y la orientación hacia el futuro. Estos elementos cimentan una base sólida para enfrentar desafíos y están profundamente ligados a las condiciones contextuales e individuales de cada sujeto, por ende, la resiliencia no solo se define como la capacidad de afrontar la adversidad, sino como un proceso multifactorial que posibilita la transformación de las dificultades en experiencias de enriquecimiento personal. Mientras que, la adaptación a la vida universitaria se refiere al proceso de cambio y ajuste que experimenta un individuo para desenvolverse correctamente en un entorno desconocido y desafiante como lo es la educación superior, evitando a su vez, las dificultades de índole física y psicológica inherentes a la falta de adaptación.

El nivel de resiliencia de gran parte de la población objetivo se encuentra en el grado medio, esto implica que los estudiantes cuentan con una habilidad moderada para sobreponerse a los retos y demandas académicas, es decir, una gran mayoría de situaciones adversas serán enfrentadas efectivamente. No obstante, ante las dificultades con excesiva presión o cambios demasiado bruscos, aquellos alumnos con nivel medio de resiliencia corren el riesgo de sentirse vulnerables e incapaces de dar una respuesta oportuna para superar las situaciones de este estilo. Asimismo, se debe considerar que un 24,4% de la población puntúa en el nivel bajo, especialmente en la dimensión de orientación hacia el futuro, lo que indica que una parte importante de los estudiantes podría sentir poco compromiso con sus estudios e incertidumbre respecto a su vida universitaria, experimentando con frecuencia estados emocionales negativos que pueden llegar a comprometer su desempeño.

El nivel de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes foráneos se encuentra en el rango medio. Esto sugiere que los alumnos se han adaptado de manera parcial al entorno universitario, reflejando aparente bienestar y habilidad para cumplir con sus requerimientos. Sin embargo, al igual que con la resiliencia, este nivel indica que, frente a circunstancias más complejas, el proceso de ajuste podría verse fuertemente afectado dando lugar a problemas emocionales, aislamiento y afecciones en el bienestar general. Cabe destacar que la dimensión con el mayor porcentaje en el nivel bajo es la adaptación académica, demostrando así que la mayor dificultad de los alumnos evaluados es acoplarse a las demandas cognitivas propias del entorno, lo que a su vez podría desencadenarse en bajo rendimiento, desmotivación y deserción universitaria.

Existe una correlación positiva entre las variables de estudio. Esto indica que el grado de resiliencia del alumnado es directamente proporcional a su grado de adaptación a la vida universitaria. Asimismo, esta posee valores de una correlación media, lo que señala que la resiliencia influye parcialmente en la capacidad de aclimatarse al contexto universitario, y es preciso considerar otras variables que condicionan la presencia de este constructo.

## RECOMENDACIONES

El universo de estudio considerado en esta investigación representa únicamente una parte de la población universitaria, lo que podría limitar la relevancia de los resultados. Por lo tanto, es recomendable ampliar el grupo de estudio con el fin de obtener datos más significativos y cercanos a la realidad, lo que, a su vez, facilitará la formulación de conclusiones más sólidas y extrapolables a la población general.

Puesto que existen puntuaciones que reflejan un bajo nivel de resiliencia en cierta parte de la población, se recomienda que el departamento de bienestar universitario implemente programas que favorezcan el desarrollo de habilidades socioemocionales y brinden estrategias que ayuden a la construcción de nuevas redes de apoyo y a delimitar metas a corto y largo plazo. De igual manera, es importante que este servicio universitario brinde atención psicológica de calidad y acompañamiento, priorizando a quienes se encuentran cursando la transición colegio-universidad y a los estudiantes foráneos, instruyéndoles en técnicas de relajación útiles frente al estrés académico y en el desarrollo de actividades de ocio saludables y productivas.

