



RESILIENCE IN FAMILIES AFFECTED BY THE DEATH OF A FAMILY MEMBER DURING THE COVID-19 PANDEMIC.

RESILIENCIA EN FAMILIAS AFECTADAS POR EL FALLECIMIENTO DE UN FAMILIAR DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19.

Ana Cristina Vera Laz,

Carrera de Trabajo Social, Facultad de Ciencias Sociales y Humanísticas, Universidad Técnica de Manabí.

avera7283@utm.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-4144-958X>

Dra. Mónica María Arteaga Linzán PhD.

Carrera de Trabajo Social. Facultad de Ciencias Sociales y Humanísticas. Universidad Técnica de Manabí.

monica.arteaga@utm.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-5799-6046>

Fechas de:

Recepción: 14-jun-2021 Aceptación: 14-jul-2021 Publicación: 15-sep-2021

ORCID DE LA REVISTA <https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>

<http://www.mqrinvestigar.com/>

Resumen

La resiliencia es considerada un factor fundamental en la vida de todas las personas siendo utilizada en la actualidad como un instrumento para la superación de las adversidades que el ser humano en muchas ocasiones debe afrontar, en este caso direccionada a la aparición y repercusiones del COVID-19, es por ello que el presente artículo tiene el propósito de determinar el nivel de resiliencia en las familias de la comunidad “El Milagro” de la parroquia Picoazá del cantón Portoviejo - Manabí, afectadas por el fallecimiento de un familiar durante la pandemia del COVID-19. Este es un estudio de tipo cuantitativo pues se requiere obtener una visión general de la situación problema, ya que se aplicó como herramienta de recolección de datos el test SV-RES con el cual se midió el nivel de resiliencia en los sujetos de estudio, adicional se presenta una metodología de tipo descriptiva-

analítica con un enfoque cuantitativo, empleando el método estadístico análisis de los datos. Como resultado se obtuvo que las familias objeto de estudio han logrado en un gran porcentaje recuperar sus estilos de vidas posterior a el fallecimiento de sus familiares a causa del Covid-19, demostrando un alto nivel de resiliencia al momento de afrontar estas adversidades, sin embargo, también se presentan ciertas familias con un bajo nivel de resiliencia, demostrando que no han podido recuperarse desde la perdida de sus familiares.

Palabra clave

Resiliencia, emergencia sanitaria, fallecimiento, pandemia Covid-19, bioseguridad.

Abstract

Resilience is considered a fundamental factor in the lives of all people and is currently used as an instrument for overcoming the adversities that human beings must face on many occasions, in this case directed to the appearance and repercussions of COVID-19, which is why this article aims to determine the level of resilience in the families of the "El Milagro" community of the Picoazá of Portoviejo - Manabí, affected by the death of a family member during the COVID-19 pandemic. This is a quantitative study because it is required to obtain an overview of the problem situation, since the SV-RES test was applied as a data collection tool to measure the level of resilience in the subjects of the study, in addition to a descriptive-analytical methodology with a quantitative approach, using the statistical method of data analysis. As a result, it was obtained that the families under study have managed in a large percentage to recover their lifestyles after the death of their relatives due to Covid-19, demonstrating a high level of resilience when facing these adversities, however, there are also certain families with a low level of resilience, showing that they have not been able to recover from the loss of their relatives.

Keywords

Resilience, health emergency, death, Covid-19 pandemic, biosecurity.

Introducción

La presencia del coronavirus SARS-CoV-2, llevó a tomar medidas a la Organización Mundial de la Salud OMS/2020 “declarando una emergencia mundial de salud estimando la proliferación de casos que complica más la situación epidemiológica internacionalmente” (Velavan y Meyer, 2020, p. 279), en este sentido Velásquez afirma que “esta situación que nos ha llevado al clímax de la adversidad con una de las pandemias más grandes de la historia en los últimos 100 años, su repercusión psicológica por la incertidumbre por nuestras vidas y la de nuestros familiares, así como del futuro cuando termine la pandemia” (2020, p. 1).

