



Las opiniones expresadas en el artículo son responsabilidad exclusiva de los autores y no necesariamente representan la posición oficial de la USAC y sus miembros.

Resiliencia y experiencias adversas en crisis familiar en adolescentes desde la perspectiva de las neurociencias

Resilience and Adverse Experiences in Family Crisis in Adolescents from the Perspective of Neuroscience

Recibido: 29/08/2023

Aceptado: 30/11/2023

Publicado: 15/07/2024

Ana Maribel Jiménez Texaj

Universidad de San Carlos de Guatemala

jimeneztm@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-3642-1806>

Referencia

Jiménez Texaj, A. M. (2024). Resiliencia y experiencias adversas en crisis familiar en adolescentes desde la perspectiva de las neurociencias. *Revista Académica Sociedad Del Conocimiento Cunuzac*, 4(2), 237–248. <https://doi.org/10.46780/sociedadcunuzac.v4i2.156>

Resumen

PROBLEMA: las situaciones de violencia que una persona puede experimentar a lo largo de su vida ponen en riesgo su integridad física y mental. Según algunos estudios estas experiencias adversas, las personas pueden almacenar información de manera disfuncional en las neuro redes de memoria y generar traumas complejos. Sin embargo, algunas personas desarrollan ciertas capacidades especiales que les ayudan a afrontar desafíos y adversidades, como lo es la resiliencia. **OBJETIVO:** identificar si existe una diferencia en la resiliencia que presenta un grupo de adolescentes que han vivido experiencias y adolescentes que no han vivido experiencias adversas. **MÉTODO:** el estudio es de tipo descriptivo de corte transversal con enfoque hipotético inductivo, se contó con una muestra de 90 adolescentes. **RESULTADOS:** del total de la muestra de 90 adolescentes, 65 de ellos presentan bajo nivel de resiliencia representando un

58.5 % y 25 adolescentes presentan nivel alto de resiliencia representando un 41.5% de la muestra estudiada **CONCLUSIÓN:** el grupo de adolescentes que si vivieron experiencias adversas tiene mayores niveles de resiliencia representado a un 59% del total de la muestra mientras los que no tienen un porcentaje de resiliencia de un 41%. Los adolescentes que en algún momento estuvieron expuesto a experiencias adversas, tienen mayores índices de resiliencia, como una forma de sobrellevar el dolor y como mecanismo de defensa de su sistema nervioso.

Palabras clave

resiliencia, experiencias adversas, adolescencia

Abstract

PROBLEM: The situations of violence that a person may experience throughout his or her life put at risk his or her physical and mental integrity. According to some studies, these adverse experiences, people can store information in a dysfunctional way in the neuro memory networks and generate complex traumas. However, some people develop certain special abilities that help them face challenges and adversities, such as resilience. **OBJECTIVE:** to identify if there is a difference in the resilience presented by a group of adolescents who have lived experiences and adolescents who have not lived adverse experiences. **METHOD:** the study is a descriptive cross-sectional study with a hypothetical inductive approach, with a sample of 90 adolescents. **RESULTS:** of the total sample of 90 adolescents, 65 of them had a low level of resilience representing 58.5% and 25 adolescents had a high level of resilience representing 41.5% of the sample studied. **CONCLUSION:** the group of adolescents who had adverse experiences had higher levels of resilience representing 59% of the total sample while those who had not had a percentage of resilience of 41%. Adolescents who at some point were exposed to adverse experiences have higher rates of resilience, as a way of coping with pain and as a defense mechanism of their nervous system.

Keywords

resilience, adverse experiences, adolescence.