Frente a los niveles bajos de adaptación a la vida universitaria es recomendable que los programas de inducción se personalicen para los foráneos, pues además de reconocer los servicios disponibles y el funcionamiento de la institución, este grupo requiere una socialización sobre las rutas y horarios de buses disponibles para trasladarse a otros campus o a las entidades aliadas que facilitan las prácticas pre-profesionales. Asimismo, implementar una tarjeta para alumnos foráneos que les permita acceder a precios especiales en el comedor universitario. Además de promover la participación en actividades extracurriculares como eventos académicos o recreativos que reconozcan la diversidad, favorezcan la integración y el sentido de pertenencia. Finalmente, se sugiere que cada carrera motive a los estudiantes de los últimos semestres a participar como mentores de los alumnos de nuevo ingreso, siendo de ayuda para brindar información sobre la carrera, compartiendo técnicas de estudio para distintas asignaturas, etc.

Se recomienda socializar los hallazgos obtenidos en la presente investigación con el grupo objeto de estudio, con la finalidad de generar conciencia sobre la relación presente en las variables y los posibles riesgos identificados, con el fin de promover el diseño e implementación de estrategias en pro del bienestar estudiantil como actividades de integración, guías sobre habilidades de estudio, talleres artísticos, etc. De manera que se fomente un entorno académico saludable donde los nuevos alumnos encuentren un espacio que trascienda la formación profesional y desarrollen competencias que contribuyan a su crecimiento personal.

## ANEXOS

### Anexo 1: Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (ECRE-U)

N°	Ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Sé que soy capaz de estudiar arduamente para mejorar mi promedio general.					
2	Cuando estoy haciendo una tarea en clase, tomo decisiones que me permiten optimizar mi trabajo y entregarlo en el plazo establecido.					
3	Si tengo un problema con un familiar creo que puedo mejorar la relación si me lo propongo.					
4	Cuando estoy haciendo una tarea importante y mi computadora o internet fallan, busco alternativas para completar la tarea a tiempo.					
5	Si un proyecto grupal no avanza debido a la falta de compromiso y coordinación, tomo la iniciativa y propongo maneras para generar avances.					
6	Cuando tengo muchos trabajos pendientes priorizo aquellos que son más complejos o que deben entregarse antes.					
7	Cuando hago trabajos grupales y noto que un integrante está emocionalmente afectado, adapto mi comportamiento para ser más comprensivo/a y solidario/a.					
8	Si debo realizar un proyecto grupal muy extenso, me planteo objetivos para asegurarme de avanzar constantemente y cumplir con lo requerido.					
9	Cuando enfrento un problema familiar soy capaz de encontrar soluciones.					
10	Si un proyecto grupal no se desarrolla según lo planeado, identifico las causas del por qué el grupo no está realizando un buen trabajo.					

11	Encuentro la manera de trabajar con personas con las que no he trabajado antes incluso si me siento desmotivado/a.					
12	Cuando tengo bajas calificaciones en una asignatura reconozco que debo esforzarme más.					
13	Tengo la habilidad de considerar diferentes opciones y sus posibles consecuencias antes de decidir cómo actuar ante un problema.					
14	Cuando estoy en un ambiente donde no conozco a nadie soy capaz de hacer nuevos amigos, aunque me sienta inseguro/a.					
15	Si no respondí correctamente un examen, lo considero como una oportunidad para identificar en qué mejorar en vez de tomarlo como un fracaso definitivo.					
16	Ante bajas calificaciones en una materia, identifico las opciones disponibles para mejorar.					
17	Cuando tengo muchas tareas complejas confío en mis habilidades para superarlas.					
18	Creo que puedo manejar situaciones difíciles con éxito.					
19	Si mi meta es terminar la universidad con buenas notas, me planteo objetivos en cada semestre para lograrlo.					
20	Me siento mejor cuando hago reír a los demás y a mí mismo/a sobre los desafíos que enfrentamos.					
21	Cuando me encuentro ante desafíos, recuerdo el propósito de mis metas para mantenerme motivado/a a superarlos.					
22	Asumo que cometí errores cuando no obtengo los resultados que esperaba.					
23	Confío en mi criterio y experiencia para tomar decisiones sin depender de la opinión de otros cuando realizo una tarea.					