Para Gómez y Kotliarenco a la resiliencia “se la asume como un proceso de afrontamiento frente a la adversidad o cambio gracias a la activación de recursos propios y el fortalecimiento de factores protectores (2010, p. 120). Lo cual no solo se atribuye a modelos individuales de enfrentamiento ante las adversidades, sino que puede contextualizarse en familias y comunidades. De modo que el concepto de resiliencia familiar se puede definir según Jiménez et al., como “los procesos de reorganización de significados y comportamientos, y los de procesos de superación y adaptación, que tienen lugar en la familia como unidad funcional” (2019, p. 122).

Para la cultura latina, la familia es un elemento de suma importancia dentro de la sociedad, esta es considerada como el pilar fundamental para motivar el aprendizaje y posterior desarrollo de los seres humanos, el papel que desempeña la familia es muy importante, según la Organización de las Naciones Unidas (2015) que la define como “una sociedad natural, que existe antes que el Estado o cualquier otra comunidad, y que posee derechos propios e inalienables” (p.2), por lo tanto, es claro que la familia juega un papel importante dentro del desarrollo de todo individuo lo que beneficia a la sociedad.

Lo mencionado confirma que la familia existe desde épocas prehistóricas, donde los primeros seres pensantes iniciaron sus travesías en grupo y decidieron aplicar técnicas de agricultura y caza para su supervivencia, por lo consiguiente fortalecer la protección a sus

integrantes, generando un lazo de afecto que se ha fortalecido y sigue latente hoy en día dentro de los hogares. La familia es el sitio donde se localizan diversas generaciones ayudándose a crecer en la solidaridad, el compromiso, y donde se aprende a armonizar los derechos individuales con las demás exigencias de la vida social.

La resiliencia y la importancia del entorno familiar en el momento en que se dan perdidas familiares a causa de la pandemia de la Covid-19, por lo que para analizar ésta problemática se determinará cuál es el nivel de resiliencia en las familias de la comunidad “El Milagro” de parroquia Picoazá del cantón Portoviejo, Manabí, afectadas por el fallecimiento de un familiar durante la pandemia del COVID-19. Mediante la descripción y análisis, empleo del método estadístico, así como el uso de la escala SV-RES con el cual se midió el nivel de resiliencia en los sujetos de estudio.

Desarrollo

El rol del profesional en Trabajo Social, se destaca en este grupo interdisciplinario de profesionales de gran importancia para la sociedad, dado que éste se caracteriza por la detección y prevención de cualquier tipo de problema que pueda afectar la integridad de las personas, en este caso de los familiares de personas fallecidas a causa de la Covid-19. El Trabajador Social “está orientado a superar los obstáculos que impiden avanzar en el desarrollo humano y en la mejora de la calidad de vida de la ciudadanía” (Falla, 2016, p. 363). En definitiva, el trabajo social es una disciplina importante, debido a que se encarga de ayudar a las personas que se encuentran desprotegidas en la sociedad ayudándola a elevar su autoestima y alcanzar el éxito en su vida, es ahí donde se desarrolla la resiliencia como herramienta de superación personal a la cual todos tenemos acceso.

Ruiz et al., manifiesta que la resiliencia “es una actitud vital positiva a pesar de las circunstancias difíciles y representa el lado positivo de la salud mental. Consiste también en saber aprender de la derrota y transformarla en oportunidad de desarrollo personal” (2017, p.133).