Introducción

La adolescencia es la etapa comprendida entre los diez a doce años y que finaliza aproximadamente entre los dieciocho a veinte años, en la cual se experimenta una transición desde la infancia y culmina cuando el individuo tiene las características de un adulto. En relatividad con una etapa de vida completa, este periodo es corto, sin embargo, la constante maduración del cerebro y sus lóbulos y la intensidad de las emociones puede complicarla. "La adolescencia es: la etapa vital en la que se dejan atrás los comportamientos y la morfología corporal típicos de infancia para adquirir propios de

la adultez” (Bueno, 2022, p.) Almarino (2022), afirma que la adolescencia consiste en la etapa de transición entre la infancia y la adultez y aquí se encontró una dificultad: la definición del corte cronológico en el cual sucede esta transición pues hay dificultad en establecer el rango de edades con exactitud.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud OMS (s.f.), la adolescencia es la fase de la vida que va de la niñez a la edad adulta, ósea desde los diez hasta los diecinueve años. Representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud.

Díaz (2022), indica que existe una necesidad grande de conciencia y comprensión en relación al conocimiento teórico de los principales postulados de la evolución humana psíquica, para poder sobrellevar los cambios de los adolescentes de una manera exitosa y dándoles el apoyo necesario.

La adolescencia es una etapa en el desarrollo del ser humano, sin embargo, esta tiene sus propias divisiones que hacen más fácil identificar los cambios en estos años y también permiten tener una perspectiva más profunda de todas las características. González et al., (2019), afirman que la psicología evolutiva o del desarrollo está relacionada con los cambios graduales y temporales que experimenta el ser humano. (p. 85). Los psicólogos e investigadores han creado a lo largo de la historia las etapas que se describen en conjunto como la psicología evolutiva del adolescente, en las cuales existen edades que abarcan la adolescencia con sus respectivos cambios:

Nevárez & Ochoa (2022) mencionan que las experiencias adversas se refieren a una serie de eventos potencialmente traumáticos en la niñez y adolescencia y para los cuales no se dispone de las herramientas adecuadas para hacerles frente. Están relacionadas con trastornos en la edad adulta, como enfermedades cardíacas, infartos, diabetes y obesidad, así como problemas de salud mental, como depresión y ansiedad.

Herzberg & Gunnar (2020), señalan que la cantidad de eventos adversos experimentados en la infancia y la adolescencia tiene como resultado cierta magnitud grave para el desarrollo, comúnmente la exposición a un tipo de adversidad no tiene el mismo riesgo para todas las personas, sin embargo, la acumulación de estos riesgos si tiene la capacidad de provocar consecuencias graves en la salud mental y física.

Lissauer et al., (2023) en su libro Texto Ilustrado de Pediatría menciona que Las experiencias adversas suelen agruparse en la vida de niños y adolescentes, Quienes han estado expuestos a un

tipo de maltrato corren el riesgo de sufrir otros tipos de padecimientos a lo largo del tiempo, lo que convierte el maltrato en una situación crónica, no en un hecho aislado. Los comportamientos físicos y metales que los adolescentes maltratados corren un mayor riesgo de padecer en la edad adulta incluyen: ser víctima de violencia, depresión, fumar, obesidad, comportamientos sexuales de alto riesgo, embarazos no deseados, consumo de alcohol o drogas.

Considerando esto Ramírez (2021), encontró que los adolescentes que reportan mayor número de ACEs (Experiencias adversas en la infancia y adolescencia), tienden a reportar mayor frecuencia de problemas de salud mental a lo largo de la vida y que por lo menos 70% de esas personas tuvieron un diagnóstico mental realizado por un profesional, que quienes no lo reportan.

La resiliencia es una capacidad humana para superar y sobreponerse a situaciones, circunstancias, o experiencias adversas de su historia de vida, incluyendo la historia prenatal. Esta capacidad humana tiene sus primeras investigaciones en el siglo XX. Las personas resilientes no solo pueden superar todas estas circunstancias difíciles, si no van más allá y explotan su máximo potencial, teniendo otras capacidades como pensamiento racional y buena gestión emocional. Cabe aclarar que la resiliencia se distingue de la adaptación, en general, cuando se presenta en las situaciones que la desadaptación sería lo esperado como señala Hernández, (2019).