## Anexo 2: Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)

Nº	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Últimamente me siento nervioso.					
2	Estoy al día con los trabajos que me piden en las asignaturas.					
3	Sé por qué estoy en la universidad.					
4	Las actividades académicas me están resultando difíciles.					
5	Últimamente experimento tristeza y cambios de humor.					
6	Me estoy adaptando socialmente bien a la universidad.					
7	Últimamente me siento cansado la mayor parte del tiempo.					
8	Me resulta difícil estar solo ante tantas responsabilidades.					
9	Estoy satisfecho con el ritmo con el que estoy estudiando.					
10	Estoy satisfecho con mi decisión de entrar a estudiar en la universidad.					
11	Tengo amigos/as cercanos/as en la universidad.					
12	Últimamente no soy capaz de controlar mis emociones.					
13	Me gusta realizar los trabajos del ciclo académico.					
14	Últimamente tengo dolores de cabeza.					
15	Últimamente pienso pedir ayuda psicológica.					
16	Últimamente he perdido o ganado peso.					

17	Últimamente me enfado con mucha facilidad.					
18	Últimamente no duermo bien.					
19	Me he organizado bien para desarrollar los trabajos de las asignaturas.					
20	Últimamente, mis pensamientos se confunden con facilidad.					
21	Espero acabar mis estudios en esta carrera.					
22	Me gusta el trabajo académico que realizo en la carrera.					
23	Estoy pensando en cambiarme a otra carrera.					
24	Estoy pensando seriamente en tomarme un tiempo de descanso de la universidad y continuar después.					
25	Tengo amigos y conocidos en la carrera para hablarles de cualquier problema.					
26	Me resulta difícil afrontar el estrés que me produce la universidad					
27	Estoy satisfecho con mi vida social en la universidad.					

### Anexo 3: Autorización para la aplicación de reactivos



FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA  
FECYT

Ibarra, 16 de octubre de 2024

Doctor  
Marcelo Cevallos  
DECANO DE LA FICAYA

Presente



*Autorizado*  
*[Handwritten signature]*

En el marco de las acciones investigativas que la carrera de Psicopedagogía está desarrollando como Trabajo de Integración Curricular, solicito comedidamente su autorización y colaboración para que la estudiante Almeida Castro Diana Marcela, C.C. 0450148549, del octavo nivel de la carrera de Psicopedagogía, pueda aplicar una encuesta virtual, en el link <https://forms.office.com/r/UhrRN5b5bE>, a los estudiantes de los niveles; PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO, de las carreras de Biotecnología y Agroindustria, en aproximadamente 15 minutos, para el desarrollo de la investigación "ANÁLISIS DE LA RESILIENCIA Y ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA DE LOS ESTUDIANTES FORÁNEOS DE LAS CARRERAS DE BIOTECNOLOGÍA Y AGROINDUSTRIA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE", información personal que es anónima y confidencial.

Por la atención favorable a la presente, anticipo mis sinceros agradecimientos.