De acuerdo con lo expresado por, Reche et al., (2020) establecen que esta es una virtud dirigida a superar y adaptarte a momentos adversos o que causan a las personas tristeza, con la confianza de que se saldrá adelante a pesar de todo. En definitiva, la resiliencia es una forma de autonomía y superación, la cual se logra fortaleciendo aspectos psicológicos de los seres humanos de superar los problemas que se presenten en el camino. Una herramienta que convierte a una persona afligida y preocupada por sus problemas en una persona con mente abierta y en lugar de pensar en sus problemas, reflexiona las soluciones que puede encontrarle al mismo, la persona resiliente posee varias características, a criterio de ciertos autores estas son:

Tienes inteligencia emocional, es decir, conoces tus emociones y sabes manejarlas, pero también puedes identificar y comprender las emociones ajenas; tu autoconocimiento es muy desarrollado: eres consciente de tus capacidades y límites; eso te permite plantearte objetivos realistas; eres tolerante y flexible ante los cambios, pues sabes que muchas veces son inevitables. Gracias a ello, afrontas los problemas con mayor confianza y creatividad; eres optimista y ves a los obstáculos como oportunidades para aprender y crecer en todo sentido; te sientes dueño(a) de tu destino, por lo tanto, tienes iniciativa, paciencia y perseverancia para lograr lo que te propones; sabes comunicar tus inquietudes para sentirte comprendido y reconfortado, sin dejar que tu ego interfiera; buscas rodearte de gente con varias de estas características, puesto que formar un equipo de personas resiliente es fundamental para cumplir proyectos en común. (Navea y Tamayo, 2018, p. 212)

Ante lo expuesto cabe destacar que el cumplimiento de estas características es importante para que un individuo alcance la resiliencia, sin embargo, dependiendo de la situación estas pueden variar, por lo que su aplicación no es constante al momento de alcanzar un pensamiento resiliente y aplicarlo en el diario vivir.

Es pertinente resaltar y tomar en consideración el criterio de Santos (2013), quien en su libro titulado “*Levantarse y luchar*”, resalta:

La introspección, siendo la capacidad de conocerse a sí mismo y darse una respuesta honesta en relación al mundo exterior, *la motivación esencial*, definida como la

capacidad de darle sentido a la vida creando su propio proyecto transcendente, *la autorregulación emocional*, ayudando a confrontar momentos de nerviosismo sin dejar victimas como parte de la vida, debilitando la respuesta al estrés, el hecho de *no admitir en tu vida las quejas*, las cuales son consideradas improductivas y degeneran la calidad de la personalidad, también es importante enfocarse en el área de influencia en vez de en el área de preocupación para eliminar cuanto antes los conflictos, aprende a sonreír y manejar la comunicación assertiva y no violenta ante los conflictos, *no dejarse invadir por la inmediatez*, lo que es el hecho de vivir pendiente de los mensajes va en detrimento de la calidad de vida personal y laboral, crea un espacio de paz donde poder pensar y recuperar tus coordenadas vitales ante la prisa y el estrés, *evita las discusiones mediante inteligencia emocional*, inteligencia para saber a dónde voy y empatía para entender al otro, *mantén la forma física*, alimentación sana, sueño adecuado y hacer ejercicio con regularidad. (p.113)

Estos criterios de estimada jerarquía también son considerados por la Organización de las Naciones Unidas (2015) cuando expresa que: “la familia se ha transformado en el núcleo de estabilidad para sus miembros con problemas de paro, enfermedad, marginalidad o dependencia, amortiguando los efectos dramáticos que dichos problemas ocasionan” (p.3). La familia de hoy en día se ha convertido en un núcleo fundamental dentro de la sociedad, convirtiéndose en un apoyo constante para cualquiera de sus miembros que por algún motivo esté pasando por un momento difícil como el que se da en la actualidad.

La estructura de las familias son diversas, esto depende del número de personas que la componen y de acuerdo a esto cumplen diversas funciones, “la naturaleza de la estructura familiar está determinada por la naturaleza de las condiciones sociales e históricas; la desigualdad de las mujeres en la sociedad conduce a su desigualdad en la familia, la jerarquía de las relaciones en la sociedad conduce a la de las relaciones en la familia” (Benítez, 2017, p.59). Por lo tanto, queda claro que la familia es determinada y estructurada por la misma sociedad, la cual inculca a sus integrantes creencias históricas de desigualdad entre géneros femeninos y masculinos.