Según Coronado (2021), la resiliencia proviene del latín, y tiene su origen en el vocablo *resilio* que significa volver a un estado anterior. Es un término que surge de la física en relación con la resistencia y capacidad de recuperación a su estado anterior, de algunos materiales sometidos a diferentes presiones y fuerzas. Posteriormente este término fue adoptado por las ciencias sociales para describir la capacidad y competencia que presentan algunas personas que, aun viviendo situaciones de vulnerabilidad y riesgo, logran desenvolverse de manera exitosa, recuperándose y sobreponiéndose a las presiones adversas. Flórez y Sánchez, (2019), señalan que las personas que desarrollan esta capacidad tienen ciertas cualidades en común, como el que reciben apoyo de familiares y amigos en situaciones adversas.

Salanova (2022), menciona que existen dos tipos o dos maneras de conceptualizar la resiliencia: Como proceso: señala que se dan tres procesos diferentes que coinciden con las tres ideas fundamentales; la primera sentirse inmune frente a la adversidad y seguir funcionando bien, la segunda es rebotar tras la adversidad y recuperar los niveles previos de bienestar y la tercera que es crecer con la adversidad. Como característica: que da a entender la resiliencia como característica persona o social, haciendo referencia a los drivers de resiliencia, es decir aquellos aspectos personales como emociones positivas, significado, optimismo, autoeficacia o aquellos sociales como

agradecimiento, bondad, etc.

Por otra parte, Cruz (2020), divide los tipos de resiliencia en cuatro: psicológica, emocional, y comunitario, asegurando que cada tipo es útil para diferentes situaciones. Resiliencia psicológica: esta es cuando se es capaz de pensar con claridad, flexibilidad y creatividad, resolver problemas, conceptualizar metas y ejecutar estrategias.

Materiales y métodos

Para medir la resiliencia se utilizó la escala de resiliencia de los autores Wagnild, G. y Young, H. Que tiene como propósito establecer el nivel de resiliencia de los estudiantes y realizar un análisis psicométrico del nivel de resiliencia. Mide 5 dimensiones que son: Satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien estando solo, confianza en sí mismo y perseverancia, además de dar una escala total. Para medir las experiencias adversas se utilizó el Test de experiencias adversas de la autora, Anna Grellert. Que tiene como objetivo identificar la exposición de los niños y adolescentes a experiencias violentas o traumáticas. Mide 3 áreas que son abuso, negligencia y disfunción familiar. también se añadió un área de recolección de datos personales para medir el factor sociodemográfico de la muestra que incluía; edad, genero, etnia y grado.

Para comparar los dos grupos se tabularon datos por medio del programa de Microsoft Excel y se utilizó el método estadístico de la t de Student y se plantearon 6 hipótesis de investigación.

La población constó de un total de 90 estudiantes, de los cuales está repartida en dos grupos. El primer grupo quienes no presentaron experiencias adversas y el segundo grupo quienes presentaron experiencias adversas.

Resultados

Tabla 1

Características sociodemográficas de la población

Distribución por edad	No. de sujetos	Porcentajes
Trece años	33	37%
Catorce años	34	37%
Doce años	17	19%
Quince años	6	7%

Distribución por género	No. de sujetos	Porcentajes
F	47	52%
M	43	48%

Distribución por etnia	No. de sujetos	Porcentajes
Maya	55	61%
Ladino	35	39%

Distribución por nivel de educación	No. de sujetos	Porcentajes
Primero básico	32	36%
Segundo básico	30	33%
Sexto primaria	28	31%

Nota: La siguiente tabla muestra las características sociodemográficas del artículo científico "Resiliencia y experiencias adversas en crisis familiar en adolescentes desde la perspectiva de las neurociencias"

La tabla uno describe la distribución por edades de la muestra, siendo en porcentajes 37% para los jóvenes de 13 años, 37% para los jóvenes de catorce años, un 19% para los jóvenes de doce años y un 7% para los de quince años. Lo cual evidencia que los adolescentes de trece y catorce años fueron los más representativos en cuanto a edades. También deja ver que el 52% fueron adolescentes del género femenino y el 48% del género masculino, con una leve pero mayor participación de mujeres. En cuanto a la distribución por etnia se puede observar un porcentaje del 61% de participación maya y un 39% para la población ladina, por lo cual se evidencia la participación maya. Por último, en cuanto a la distribución por nivel de educación tenemos un 36% para primero básico, un 33% para segundo básico y un 31% para sexto primaria.