Atentamente

*[Handwritten signature]*

Dr. José Revelo  
DECANO DE LA FECYT

*2024-10-29*  
*12:07*  
*[Handwritten signature]*

## REFERENCIAS

- Agaibi, C., & Wilson, J. (2005). TRAUMA, PTSD, AND RESILIENCE. *TRAUMA, VIOLENCE, & ABUSE*, 6(3), 195–216. <https://doi.org/10.1177/1524838005277438>
- Aguilar-Maldonado, S., Gallegos-Cari, A., & Muñoz-Sánchez, S. (2019). Análisis de componentes y definición del concepto resiliencia: una revisión narrativa. *Revista de Investigacion Psicológica*, 22, 77–100. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-30322019000200007&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322019000200007&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
- Alejo, S., Betinotti, V., & Broitman, M. (2015). *Arte y Resiliencia* (Remedios d). Universidad Nacional de Lanús. <https://elibro.net/es/ereader/utnorte/77107>
- Almeida, L., Soares, A., & Ferreira, J. (2000). Transição e adaptação à Universidade: Apresentação de um Questionário de Vivências Académicas (QVA). *Psicología*, 14(2), 189–208. <https://bit.ly/3VCfzZJ>
- Arias, A. (1968). Estudio acerca de la adaptación de los estudiantes colombianos en la Universidad de Lovaina. *Revista de Psicología*, 13(1–2), 87–107. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/34473>
- Baker, R. Stryk, B. (1989). *SACQ Student Adaptation to College Questionnaire. Manual*. Western Psychological Services.
- Bärnighausen, T., Oldenburg, C., Tugwell, P., Bommer, C., Ebert, C., Barreto, M., Djimeu, E., Haber, N., Waddington, H., Rockers, P., Sianesi, B., Bor, J., Fink, G., Valentine, J., Tanner, J., Stanley, T., Sierra, E., Tchetgen, E., Atun, R., & Vollmer, S. (2017). Quasi-experimental study designs series. *Journal of Clinical Epidemiology*, 89, 53–66. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2017.02.017>
- Becoña, E. (2006). *RESILIENCIA : DEFINICIÓN, CARACTERÍSTICAS Y UTILIDAD DEL CONCEPTO*. 11, 125–146. <https://bit.ly/4aTZg7B>
- Bernard, B. (2004). *Resiliency What we have learned*. West Ed.
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61–82. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70601005.pdf>
- Braverman, M. (2001). Applying resilience theory to the prevention of adolescent substance abuse. *Focus*, 7(2), 1–12. <https://bit.ly/3xG5ERE>
- Brennan, M. (2008). Conceptualizing Resiliency: An Interactional Perspective for Community and Youth Development. *Child Care in Practice*, 14(1), 55–64. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/13575270701733732>
- Cadoche, L., Zoratti, O., Prendes, C., Manzoli, D., Silva, D., Vaira, N. (2019). Competencias sociales en la formación universitaria: las voces de sus actores. *Anuario Digital De Investigación Educativa*, 22. <https://revistas.bibdigital.uccor.edu.ar/index.php/adiv/article/view/3711>
- Caldera Montes, J., Aceves Lupercio, B., Reynoso González, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19(36), 227–239. <https://doi.org/https://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>
- Carretero, R. (2010). Resiliencia. Una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical*

- Sciences*, 27(3), 91–103. <https://www.redalyc.org/pdf/181/18113757004.pdf>
- Chau, C., & Saravia, J. C. (2014). Adaptation to college and its relation to perceived health in a sample of peruvian students adaptación universitária e sua relação com a saúde percebida numa amostra de jovens do peru. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(2), 269–284. <https://doi.org/10.15446/rcp.v23n2.41106>
- Chipana, M., Vilca, G. (2021). Inteligencia Emocional y Adaptación a la Universidad en los Estudiantes de Traslado de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Privada de Tacna, 2020. *Investigando*, 1(1), 52–65. <https://bit.ly/3BpmZA1>
- Cornejo, W. (2011). Resiliencia: una definición. *Revista Athenea*, 1(2), 3–9.
- Damiani, L. (1994). *La Diversidad Metodológica en la Sociología*. Fondo Editorial Trópykos/FACES-UCV. <https://bit.ly/3VfzszZ>
- Denz Penhey, H., & Murdoch, J. (2008). No Title. *Qualitative Health Research*, 18(3), 391–404. <https://doi.org/10.1177/1049732307313431>
- Dominguez Lara, S. A. (2014). Autoeficacia Para Situaciones Académicas En Estudiantes Universitarios Peruanos: Un Enfoque De Ecuaciones Estructurales Self-Efficacy For Academic Situations Scale In Peruvian College Students: A Structural Equation Approach. *Revista de Psicología-Universidad Católica San Pablo*, 4(4), 45–53. <http://ucsp.edu.pe/investigacion/psicologia/wp-content/uploads/2015/03/Autoeficacia-para-situaciones-academicas.pdf>
- Duche, A., Paredes, F., Gutiérrez, O., & Carcausto, L. (2020). Transición secundaria-universidad y la Adaptación a la vida universitaria. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(3), 244–258. <https://www.redalyc.org/journal/280/28063519018/28063519018.pdf>
- Earvolino, M. (2007). Resilience: a concept analysis. *Nurs Forum*, 42(2), 73–82. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1744-6198.2007.00070.x>
- Espinola, Y., & Figueredo, R. (2019). Adaptación a la vida universitaria. Estudio de casos de alumnos de la Universidad Nacional de Pilar provenientes del interior del departamento de Ñeembucú. *Revista Científica Multidisciplinar*, 3(1). <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6/5>
- Fajardo, A., & Rodriguez, V. (2013). PROCESO DE ADAPTACIÓN AL CONTEXTO UNIVERSITARIO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER SEMESTRE DEL PROGRAMA DE FISIOTERAPIA DE LA UNIVERSIDAD MARIANA [UNIVERSIDAD DE NARIÑO]. <https://sired.udenar.edu.co/3338/1/89760.pdf>
- Fierro, A. (2006). Bienestar personal, adaptación social y factores de personalidad: Estudios con las Escalas Eudemon. *Clínica y Salud*, 17(3), 297–318. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1130-52742006000300006&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742006000300006&lng=es&tlng=es).
- Flores, M., & Cortés, M. (2022). Resiliencia: Factores Predictores en Adolescentes. *Acta de Investigación Psicológica*, 12(3), 115–128. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2022.3.467>
- Fricchione, G., Ivkovic, A., & Yeung, A. (2016). *The science of stress: living under pressure*. University of Chicago Press. <https://bit.ly/3KT7oKt>
- García, M., & Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en