Por la condición y estructura de la familia es que los contagios se han dado de forma desmedida pues la interacción entre sus miembros ha permitido que otra familia integre este círculo como la de los coronavirus formada por una “única cadena de ARN de polaridad positiva con aspecto de corona la cual se puede apreciar por medio de un microscopio electrónico debido a la presencia de glucoproteínas de pico en la envoltura, este pertenece a la categoría beta CoVs en el mismo subgénero que el virus del síndrome respiratorio agudo severo (SARS), así como varios coronavirus de murciélagos” (Peña y Rincón, 2020, p. 84).

Los autores Otoya et al. (2020) creen que la forma de contagio es equivalente a la influenza, el virus es capaz de transmitirse en forma de gotas que se eliminan al toser, estornudar o hablar y pueden contagiar a otra persona al instante en que se encuentra con las mucosas. Este virus es capaz de desplazarse hasta dos metros por el aire, lo cual evidencia la importancia del distanciamiento social y la aplicación de medidas de protección como mascarilla, uso de visor y aplicación de alcohol en las manos constante.

Con la aparición del Covid-19 en Ecuador, los sectores evidentemente más afectados del país son el económico, social, sanitario y educativo; dentro del aspecto económico miles de familias atraviesan duros momentos al no contar con dinero para poder sobrevivir a diario, debido a la disminución de capital que ingresa al país por la paralización de un sinnúmero de actividades comerciales, lo cual ha provocado que los niveles de desempleo se eleven de una manera nunca antes vista. Según Asesoramiento Estratégico (2020) 1 millón de personas que se reportaron como desempleados, llegando a una tasa de desempleo del 13.3% entre mayo y junio de 2020, la cifra más alta desde 2007, y una cifra de 9.5 puntos porcentuales por encima del 3.8 % de diciembre del año pasado.

En cuanto al aspecto de la salud, el Covid-19 provocó una emergencia sanitaria nunca antes vista a nivel nacional y no se diga a escala internacional, con cerca de 14.459 fallecidos confirmados por Covid-19 hasta la fecha según el Ministerio de Salud Pública (2021). Esto debido en gran mayoría a la falta de aplicación de los protocolos de seguridad establecidos.

Dentro de las estadísticas que el Ministerio de Salud Pública exponen a diario aspectos relevantes sobre los ciudadanos afectados por éste virus, entre los que se encuentran: la mortalidad, los casos con alta hospitalaria, personas infectadas, entre otras. Por lo tanto, es importante conocer estos aspectos de acuerdo a la siguiente tabla:

Tabla 1

Situación Nacional Por Covid-19 al 20 de junio del 2021

Casos Confirmados por pruebas PCR	Pacientes Recuperados	Fallecidos	Total Casos Descartados	Casos con alta hospitalaria	Hospitalizados
446.441	415.508	Confirmados por Covid-19: 15.705 Probables: 5.590 Total: 21.293	999.667	47.474	Estables: 652 Pronóstico Reservado: 456

Elaborado por: Ministerio de Salud Pública del Ecuador.

Fuente: <https://www.gestionderiesgos.gob.ec/wp-content/uploads/2021/06/INFOGRAFIA-NACIONALCOVID19-COE-NACIONAL-08h00-20062021-1.pdf>

Como se puede apreciar los datos determinan la magnitud de la afectación del Covid-19 a la población ecuatoriana, que sigue causando el aumento de fallecidos, y número de contagiados que hasta la actualidad son tratados en diferentes casas de salud, los cuales van en aumento a medida que las personas se contagian a causa de la mala aplicación de los protocolos, medidas de seguridad y bioseguridad establecidas por el gobierno nacional a través del Centro de Operaciones de Emergencias (COE). Por lo que es importante implementar procesos resilientes que nos permitan crecer y superar la pandemia siendo mejores seres humanos fortaleciendo los valores y principios en todos nuestros actos.