Tabla 2

Punteos de resiliencia por dimensiones

Distribución por dimensión	Edad 12 años	Porcentajes
Ecuanimidad	5	29%
Satisfacción personal	3	18%
Sentirse bien solo	3	18%
Perseverancia	3	18%
Confianza	2	11%
Resiliencia	1	6%

Distribución por dimensión	Edad 13 años	Porcentajes
Ecuanimidad	10	30%
Sentirse bien solo	6	18%

Resiliencia	5	16%
Satisfacción personal	5	15%
Confianza	4	12%
Perseverancia	3	9%

Distribución por dimensión	Edad 14 años	Porcentajes
Ecuanimidad	4	29%
Satisfacción personal	6	18%
Sentirse bien solo	8	18%
Perseverancia	6	18%
Confianza	3	11%
Resiliencia	7	6%

Distribución por dimensión	Edad 15 años	Porcentajes
Ecuanimidad	1	16%
Satisfacción personal	1	16%
Sentirse bien solo	1	16%
Perseverancia	1	16%
Confianza	1	16%
Resiliencia	1	16%

Nota: La siguiente tabla muestra los resultados de resiliencia por dimensiones del artículo científico "Resiliencia y experiencias adversas en crisis familiar en adolescentes desde la perspectiva de las neurociencias"

En la tabla número dos se observan los resultados de las áreas que mide el test de resiliencia en escala global y en cada una de sus dimensiones. Comenzando por los adolescentes de 12 años se puede ver que la ecuanimidad obtuvo un 29%, la satisfacción personal 18%, al igual que sentirse bien solo y perseverancia, la confianza representó al 11% y por último en escala global se obtuvo un 1%.

En cuanto a los adolescentes de 13 años se evidencia un mayor porcentaje en la ecuanimidad con un 30%, seguido de sentirse bien solo que representa al 18%, la escala global de resiliencia tiene un 16%, la satisfacción personal un 15%, confianza 12% y por último la perseverancia que representa un 9%.

Los adolescentes de 14 años tienen el mayor porcentaje en ecuanimidad representado por un 29% y seguido por satisfacción personal, sentirse bien solo y perseverancia en un 18%, la confianza equivale al 11% de la muestra total y la resiliencia al 6%. Por último, se puede identificar que los adolescentes de 15 años tienen en todas las áreas un porcentaje igual representado por 16%.

Tabla 3

Punteo por áreas de experiencias adversas

Distribución por área	No. de adolescentes con experiencias adversas	Porcentaje
Disfunción familiar	45	50%
Abuso	31	35%
Negligencia	14	15%

Nota: La siguiente tabla muestra los resultados las áreas de experiencias adversas del artículo científico "Resiliencia y experiencias adversas en crisis familiar en adolescentes desde la perspectiva de las neurociencias".

En la tabla tres se puede identificar que en el total de la muestra de adolescentes experimental experiencias adversas de disfunción familiar con un alto porcentaje del 50%, por otro lado, el abuso cuenta con 35% y las experiencias de negligencia con el 15%.

Discusión

Según los resultados obtenidos se puede observar que si existe una diferencia en las dimensiones de la resiliencia y la resiliencia como factor cuando se compara un grupo de adolescentes que sí estuvieron expuestos a experiencias adversas y un grupo de adolescentes que no estuvieron expuesto a experiencias adversas durante su niñez y adolescencia. Siendo el segundo grupo quien menos niveles de resiliencia presentan. También se pudo analizar que las experiencias adversas que más se viven son las de disfunción familiar con un 50%.