- situaciones adversas : Una revisión. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 63–77. <https://doi.org/10.11600/1692715x.1113300812>
- Garnezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416–430. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0002764291034004003>
- Garza Vázquez, L. (2016). *Resiliencia en la Educación Superior para prevenir la deserción escolar en el primer año: caso Unidad Académica Multidisciplinaria de Ciencias, Educación y Humanidades*. Universidad Autónoma de Tamaulipas.
- George, D., Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference. 11.0 update*. Allyn & Bacon.
- Giménez, D., & Quintanilla, L. (2009). “Competencia” social, “competencia” emocional: una propuesta para intervenir en Educación Infantil. *Infancia y Aprendizaje*, 32(3), 359–373. <https://doi.org/https://doi.org/10.1174/021037009788964222>
- Gómez, D., Moreno, A., Cruz, L., & Ortiz, M. (2019). El concepto de la resiliencia a través de la historia. *Revista de Sociología Contemporánea*, 6(19), 16–19. <https://doi.org/10.35429/JOCS.2019.19.6.16.19>
- Gómez, S. (2012). *Metodología de la Investigación*. Red Tercer Milenio. <https://bit.ly/49VVB8m>
- González, N., Lobato, C. (2008). EVALUACIÓN DE LAS COMPETENCIAS SOCIALES EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA. *Bordón*, 60(2), 91–105. <https://recyt.fecyt.es/index.php/BORDON/article/view/29017>
- González, N., López, A., Valdez, J., Var Baneveld, H., & González, S. (2012). Resiliencia y factores protectores en menores infractores y en situación de calle. *Psicología y Salud*, 22(1), 49–62. <https://bit.ly/4bOwNRq>
- González, O. (1997). EL CONCEPTO DE UNIVERSIDAD. *Revista de La Educación Superior*, 26(49–78), 22. [http://publicaciones.anuies.mx/pdfs/revista/Revista102\\_S2A1ES.pdf](http://publicaciones.anuies.mx/pdfs/revista/Revista102_S2A1ES.pdf)
- Guzmán-Torres, C., Almeida-Castro, D., Mediavilla-Males, L., & Sánchez-Fuel, B. (2025). Diseño y validación de la Escala de Capacidad Resiliente del Estudiante Universitario (ECRE-U). *Revista Conrado*, 21(103), 1–13. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/4400>
- Guzmán Gómez, C. (2013). *Los estudiantes y la universidad: Integración, experiencias e identidades*. Anuies.
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6th ed.). Mc Graw Hill Education. <https://bit.ly/3NQjtBG>
- Huaire, E., Marquina, R., Horna, V. (2019). Autoconcepto y adaptación a la vida académica en estudiantes ingresantes universitarios. *Horizontes de La Ciencia*, 9(17), 1–13. <https://www.academica.org/edson.jorge.huaire.inacio/86>
- Jenson, J., & Fraser, M. (2011). *A Risk and resilience framework for child, youth, and family policy*. SOCIAL POLICY FOR CHILDREN AND FAMILIES. <https://bit.ly/45ElGrY>
- Kaufman, J., Yang, B., Palumberi, H., Houshyar, S., Lipschitz, D., Krystal, J., & Gelernter, J. (2004). Social supports and serotonin transporter gene moderate depression in

- maltreated children. *Proc Natl Acad Sci*, 101(49), 16–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.1073/pnas.0404376101>
- Knight, C. (2007). A resilience framework: Perspectives for educators. *Health Education*, 107(6), 543–555. <https://doi.org/10.1108/09654280710827939>
- León, D., & Cárdenas, F. (2020). Interacción genética-ambiente y desarrollo de la resiliencia: una aproximación desde la neurociencia afectiva. *Tesis Psicológica*, 15(1), 12–33. <https://doi.org/https://doi.org/10.37511/tesis.v15n1a1>
- López, F., & Venegas, A. (2016). Epistemología y etimología de la resiliencia. *Cebem*, 1, 1–7. <http://cvis3.cebem.org/wp-content/uploads/2018/06/Apuntes-epistemológicos-sobre-Resiliencia.pdf>
- Luthar, S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. *Developmental Psychopathology*, 3, 740–795. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1002/9780470939406.ch20>
- Mancini, A., & Bonanno, G. (2009). Predictors and Parameters of Resilience to Loss: Toward an Individual Differences Model. *Journal of Personality*, 77(6), 1805–1832. <https://doi.org/doi:10.1111/j.1467-6494.2009.00601.x>
- Martínez Ortega, R. M., Tuya Pendás, L. C., Martínez Ortega, M., Pérez Abreu, A., y Cánovas, A. M. (2009). EL COEFICIENTE DE CORRELACION DE LOS RANGOS DE SPEARMAN CARACTERIZACION. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 8(2). <https://www.redalyc.org/pdf/1804/180414044017.pdf>
- Martínez Otero, V. Gaeta, M. (2024). ESTUDIO EDUCATIVO SOBRE LA ADAPTACIÓN SOCIAL DE UNIVERSITARIOS IBEROAMERICANOS. *Educ. Soc.*, 45. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/ES.280131>
- Mateu, R., García, M., Gil, J., & Caballer, A. (2010). ¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. *Jornades de Foment de La Investigació*, 15, 231–248. <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4718263&orden=1&info=link%5Cn>  
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=4718263>
- Mohajan, H. (2020). Quantitative Research: A Successful Investigation in Natural and Social Sciences. *Journal of Economic Development, Environment and People*, 9(4), 50–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.26458/jedep.v9i4.679>
- Molina-Torres, L., Barrera-Hernández, L., Sotelo-Castillo, M., Ramos-Estrada, D., Pérez-Ríos, R. (2021). Orientación al futuro, estrategias de aprendizaje, autorregulación y rendimiento académico en estudiantes universitarios mexicanos. *Educación y Ciencia*, 10(55), 39–54. <http://educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/view/599>
- Monroy, B., & Palacios, L. (2011). Resiliencia: ¿Es posible medirla e influir en ella? *Salud Mental*, 34(3), 237–246. <https://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v34n3/v34n3a7.pdf>
- Morales Rodríguez, M., Chávez López, J. (2017). Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de psicología. *Revista Electrónica Del Desarrollo Humano Para La Innovación Social*, 4(8). <https://cdhis.org.mx/index.php/CAGI/article/view/121>
- Navarrete, Z. (2013). La universidad como espacio de Formación profesional y constructora de identidades. *Universidades*, 57, 5–16.

<https://www.redalyc.org/pdf/373/37331246003.pdf>

- Niño, A., Ramírez, J., Chavéz, J., & Santos, P. (2024). Resiliencia y rendimiento académico en estudiantes universitarios de psicología de Perú. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 27(2), 173–183. <https://doi.org/10.6018/reifop.583691>
- Núñez, A., & Vásquez, F. (2022). Resiliencia y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 8502–8515. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i6.4016](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4016)
- Nuttin, J. (1985). *Future time perspective and motivation: Theory and research method*. Psychology Press. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9781315802244>
- Olaya, A., Zambrano, D., Vargas, J., Tejada, M., Najar, A. (2022). STARS: Un instrumento útil para evaluar la ansiedad a la estadística. *Psicología Desde El Caribe*, 39(3). <https://www.redalyc.org/journal/213/21375058003/html/>
- Páez, M. (2020). La salud desde la perspectiva de la resiliencia. *Archivos de Medicina*, 20(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.30554/archmed.20.1.3600.2020>
- Parra, C., & Larreal, A. (2023). Transición y adaptación: una oportunidad de acceso a la educación universitaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 2494–2510. [https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i4.7069](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7069)
- Pérez-Pulido, I. (2016). El Proceso De Adaptación De Los Estudiantes a La Universidad En El Centro Universitario De Los Altos De La Universidad De Guadalajara [INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE]. In *Repositorio Institucional del Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente*. <https://rei.iteso.mx/items/88431c89-bad5-45f7-ae0-1cc005f79920>
- Pérez-Ríos, R., Barrera-Hernández, L., Echeverría-Castro, S., Sotelo-Castillo, M. (2023). Orientation to the Future and Academic Lag as Predictors of Academic Performance of High School and University Students in Northwest Mexico. *Educare*, 7(2), 1–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.15359/ree.27-2.15876>
- Pérez, P., Pérez Manosalvas, H., & Guevara, G. (2022). Factores de riesgo y desarrollo de resiliencia en adolescentes. *Revista Científica UISRAEL*, 9(2), 23–38. <https://doi.org/10.35290/rcui.v9n2.2022.519>
- Pimienta Lastra, R. (2000). Encuestas probabilísticas vs. no probabilísticas. *Política y Cultura*, 13, 263–276. <https://www.redalyc.org/pdf/267/26701313.pdf>
- Pinzón, N. (2020). *Diseño de un sistema de apoyo para estudiantes foráneos en la Pontificia Universidad Javeriana* [PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA]. <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/49832>
- Ponte, A. (2017). *ADAPTACIÓN A LA VIDA UNIVERSITARIA Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO* [UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO FACULTAD]. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/3439>
- Pulgar, L. (2010). *FACTORES DE RESILIENCIA PRESENTES EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DEL BÍO BÍO, SEDE CHILLÁN* [UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO]. [http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/2127/1/Pulgar\\_Suazo\\_Lorenzo.pdf](http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/2127/1/Pulgar_Suazo_Lorenzo.pdf)

- Rangel-Mendoza, A., Vázquez-Flores, F., Ruiz-Vargas, N., Juárez-Nilo, S., Hernández-Segura, G., & Gallegos-Torres, R. (2019). CALIDAD DE VIDA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES FORÁNEOS DE TRES LICENCIATURAS DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DEL ESTADO DE QUERÉTARO, MÉXICO. *Horizonte de Enfermería*, 30(1), 16–26. [https://doi.org/10.7764/Horiz\\_Enferm.30.1.16-26](https://doi.org/10.7764/Horiz_Enferm.30.1.16-26)
- Richardson, G. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *JOURNAL OF CLINICAL PSYCHOLOGY*, 58(3), 307–321. <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
- Rodríguez, A. y Pérez, A. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. *Revista EAN*, 82, 179–200. <https://doi.org/https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.1647>
- Rose, A. (1950). A Deductive Ideal-Type Method. *American Journal of Sociology*, 56, 35–42. <https://doi.org/10.1086/220641>
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *Am J Orthopsychiatry*, 57(3), 316–331. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, 14(8), 626–631. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/1054-139X\(93\)90196-V](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/1054-139X(93)90196-V)
- Saavedra, E., & Villalta, M. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. *Liberabit*, 14(14), 31–40. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v14n14/a05v14n14>
- San Juan, I., Fernández, H., Enríquez, C., Pérez S., & Fernández, B. (2018). Afrontamiento por duelo de separación familiar en estudiantes universitarios foráneos. *Biológico Agropecuario Tuxpan*, 6(2), 1–9. <https://revistabioagro.mx/index.php/revista/article/view/146/165>
- Senado, J. (1999). LOS FACTORES DE RIESGO. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 15(4), 446–452. <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v15n4/mgi18499.pdf>
- Soledad, R. G. M., Carolina, T. V., Adelina, G. C. M., & Fernanda, P. F. M. (2012). The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) for use with Spanish students. *Psychological Reports*, 111(2), 624–640. <https://doi.org/10.2466/08.10.20.PR0.111.5.624-640>
- Soto, J., Suárez, J., & Navarro, S. (2023). EL SENTIDO DE PERTENENCIA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS FORÁNEOS UNA RECONSTRUCCIÓN EN CUATRO TIEMPOS. *Revista Argentina de Estudios de Juventud*, 17, 1–30. <https://perio.unlp.edu.ar/ojs/index.php/revistadejuventud/article/download/7810/6962/34175>
- Suárez, E., & Melillo, A. (2011). *Resiliencia : descubriendo las propias fortalezas* (1a ed. 7a.). Paidós.
- Tataje, A., Chacaltana, K., & Varela, S. (2024). Adaptación universitaria en estudiantes de primer año de una universidad pública de Ica – Perú. *SciELO Preprints*, 27. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.8092>
- Torres, A. (2021). Inteligencia emocional en el contexto universitario: Retos para el docente. *Educare*, 25(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i3.1451>

- Tuz Sierra, M., García Reyes, L., Estrada Carmona, S., Pérez Aranda, G. (2024). Características de Resiliencia en Estudiantes Universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 6213–6226. [https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.11043](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11043)
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61–79. <https://bit.ly/3VQZ1G0>
- Vega, J., Bello, Z., Medina, J. y León, A. (2019). Un estudio de las competencias emocionales en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí. *SINAPSIS*, 1(14). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7471188>
- Ventura, J. (2023). *Adaptación a la vida universitaria de estudiantes indígenas de comunas rurales del Norte Grande de Chile* [Universidad de Concepción]. <http://repositorio.udec.cl/jspui/handle/11594/10954>
- Ventura, J., Pérez, C., & Matus, O. (2023). Adaptación a la vida universitaria de estudiantes indígenas de comunas rurales del Norte Grande de Chile. Un estudio cualitativo. *FEM*, 26(5), 185–192. <https://scielo.isciii.es/pdf/fem/v26n5/2014-9832-fem-26-5-185.pdf>
- Vidal, Y. (2019). *Nivel de adaptación a la vida universitaria de estudiantes de ciencias de la salud ingresantes a la escuela de estudios generales de una universidad pública. Lima. 2018* [Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. <https://core.ac.uk/download/pdf/323344154.pdf>
- Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-Sectional Studies: Strengths, Weaknesses, and Recommendations. *CHEST*, 158(15), 65–71. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.03.012>
- Wolin, J., & Wolin, S. (1993). *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Villard Books.
- Yates, T., & Luthar, S. (2009). *Resilience. The Encyclopedia of Human Relationships*. SAGE Publications.
- Zolano, M., & León, M. (2023). Adaptación a la vida universitaria y resiliencia de estudiantes con capacidades diferentes. *Revista De Investigación Académica Sin Fronteras*, 16(40), 1–14. <https://revistainvestigacionacademicasinfrontera.unison.mx/index.php/RDIASF/articloe/view/588/758>