Metodología

El presente estudio se centró en una investigación de tipo descriptivo-analítico con un enfoque cuantitativo, empleando el método estadístico, además se consideró factible

emplear la escala SV-RES propuesta por Saavedra y Villalta (2008), que consta de 60 ítems, siendo este un instrumento que permitió establecer el nivel de resiliencia, además de conocer los factores específicos que lo conforman.

La población objeto de estudio estuvo constituida por 15 familias de la comunidad “El Milagro” de parroquia Picoazá del cantón Portoviejo, Manabí, a los cuales se aplicó una encuesta para conseguir el objetivo de la investigación.

Resultados

Se aplicó la escala de resiliencia SV-RES la cual exhibe aspectos conocidos como “yo soy- yo estoy; yo tengo; y yo puedo” a los representantes de las 15 familias de la comunidad “El Milagro” de la parroquia Picoazá del cantón Portoviejo, a continuación, se detallan los resultados obtenidos:

Tabla 2

Yo soy, yo estoy

Orden	Alternativa	F	%
A	Autoestima	5	33%
B	Optimismo	3	20%
C	Seguridad	3	20%
D	Metas de vida	4	27%
Total		15	100%

Fuente: Familias de la comunidad “El Milagro”.

Elaboración: Vera (2021)

En la tabla 1, se evidencia que dentro del aspecto relacionado al “Yo soy, yo estoy” el 33% de los encuestados demuestran tener autoestima, el 20% son optimistas pero reflejan una baja autoestima, un 20% presenta seguridad en sus actividades diarias y el 27% afirma aún tener metas en la vida.

Tabla 3

Yo tengo.

Orden	Alternativa	F	%
A	Problemas personales	3	20%
B	Relaciones afectivas	6	40%
C	Apoyo familiar	4	27%
D	Satisfacción personal	2	13%
Total		15	100%

Fuente: Familias de la comunidad “El Milagro”.

Elaboración: Vera (2021)

Según la tabla 2, desde el aspecto “Yo tengo” el 40% de los encuestados mencionan que poseen relaciones afectivas con amigos y familiares, el 27% alega tener apoyo familiar en tiempos de crisis, el 20% tiene problemas personales por diversas situaciones y finalmente el 13% afirma tener satisfacción personal.

Tabla 4

Yo Puedo.

Orden	Alternativa	F	%
A	Expresar mis emociones	5	33.5%
B	Superar dificultades	5	33.5%
C	Aportar con otros para mejorar la vida comunitaria	3	20%

D	Solucionar mis problemas	2	13%
	Total	15	100%

Fuente: Familias de la comunidad “El Milagro”.

Elaboración: Vera (2021)

Según la tabla 3, en consideración al “Yo puedo” el 33.5% de las personas afirman que pueden superar sus dificultades de manera satisfactoria, el 20% afirma que puede aportar con otros para mejorar la vida comunitaria de manera parcial, finalmente un 13% menciona que puede solucionar sus problemas, pero no de la manera adecuada.

Discusión de los resultados

Se considera satisfactorio que un porcentaje representativo de las familias han logrado superar las repercusiones que dejó el fallecimiento de sus familiares de manera adecuada, en este sentido, Ornella (2016) afirma que “en los casos de muerte, la persona en duelo debe luchar contra diversas experiencias estresantes, como la soledad, la búsqueda de nuevas relaciones, la administración del dinero o el cuidado de los hijos, por lo que siempre se necesita ayuda de personas cercanas” (2016, p. 178).

Queda demostrado de esta manera que el apoyo de los familiares o personas cercanas es fundamental para poder superar este tipo de momentos traumáticos, sin embargo, ¿qué sucede cuando es una muerte inesperada?, como muchas de las que sucedieron durante el Covid-19, “las muertes inesperadas provocan una emoción fuerte para los familiares, debido a que dejan poco tiempo para que estos adviertan y comprendan la magnitud de la pérdida” (Rico, 2017, p.1111), esta magnitud es capaz de dejar a una persona en estado de shock del cuál es muy difícil salir sin el apoyo adecuado ya sea de familiares o de sus amigos cercanos, quienes por lo general se hacen presentes en estos momentos.

Oliveira et al. (2020) afirma que la estructura familiar, la calidad de la comunicación y el desarrollo de las personas que componen el círculo cercano son factores que se deben tomar en cuenta y los cuales pueden favorecer o entorpecer el desarrollo del duelo, es así como la autonomía se convierte en un factor muy importante para poder llegar a la

resiliencia debido a que esta “se relaciona con la búsqueda de soluciones sin tener en cuenta la red de apoyo o profesionales” (Yana, 2018, p.51), por lo tanto, la resiliencia es una herramienta que ha ayudado a estas personas a superar sus problemas causados a causa del Covid-19.

Conclusiones

Respecto a las familias investigadas en la comunidad “El Milagro” de la parroquia Picoazá de Portoviejo, por medio de la aplicación de la escala SV-RES se encontró que las personas cuenta con el apoyo de familiares cercanos y amigos de la familia, lo cual es fundamental para poder hacer frente a las diversas situaciones que ocurren de manera repentina, en este caso haciendo énfasis en el fallecimiento de un familiar cercano a causa de Covid-19, logrando mantener un autoestima elevado a pesar de la perdida que han tenido.

El hecho de conocer cómo las personas de la comunidad “El Milagro” de la parroquia Picoazá de Portoviejo han logrado afrontar diversas situaciones desde el inicio de la pandemia por Covid-19 es de suma importancia, porque nos brinda una perspectiva general de la situación psico-social de estas personas, la cual evidentemente se ha mantenido estable o en ciertos casos ha recuperado su estabilidad, a pesar de haber sufrido una pérdida irreparable como la del fallecimiento de un padre, madre, hijo o hermano, que los ha dejado en estado de shock y sin saber qué hacer por un periodo de tiempo determinado.

Referencias bibliográficas

- Asesoramiento Estratégico. (2020, 20 de noviembre). Situación Laboral en el Ecuador. Asesoramiento estratégico. <https://actuaria.com.ec/situacion-laboral-ecuador-2020/#:~:text=Sin%20embargo%2C%20las%20cifras%20que,2020%2C%20la%20cifra%20m%C3%A1s%20alta>
- Benítez Pérez, M. E. (2017). La familia: De lo tradicional a lo discutible. *Revista Novedades en Población*. 13(26), 58-68.
- Falla Ramírez, U. (2016). La intervención como forma de poder en el trabajo social. *Revista Tabula Rasa*. 1(24), 349-368.

Gómez E. y Kotliarenco M. A. (2010). Resiliencia familiar: un enfoque de investigación e intervención con familias multiproblemáticas. *Revista de Psicología*. 19 (2), 103-131.
[10.5354/0719-0581.2010.17112](https://doi.org/10.5354/0719-0581.2010.17112)

Jiménez Picón, N., Velasco Sánchez, A. M. y Romero Martín, M. (2019). La resiliencia familiar como activo en salud. In *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*. 42(1), 121-124.
<https://doi.org/10.23938/ASSN.0589>

López, G. y Guaimaro, Y. (2016). El rol de la familia en los procesos de educación y desarrollo humano de los niños y niñas. *Revista IXAYA*. 1.(10), 31-55.

Ministerio de Salud Pública. (2021, 20 de junio). Situación Nacional por Covid-19, Infografía N° 479. <https://www.gestionderiesgos.gob.ec/wp-content/uploads/2021/06/INFOGRAFIA-NACIONALCOVID19-COE-NACIONAL-08h00-20062021-1.pdf>

Navea Martín, A. y Tamayo Hernández, J. A. (2018). Características de la resiliencia familiar en pacientes oncológicos pediátricos: una revisión sistemática. *Psicoonología*. 15(2), 203-216. [10.5209/PSIC.61431](https://doi.org/10.5209/PSIC.61431)

Organización de las Naciones Unidas. (2015,). Informe sobre protección de la familia: contribución de la familia a la realización del derecho a un nivel de vida adecuado para sus miembros, en particular a través del papel que desempeña en la erradicación de la pobreza y en el logro del desarrollo sostenible. 1, 1-4.

Oliveira Cardoso, E., Almeida da Silva, B., Dos Santos, J., Guerrieri Accoroni, A, & Dos Santos, M. (2020). Efectos de la supresión de rituales fúnebres durante la pandemia de COVID-19 en familiares enlutados. *Revista latino americana de enfermería*. 28 (1), 1-9. [10.1590/1518-8345.4519.3361](https://doi.org/10.1590/1518-8345.4519.3361)

Ornela Tavares, P. (2016). Estrategias de afrontamiento y resiliencia en cuidadores primarios con duelo. *Revista de Psicología y Slaud*. 26 (2), 177-184.

Otoya Tono, A. M., García, M., Moncayo Jaramilli, C., Wills, C., y Campos, A. M. (2020). COVID-19: generalidades, comportamiento epidemiológico y medidas adoptadas en medio

de la pandemia en Colombia. Acta otorrinolaringologo. cir. cabeza cuello. e-Boletín (abril): 4-13.

Peña López, B. O. y Rincón Orozco, B. (2020). Generalidades de la pandemia por COVID-19 y su asociación genética con el virus del SARS. Salud UIS; 52(2): 83-86.
<http://dx.doi.org/10.18273/reval.v52n2-2020001>

Reche García, C., Martínez Rodríguez, A., Gómez Díaz, M. y Hernández Morante, J. (2020). Análisis de la resiliencia y dependencia en deportes de combate y otras modalidades deportivas. *Revista Suma Psicológica*, 27 (2), 70-79.

Rico Norma, D. (2017). Cuando muere un ser querido, variables asociadas a la vivencia ante la muerte. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 20 (3), 1003-1123.

Ruiz Román, C., Calderón Almendros, I. y Juárez Pérez, J. (2017). La resiliencia como forma de resistir a la exclusión social: un análisis comparativo de casos. *Revista interuniversitaria de Psicología Social*. 1(29), 129-142. [10.17179/PSRI_2017.29.09](https://doi.org/10.17179/PSRI_2017.29.09)

Saavedra Guajardo, E. y Villalta Paucar, M. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años: Escala de Resiliencia SV-RES. *Revista Liberabit*. 14 (14), 31-40.

Santos, A. (2013). Levantarse y luchar. Cómo superar la adversidad con la resiliencia. 1ra ed. México D.F. México. Editorial Conecta. <https://ilera.com.mx/wp-content/uploads/2020/10/Levantarse-y-luchar.-Como-superar-la-adversidad-con-la-resiliencia-2012.pdf>

Velavan, T., y Meyer, C. (2020). La epidemia de Covid-19. *Revista de Medicina*. 25 (3). 278-280. [10.1111/tmi.13383](https://doi.org/10.1111/tmi.13383)

Velázquez Pérez. L. (2020). La COVID-19: reto para la ciencia mundial. *Anales de la academia de ciencias cubana*. 10 (2). 1-3.
<http://www.revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/763/792>

Yana Fernández, D. (2018). Estrategias de afrontamiento y niveles de resiliencia en madres ante el fallecimiento de un hijo. [Tesis de grado, Universidad Mayor de San Andrés].

<https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/17686/TG-4147.pdf?sequence=1&isAllowed=y>