Los resultados difieren a la investigación de Morales (2018), quien elaboró un estudio comparativo sobre la resiliencia entre hombres y mujeres. Concluyó que el grupo de mujeres presenta mayor resiliencia. Sin embargo, la autora no determinó existencia de una diferencia estadísticamente significativa entre los dos grupos en las otras áreas de la Escala (RE). La diferencia radica en que en esta investigación no se encontró una diferencia significativa entre los dos grupos en la escala total.

Los resultados de Sibalde Vanderley(2020), cita en su investigación titulada "Factores relacionados con la resiliencia de adolescentes en contextos de vulnerabilidad social" Son similares a los de esta investigación ya que en ambos casos de midió la resiliencia en presencia de situaciones violentas y

en ambos estudios se demostró que los adolescentes expuestos tienen mayor nivel de resiliencia.

Conclusión

Del total de la muestra de 90 sujetos, 65 de ellos presentan bajo nivel de resiliencia lo cual corresponde al 58.5 % y 25 adolescentes presentan nivel alto de resiliencia que corresponde al 41.5% del total de la muestra estudiada. También se concluye que los adolescentes que en algún momento estuvieron expuesto a más

de tres experiencias adversas o más tienen mayores índices de resiliencia, quizá como una forma de sobrellevar el dolor y como mecanismo de defensa de su sistema nervioso. En cuanto a las situaciones adversas las que más se presentaron en ambos grupos fueron las de disfunción familiar con un 50% y las que menos se presentaron fueron las de abuso 35% y negligencia con un 15%.

Referencias

Almario, J.F. (2022). *Una mirada existencial a la adolescencia*. Manual moderno.

https://books.google.com.gt/books?id=ZFyCEAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=adolescencia&hl=es-419&newbks=1&newbks_redir=0&sa=X&ved=2ahUKEwjVrp-V_paBAxUIRjABHaakCCkQ6AF6BAgBEAI#v=onepage&q=adolescencia&f=false

Bueno, D. (2022). *El cerebro del adolescente: descubre cómo funciona para entenderlos y acompañarlos*.

https://books.google.es/books?hl=es&lr=lang_es&id=wTIOEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=cambios+en+la+adolescencia&ots=jJnCCuUL2e&sig=-8zd0roya_E08ebHEKE7AH9L1QE#v=onepage&q=cambios%20en%20la%20adolescencia&f=false

Coronado, A. (2021). *Resiliencia: como sobreponerse a las presiones y a la adversidad psicosocial*.

Universo letras.

https://books.google.com.gt/books?id=QbZCEAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=resiliencia&hl=es-419&newbks=1&newbks_redir=0&sa=X&ved=2ahUKEwi5s4vvhJyBAxUJfjABHdPrDmMQ6AF6BAgLEAI#v=onepage&q=resiliencia&f=false

Cruz, C. (2020). *Resiliencia: Cómo desarrollar la fuerza mental para superar cualquier situación difícil y vivir una vida mejor*. C.X. Cruz.

https://books.google.com.gt/books?id=WC80EAAAQBAJ&newbks=1&newbks_redir=0&dq=tipos+de+resiliencia&source=gbs_navlinks_s

- Díaz, P. (2022). *Principales planos teóricos de la psicología evolutiva y del desarrollo aplicados a la práctica docente a la pedagogía contemporánea en América Latina*. Revista latina: Ciencia multidisciplinar. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.2105
- Flórez N. y Sánchez Aragón, R. (2019). Optimismo, Resiliencia, Sentido del Humor y la Salud de Personas con Pareja. *Pensando Psicología*, 15(26), 1-24. DOI: <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.02.03>
- González et al. (2019). Atención a la diversidad y pedagogía diferencial. Editorial UNED. https://books.google.com.gt/books?id=GU7EDwAAQBAJ&pg=PT160&dq=etapas+psicosexuales&hl=es-419&newbks=1&newbks_redir=0&sa=X&ved=2ahUKEwiRhoLlobiBAXXBQTABHTLxDbbsQuwV6BAqIEAk#v=onepage&q=etapas%20psicosexuales&f=false
- Hernández (2019). *Resiliencia, diferencia ente estudiantes universitarios y jóvenes trabajadores*. SciELO Scientific Electronic Library Online. <https://doi.org/10.11144/javerianacali.ppsi18-1.rdeu>
- Herzberg, M. P., & Gunnar, M. R. (2020). *Early life stress and brain function: Activity and connectivity associated with processing emotion and reward*. *Neuroimage*, 209. 1-36. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2019.116493>
- Lissauer, T., Bchir, M., & Carroll, W. (2023). *Texto ilustrado de pediatría*. Elsevier Health Sciences. https://books.google.com.gt/books?id=Vx9ZHGEVvUC&printsec=frontcover&dq=texto+ilustrado+de+pediatria&hl=es-419&newbks=1&newbks_redir=0&sa=X&ved=2ahUKEwiUNbcqbiBAXVPQjABHZImCdUQ6AF6BAqEEAI#v=onepage&q=texto%20ilustrado%20de%20pediatria&f=false
- Morales, G. (2018). Resiliencia: estudio comparativo en adolescentes de ambos sexos estudiantes del ciclo básico. Universidad Mariano Gálvez de Guatemala. Guatemala. <https://glifos.umg.edu.gt/opac/record/62958?&query=@biblioteca=@idioma=@material=Tesis@digitalprovider=@sortby=sorttitle@keywords=resiliencia&recnum=13>
- Nevárez, B., & Ochoa G. (2022). *Adaptación del cuestionario de Experiencias Adversas en la Infancia en muestras mexicanas*. *Psicología y Salud* <https://doi.org/10.25009/pys.v32i2.2742>
- Organización Mundial de la salud. (s.f). https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Ramírez, S. (2021). *Experiencias adversas en la niñez: Consecuencias en la salud mental y comportamientos de riesgo*. Pontificia Universidad Católica de Chile. <https://doi.org/10.7764/tesisUC/PSI/63165>

Salanova, M. (2022). *Como me levanto después de caer*. Shackleton Books. https://books.google.es/books?id=PvnIEAAAQBAJ&dq=resiliencia+libros&lr=&hl=es&source=gbs_navlinks_s

Sibalde Vanderley, I. C., Sibalde Vanderley, M. D. A., da Silva Santana, A. D., Scorsolini-Comin, F., Brandão Neto, W., & Meirelles Monteiro, E. M. L. (2020). Factores relacionados con la resiliencia de adolescentes en contextos de vulnerabilidad social: revisión integradora. *Enfermería global*, 19(59), 582-625. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.411311>

Sobre la autora

Ana Maribel Jiménez Texaj

Licenciada en Psicología Clínica, con varios diplomados en violencia en niños y adolescentes, como un diplomado que duró un año en prevención integral de la violencia impartido por CIPREVICA (Centro de investigación para la prevención de la violencia en Centroamérica, diplomado de Orientadoras Legales impartido por CICAM (Centro de investigación, capacitación y apoyo a la mujer).

Actualmente estudiante del cuarto semestre de la maestría en Neurociencias con énfasis en cognición en la Universidad San Carlos de Guatemala.

Declaración de intereses

Declara no tener ningún conflicto de intereses, que puedan haber influido en los resultados obtenidos o las interpretaciones propuestas.

Declaración de consentimiento informado

El estudio se realizó respetando el Código de ética y buenas prácticas editoriales de publicación.

Derechos de autor

Copyright© 2024 Ana Maribel Jimenez Texaj. Este texto está protegido por la [Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional](#).



Usted es libre para compartir, copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato y adaptar el documento, remezclar, transformar y crear a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente, siempre que cumpla la condición de atribución: usted debe reconocer el crédito de una obra de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace.