

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**



**Facultad De Psicología**

**NIVELES DE RESILIENCIA EN MUJERES VÍCTIMAS DE  
VIOLENCIA FAMILIAR BENEFICIARIAS DEL PROGRAMA  
VASO DE LECHE DEL DISTRITO DE LA ENCAÑADA, 2021**

**Autora:**

Vilma Flor Tacilla Llanos.

**Asesora:**

Mg. Ps. Cynthia Daniela Peña Muñoz

**Cajamarca – Perú**

**Mayo – 2021**

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**



**Facultad De Psicología**

**NIVELES DE RESILIENCIA EN MUJERES VÍCTIMAS DE  
VIOLENCIA FAMILIAR BENEFICIARIAS DEL PROGRAMA  
VASO DE LECHE DEL DISTRITO DE LA ENCAÑADA, 2021**

Tesis presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos para optar el título de  
Licenciada en Psicología.

**Bachiller:**

Vilma Flor Tacilla Llanos.

**Asesora:**

Mg. Ps. Cynthia Daniela Peña Muñoz

**Cajamarca – Perú**

**Mayo – 2021**

COPYRIGHT © 2022 by

TACILLA LLANOS VILMA FLOR

Todos los derechos reservados

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO  
FACULTAD DE PSICOLOGIA**

**CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA**

**APROBACION DE TESIS PARA OPTAR POR EL TITULO  
PROFESIONAL**

**“NIVELES DE RESILIENCIA EN MUJERES VÍCTIMAS DE  
VIOLENCIA FAMILIAR BENEFICIARIAS DEL PROGRAMA  
VASO DE LECHE DEL DISTRITO DE LA ENCAÑADA, 2021”**

**Presidente:** Dra. Lucía Milagros Esaine Suárez

**Secretario:** Dra. Luz Esther Chavez Toledo

**Asesor:** Mg. Ps. Cynthia Daniela Peña Muñoz.

**DEDICATORIA:**

*A mis padres Luz y Gonzalo por todo su apoyo y amor  
incondicional durante toda mi formación y mi vida.*

*Vilma*

## **AGRADECIMIENTO:**

A Dios por darme la vida y la salud, a mi querida Universidad por ofrecerme una enseñanza de calidad, también agradezco a mi asesora Mg. Cynthia Daniela Peña Muñoz quien me brindó sus conocimientos y tiempo para realizar esta investigación.

## **RESUMEN:**

La investigación tuvo como objetivo principal determinar el nivel de resiliencia en mujeres víctimas de violencia beneficiarias del programa vaso de leche del distrito de la Encañada, 2021, del mismo modo, se identificó el nivel de resiliencia de acuerdo con el sexo y la dimensión con mayor predominio, por lo que el estudio presentó un tipo de investigación empírico descriptivo con un diseño no experimental de corte transversal, con un muestreo no probabilístico por conveniencia en una muestra que estuvo conformada por 45 mujeres que asisten a un programa de vaso de leche cuyas edades se encontraron entre los 19 y 60 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia, encontrándose que el 62% de las evaluadas presentan nivel bajo de resiliencia, de acuerdo con la edad se observó predominio del grupo etario de 46 a 60 años con nivel bajo de resiliencia con 47% y finalmente la dimensión con mayor predominio fue la dimensión confianza en sí mismo con 24%.

***Palabras clave:*** Resiliencia, mujeres víctimas de violencia familiar.

## **ABSTRACT:**

The main objective of this research was to determine the level of resilience in women victims of violence, beneficiaries of the glass of milk program in the Encañada district, 2021, in the same way, the level of resilience was identified according to sex and the dimension with predominance, so the study presented a type of descriptive empirical research with a non-experimental cross-sectional design, with a non-probabilistic sampling for convenience in a sample made up of 45 women who attend a glass of milk program whose ages were are between 19 and 60 years old to whom the resilience scale was applied, finding that 62% of those evaluated have a low level of resilience, according to age, a predominance of the age group of 46 to 60 years with a high level of resilience was observed. Low resilience with 47% and finally the dimension with the highest prevalence was the self-confidence dimension with 24%.

***Keywords:*** Resilience, women victims of violence.



## ÍNDICE

DEDICATORIA:.....	5
AGRADECIMIENTO:.....	6
RESUMEN:.....	7
ABSTRACT:.....	8
ÍNDICE .....	9
ÍNDICE DE TABLAS.....	12
INTRODUCCIÓN.....	13
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	15
1.1. Planteamiento del problema: .....	16
1.2. Formulación del problema:.....	19
1.3. Justificación:.....	19
1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN: .....	21
1.4.1. <i>Objetivo General:</i> .....	21
1.4.2. <i>Objetivo Específico:</i> .....	22
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO .....	23
2.1. Antecedentes de la Investigación:.....	24
2.1.1. <i>Internacionales:</i> .....	24
2.1.2. <i>Nacional:</i> .....	26

2.1.3. <i>Regional:</i> .....	28
2.2. Bases teóricas:.....	29
2.2.1. <i>Resiliencia:</i> .....	29
2.2.2. <i>Violencia familiar</i> .....	37
2.2.3. <i>Mujer</i> .....	42
2.2.4. <i>Programa de vaso de leche:</i> .....	44
2.2.5. <i>Distrito de La Encañada:</i> .....	46
2.3. Definición de términos básicos:.....	48
2.3.1. <i>Resiliencia:</i> .....	48
2.4. Definición operacional de variables: .....	48
CAPÍTULO III: MÉTODO DE INVESTIGACIÓN.....	50
3.1. Tipo de investigación:.....	51
3.1. Diseño de investigación:.....	51
3.2. Población, muestra y unidad de análisis: .....	51
Criterios de Inclusión:.....	51
Criterios de Exclusión:.....	52
3.3. Instrumento de recolección de datos:.....	53
3.4. Procedimiento de recolección de datos:.....	54
3.5. Análisis de datos: .....	55

3.6. Consideraciones éticas:.....	55
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....	57
4.1. Análisis de Resultados:.....	58
4.2. Discusión de resultados: .....	60
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	63
Conclusiones:.....	64
Recomendaciones: .....	65
Referencias: .....	66
ANEXOS .....	73
ANEXO A: .....	74
ANEXO B:.....	76
ANEXO C:.....	77
ANEXO D: .....	78
ANEXO E.....	81
ANEXO F.....	82

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de las variables de estudio .....	49
Tabla 2 Datos sociodemográficos de las mujeres que asisten a un programa de vaso de leche – La Encañada.....	52
Tabla 3 Estadísticas de fiabilidad de la Escala de resiliencia .....	54
Tabla 4 Nivel de resiliencia en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche de La Encañada .....	58
Tabla 5 Nivel de las dimensiones de la resiliencia en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche – La Encañada.....	59
Tabla 6 Nivel de resiliencia de acuerdo con el sexo en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche – La Encañada .....	60

## INTRODUCCIÓN

La violencia existe desde los albores de la humanidad y hoy en día sigue siendo parte de la historia, el problema es prominente tanto a nivel urbano como rural, obviamente con estadísticas diferentes, este problema lo viven todos la constante cantidad de días, independientemente de la edad, género, raza o condición social, trae todo tipo de daños psicológicos y físicos a quienes viven en él, también es necesario mencionar que este problema existe tanto para hombres como para mujeres. Por organizaciones y encuestas, se puede observar que una mayor proporción de mujeres son atendidas en casos de violencia.

Por lo tanto, este problema perjudica el desarrollo humano, pero algunas mujeres logran superar esta adversidad y recuperar su calidad de vida.

Por ello, se desarrolló la presente investigación que tiene como objetivo principal determinar el nivel de resiliencia en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche, la cual se divide en las siguientes partes:

Dentro del Capítulo I se expone el planteamiento del problema, los objetivos tanto general como específicos y la justificación.

Dentro del Capítulo II se exponen los antecedentes importantes dentro de los ámbitos: internacionales, nacionales y locales, la fundamentación teórica y definición de términos básicos, hipótesis y la matriz de operacionalización.

Dentro del Capítulo III se detalla lo concerniente al tipo y diseño de la investigación, los instrumentos utilizados, la población, muestra, unidad de análisis y el procedimiento de recolección y análisis de datos.

Dentro del Capítulo IV se detalla el análisis y discusión de resultados, se muestran los resultados y la discusión de estos teniendo en cuenta los objetivos, antecedentes y fundamentación teórica.

Finalmente, dentro del Capítulo V se exponen las conclusiones y recomendaciones generales para la investigación.

## **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Planteamiento del problema:**

La violencia contra la mujer es una problemática social, la cual está presente desde los inicios de la humanidad y en la actualidad sigue siendo parte de la historia, dicha problemática resalta tanto en nivel urbano y rural, obviamente con estadísticas distintas. Como lo señalan Yépez y Mondragón (2010) que la violencia es un problema de carácter psicosocial, que se encuentra a nivel mundial, de manera encubierta o directa. Dicho problema es una constante que se vive cada día sin distinguir edad, sexo, raza o condición social, que trae diversas lesiones tanto psicológicas como físicas, para la persona que la vive.

Es así, que la Organización Panamericana de la Salud (OPS, *s/f*) define a la violencia como; el uso intencionado de la fuerza física o el poder real o como amenaza contra los demás, hacia sí mismo, o comunidad; donde a consecuencia puede traer daños psicológicos, lesiones, la muerte, privación o un mal desarrollo.

Así mismo, Oliva et al. (2008) señalan que se considera violencia contra la mujer a todo acto que causa sometimiento, por lo que la víctima no logra ni puede desligarse del agresor ya sea por vínculos afectivos, situaciones legales o factores sociales, por lo que se generan diversos padecimientos mentales.

Al respecto, el Instituto Nacional de estadística e informática (INEI, 2020) menciona que el 38% de las mujeres peruanas han padecido violencia conyugal por lo menos una vez en su vida por parte de su pareja o su ex pareja, siendo de este total, el 82% residentes en la zona rural y el 18% en la zona urbana del Perú. Del mismo modo,



a nivel de Cajamarca, el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP, 2020) menciona que se reportaron 157 625 casos de violencia conyugal en los centros de emergencia mujer, en mujeres cuyas edades se encuentran entre los 22 a 46 años.

Así también, es una problemática que cada año incrementa, esto repercute o perjudica los diferentes ámbitos de la persona que lo está viviendo. Así mismo, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) señala que la violencia empieza a desarrollarse en edades tempranas, donde los agresores están dentro de su núcleo más cercano, de igual forma, refiere que, cerca de 736 millones de mujeres (es decir, una de cada tres) sufren violencia física o sexual, ya sea por un compañero íntimo o agresiones sexuales perpetradas por otras personas, mencionando que estas cifras se han mantenido estables a lo largo del decenio más reciente.

Vale mencionar que dicha problemática está presente tanto en el hombre como en la mujer, sin embargo, según las organizaciones e investigaciones se puede evidenciar que el porcentaje de casos atendidos de violencia, es mayor hacia el sexo femenino a diferencia del sexo masculino, ya que, de acuerdo a los datos del Centro de Emergencia Mujer (CEM) se observa que entre los meses de enero a julio del presente año, han logrado atender 93, 191 casos de violencia contra las mujeres, incluidos los casos de violencia a los miembros del grupo familiar, en el cual señala que 79, 800 (85,6%) casos corresponden a mujeres y tan solo el 13, 391 (14,4%) corresponden a hombres, de la misma forma señala que; según al año anterior y los casos registrados en los mismo meses, hay un incremento de un 83,9% para este año en los casos de violencia contra las mujeres, integrantes del grupo familiar y violencia sexual atendidos

por los CEM (Como se citó en el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables [MIMP], 2021).

Así mismo, de acuerdo a las estadísticas del Programa Nacional AURORA del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP, 2021) señala que entre los meses de enero a noviembre se atendieron 59, 498 casos de violencia física, de los cuales un 86.0% de las víctimas son mujeres; mientras que 20, 542 casos pertenecen a violencia sexual, donde el 94.6% de víctimas son mujeres; mientras que casos de violencia Psicológica se atendieron 70, 076 casos, de los cuales un 83.3% son mujeres.

Como estamos observando desde el inicio de humanidad y en la actualidad la violencia sigue arrasando dentro de la sociedad, de esta manera Krug et al. (2013) exponen que la violencia, sea cual sea su tipo, se ha convertido en un arma de dominio, control y poder a nivel mundial, ya que esto también se puede evidenciar, en las guerras y conquistas de las diversas ciudades.

De tal sentido, como lo manifiestan Ágames y Rodriguez (2021) que a pesar de los esfuerzos de diversas organizaciones y la existencia de marcos normativos en contra de la violencia contra la mujer, en la actualidad las mujeres permanecen siendo víctimas de diversas formas de violencia, lo cual indudablemente margina y quita calidad de vida a la mujer.

Entonces esta problemática perjudica el desarrollo de la persona, pero hay mujeres que logran superar dicha adversidad y recuperar su calidad de vida. Como lo manifiestan Oliva et al. (2008) que existen mujeres que han logrado apartarse del

entorno violento, superando estos eventos y transformándolos en una experiencia de cambio, dicha capacidad se denomina resiliencia.

Es así que, Wagnild y Young (1993) indican que la resiliencia es el rasgo de personalidad del sujeto que le permiten superar situaciones dolorosas o estresantes haciéndolo salir airoso de las mismas.

En consecuencia, se considera necesario el estudio sobre los niveles de resiliencia, en mujeres víctimas de violencia, ya que como, se menciona anteriormente la resiliencia es una habilidad poderosa, en algunas mujeres que presentan dicha adversidad o experiencia negativa, ya que tienen la fortaleza para salir de ello, así potenciarse en su vida positivamente, es por eso, que se plantea la siguiente pregunta de investigación.

## **1.2. Formulación del problema:**

¿Cuáles son los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia familiar beneficiarias del programa vaso de leche del distrito de la Encañada, 2021?

## **1.3. Justificación:**

Este estudio es importante porque nos ayudará a identificar y comprender el dilema si las mujeres víctimas de violencia, muestran un nivel bajo o alto de resiliencia en la población que se pretende estudiar. Así también, se realizará con la finalidad de cubrir el vacío existente dentro del conocimiento científico a nivel de Cajamarca, sobre los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia.

Como ya se sabe la violencia es una problemática que desde los inicios de la humanidad, y en la actualidad existe, inclusive sigue incrementando, ya que de acuerdo al reporte del INEI (2020) el 38% de las mujeres del Perú han sido víctimas de violencia por lo menos una vez en su vida por parte de su pareja o ex pareja, asimismo, a nivel local en la región de Cajamarca se han reportado más de 150 mil casos de violencia conyugal, cifras que causan alarma dentro de la población. De igual forma, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) señala que la violencia empieza a desarrollarse en edades tempranas, donde los agresores están dentro de su núcleo más cercano, de igual forma, refiere que, cerca de 736 millones de mujeres (es decir, una de cada tres) sufren violencia física o sexual, ya sea por un compañero íntimo o agresiones sexuales perpetradas por otras personas, así también, refiere que estas cifras se han mantenido estables a lo largo del decenio más reciente.

Es una problemática mundial, tanto en la zona rural y urbana, con diferentes porcentajes de violencia contra la mujer, además tiene consecuencias lamentables, dentro de ella el feminicidio, baja autoestima, depresión, ansiedad, problemas alimenticios, problemas del sueño, moretones, fracturas físicas, así mismo suelen salir lastimados, ya sea física o psicológicamente los terceros, que pueden ser sus hijos, entre otros. Sin embargo, estudios muestran que, existen mujeres que han desarrollado un alto nivel de resiliencia, a pesar de vivir estas experiencias traumáticas y desfavorables para una buena calidad de vida, dicho fortaleza, les ha ayudado a distanciarse de su agresor y convertir la mala experiencia en un impulso para mejorar su calidad de vida.

Por ello, se ha creído conveniente plantear el presente estudio de investigación con la finalidad de determinar los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia que asisten a un vaso de leche del distrito de La Encañada. De este modo, el estudio justifica su importancia, ya que desde el plano teórico permitirá presentar teorías actualizadas sobre resiliencia y violencia en la ciudad de Cajamarca, permitiendo conocer las características que presentan, asimismo, desde el plano metodológico mediante la presentación de datos y resultados el estudio servirá como fuente de futuros estudios, sirviendo como antecedente para aplicarlo en muestras de mayor tamaño, así también, permitirá cubrir el vacío existente dentro del campo científico en el distrito de La Encañada, donde se han realizado estudios sobre niveles de resiliencia en población adolescentes.

Finalmente, desde plano social, el estudio permitirá mejorar la calidad de vida de las víctimas de violencia, a través de la implementación de programas que permitan fortalecer sus capacidades ante los eventos que generen dolor y estrés logrando mejorar su estima personal y calidad de vida.

#### **1.4.OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN:**

##### ***1.4.1. Objetivo General:***

- Determinar el nivel de resiliencia en mujeres víctimas de violencia familiar beneficiarias del programa vaso de leche del distrito de la Encañada, 2021.

**1.4.2. Objetivo Específico:**

- Identificar la dimensión con predominio de la Escala de Resiliencia en mujeres víctimas de violencia beneficiarias del programa vaso de leche del distrito de la Encañada, 2021
- Identificar los niveles de resiliencia de las mujeres víctimas de violencia familiar beneficiarias del vaso de leche de la Encañada de acuerdo a la edad.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

## **2.1. Antecedentes de la Investigación:**

### **2.1.1. Internacionales:**

Ortiz Cáceres (2021) desarrolló un estudio titulado niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia sexual, con el objetivo de aportar conocimiento teórico-empírico en relación a los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia sexual. El tipo de investigación fue cuantitativa con alcances de tipo descriptivo, con diseño no experimental. Vale mencionar que la muestra estaba compuesta por 50 mujeres que se encontraban con tratamiento retrovirales y además presentaban terapias psicológicas post agresión sexual. Para recoger la información se utilizó la Escala de Resiliencia SV-RES la cual consta de 60 ítems, en los principales resultados se muestra que el 58% de las evaluadas presentan nivel bajo de resiliencia, asimismo, de acuerdo con el grupo de edad se indica que el grupo etario de 45 a 60 años presenta nivel bajo de resiliencia con 59%, finalmente, de acuerdo con la dimensión con mayor predominio de la resiliencia se muestra que es la dimensión confianza en sí mismo con 39%.

Garcés y Olmedilla (2020) realizó una investigación en España, con la finalidad de identificar los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género, por lo que la investigación presentó un tipo descriptivo con un diseño no experimental, con una muestra de 119 mujeres, cuyas edades se encontraban entre los 25 y 55 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, dando como resultado que el 47% de las evaluadas presentan nivel bajo de resiliencia, de igual forma, se muestra



que las evaluadas del grupo de edad de 35 a 55 años presentan mayores niveles de resiliencia.

Cordero y Teyes (2020) realizaron una investigación en Venezuela con la finalidad de determinar los niveles de resiliencia en mujeres en situación de violencia doméstica, por lo que la investigación presentó un tipo descriptivo, con un diseño no experimental, con una muestra de 159 mujeres víctimas de violencia doméstica, a las que se evaluó mediante la aplicación de la escala de resiliencia de Wagnild y Young obteniendo como resultado que el 54% de las mujeres evaluadas presentan nivel alto de resiliencia. Finalmente, no se presentaron diferencias significativas de acuerdo a la edad.

Carolingia (2019) realizó una investigación en Guatemala, con la finalidad de identificar los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género, por lo que la investigación presentó un tipo descriptivo con un diseño no experimental, con una muestra de 6 mujeres, cuyas edades se encontraban entre los 34 y 52 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, indicando que el nivel de resiliencia es medio con 59%, asimismo, se evidencia que el grupo que refiere residir en la zona urbana presenta nivel alto de resiliencia con 54% mientras que el grupo que refiere residir en la zona rural presenta nivel bajo de resiliencia con 46%.

Estrada y Toro (2019) realizó una investigación en Colombia, con la finalidad de identificar los niveles de resiliencia en mujeres maltratadas, por lo que la

investigación presentó un tipo descriptivo con un diseño no experimental, con una muestra de 100 mujeres cuyas edades se encontraban entre los 23 y 65 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, en donde se encontró que el nivel de resiliencia es alto con 60%, finalmente, se identificó que el nivel de las dimensiones de la resiliencia es alto.

### **2.1.2. Nacional:**

Ramos y Yucra (2021) realizó una investigación en Arequipa, con la finalidad de determinar la relación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento en madres, por lo que la investigación presentó un tipo descriptivo con un diseño no experimental, con una muestra de 105 mujeres cuyas edades se encontraban entre los 25 y 50 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young y el cuestionario Cope, mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, donde se encontró que existe correlación directa entre resiliencia y estrategias de afrontamiento ( $r = ,895$ ), asimismo, se muestra que el 48% de las evaluadas presentan nivel bajo de resiliencia, asimismo, de acuerdo con el grupo de edad se indica que el grupo etario de 45 a 60 años presenta nivel bajo de resiliencia con 52%, finalmente, de acuerdo con la dimensión con mayor predominio de la resiliencia se muestra que es la dimensión confianza en sí mismo con 43%.

Rodríguez (2021) en Chimbote, con la finalidad de determinar la relación entre satisfacción con la vida y resiliencia en mujeres, por lo que la investigación presentó

un tipo correlacional con un diseño no experimental, con una muestra de 50 mujeres cuyas edades se encontraban entre los 20 y 80 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young y de satisfacción con la vida mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, dando como resultado que existe correlación indirecta entre ambas variables, igualmente el nivel de resiliencia fue bajo con 47%.

Carvo y Contreras (2020) realizó una investigación en Lima, con la finalidad de identificar los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia sexual, por lo que la investigación presentó un tipo correlacional con un diseño no experimental, con una muestra de 70 mujeres cuyas edades se encontraban entre los 30 y 50 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, dando como resultado que el 42% de las evaluados presentan nivel bajo de resiliencia.

Alanya (2020) realizó una investigación en Lima, con la finalidad de identificar los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia, por lo que la investigación presentó un tipo empírico con un diseño no experimental, con una muestra de 150 mujeres cuyas edades se encontraban entre los 25 y 60 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young, mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, dando como resultado que el 59% de las evaluadas presentan nivel bajo de resiliencia, asimismo, se evidencia que el grupo de mujeres de 45 a 60 años presentan nivel medio de resiliencia.

Briones y Tumbaco (2019) realizó una investigación en Lima, con la finalidad de identificar los niveles de resiliencia y ajuste parental en mujeres, por lo que la investigación presentó un tipo descriptivo con un diseño no experimental, con una muestra de 80 mujeres cuyas edades se encontraban entre los 25 y 60 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young y la escala ESPA mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, donde los hallazgos indican que el nivel de resiliencia es medio con 72%, finalmente, se indica que el nivel de las dimensiones es medio.

### ***2.1.3. Regional:***

Silva y Chávez (2020) realizó una investigación en Cajamarca, con la finalidad de identificar los niveles de resiliencia en mujeres beneficiarias de un centro integral por lo que la investigación presentó un tipo descriptivo con un diseño no experimental, con una muestra de 80 mujeres cuyas edades se encontraban entre los 25 y 60 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993) mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, dando como resultado que el 48,8% de las evaluadas presentaban nivel medio de resiliencia.

Huamán y Guevara (2019) realizaron una investigación en Cajamarca, con la finalidad de identificar los niveles de resiliencia en mujeres adolescentes, por lo que la investigación presentó un tipo descriptivo con un diseño no experimental, con una muestra de 288 estudiantes adolescentes del sexo femenino, cuyas edades se encontraban entre los 12 y 17 años a las cuales se les aplicó la escala de resiliencia

para adolescentes de Prado y del Águila mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, dando como resultado que el 45% de las evaluadas presentaban nivel bajo de resiliencia, asimismo, se determinó que la dimensión insight presentó predominio seguida de la dimensión creatividad y finalmente la dimensión moralidad.

## **2.2.Bases teóricas:**

### ***2.2.1. Resiliencia:***

El término fue incorporado a partir de los años 60, donde el objetivo de los investigadores era descubrir aquellos factores protectores que eran principales para la adaptación positiva en niños y niñas que viven en condiciones adversas, vale mencionar que una primera investigación fue de Werner en 1992 en niños de Hawái que sus padres eran alcohólico, la mayoría de ellos a pesar de vivir en situaciones de estrés, lograban salir adelante y con buenas percepciones futuras, ya a partir de este estudio surgen más investigaciones, por ejemplo estudios que toman en cuenta la pobreza que es un factor social que afecta en diferentes ámbitos a la persona, además genera estrés y puede llevar a la persona a una fragilidad emocional, sin embargo existen varios factores protectores que equilibran el impacto (García y Domínguez, 2021).

Entonces según las investigaciones hay algunos individuos que cuentan con la cualidad llamada “*resiliencia*” que la ayuda afrontar y salir de las adversidades, sin dejar secuelas de ello. Vale mencionar que varios expertos de la salud y de la educación se han sorprendido al corroborar cómo sujetos que viven situaciones extremadamente adversas y estresantes son capaces de sobreponerse y llevar una vida normal, personas que con su actitud y mentalidad han sido capaces de omitir y salir positivamente, sin

embargo refiere que esta habilidad, seguramente ha estado presente desde los inicios de la vida humana, pero que recién en los años 80 ha sido comprobado por la ciencia (Uriarte Arciniega, 2005).

Además, Ruiz et al. (2020) manifiestan que “Este término empezó a utilizarse desde el ámbito de la psiquiatría en el mundo anglosajón-resilience, por científicos estadounidenses” (p. 215). Estos investigadores estudiaron varios casos de niños en riesgo social, como la pobreza, abandono, la violencia, familias alcohólicas, entre otros, a consecuencia estos niños conseguían resistir, adaptarse y crecer con normalidad, a pesar de vivir en condiciones estresantes y traumáticas.

En la resiliencia existen factores protectores que ayudan al individuo a amortiguar las situaciones adversas que ha vivido, estos son los factores personales como; como tendencia al acercamiento social, humor positivo y ritmo biológico estable, así también se considera al factor cognitivo y emocional, como un alto C.I, la autoestima, empatía, motivación a sus objetivos, positiva autonomía y orientación a resolver adecuadamente los problemas (García y Domínguez, 2021).

Además, Vanistaendel (2002) menciona que la resiliencia no es un don que solo la posee algunos seres humanos, sino por el contrario, está en las personas normales y en su entorno inmediato, por ello hace referencia a una cualidad universal presente en todo tipo de situaciones adversas y contextos desfavorecidos, como la guerra, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, la cual, permite hacerlos frente

y salir fortalecido e incluso transformado de la experiencia a un aprendizaje (como se citó en Uriarte Arciniega, 2005).

### **Definiciones:**

La resiliencia es una habilidad positiva que tiene la persona, para superar las situaciones adversas y traumáticas que ha tenido en su vida, así también, tomarlo como un aprendizaje y de esa manera ir construyendo una positiva calidad de vida. Además, según Uriarte Arciniega (2005) menciona que “el término resiliencia procede del latín, de resilio (re salió), que significa volver a saltar, rebotar, reanimarse” (p. 66).

Así mismo, es la capacidad de resurgir a través de la adversidad, adaptarse y restaurar una vida significativa y productiva. (Aguilar, 2015).

Por otro lado, García y Domínguez (2021) mencionan que, “Edith Grotberg define la Resiliencia como la interacción de factores resilientes provenientes de tres niveles diferentes: soporte social (yo tengo), habilidades (yo puedo) y fortaleza interna (yo soy y yo estoy)” (p.68).

La resiliencia es la capacidad de ser utilizada en tiempos difíciles o desfavorables, puede desarrollar, madurar y desarrollar habilidades de resolución de conflictos (Mata, 2010). Mientras que para García y Domínguez (2013) es la capacidad del ser humano para afrontar los problemas cotidianos, superar los problemas e incluso cambiar.

### **Características de la resiliencia:**

Varios autores consideraron diferentes características en función de su teoría de la resiliencia. Para este estudio se especificarán las propiedades elásticas mencionadas en Wagnild y Young (1993):

- Ecuanimidad; Este estado se caracteriza por mantener el equilibrio y la coherencia emocional en situaciones humanas difíciles.
- Perseverancia; se refiere a la determinación, y significa deseo de obtener algo, a pesar de tener obstáculos, su esfuerzo es constante.
- Confianza en sí mismo; se refiere a la seguridad que tiene una persona en su capacidad para ejecutar el contenido propuesto.
- Satisfacción personal; es un estado que se refiere a la armonía entre todos los aspectos que tiene una persona, permitiéndole vivir feliz.
- Sentirse bien solo; es la capacidad de sentirse feliz, al conocer las propias fortalezas y debilidades.

Así también, existen factores positivos que ayudan a mejorar y optimizar el desarrollo de la resiliencia, así como (Palomar y Gómez, 2010 citado en García et al., 2016) describen que son las siguientes:

- Actuar con rapidez ante los riesgos.
- Relaciones interpersonales positivas.
- El optimismo, de esa manera pensar en positivo ante situaciones de riesgo.
- Capacidad de responsabilidad.



## **Enfoques de la resiliencia**

Según Munist (1998), La resiliencia proporciona dos enfoques complementarios entre sí, estos son:

- **Enfoque de Riesgo:** Se centra en enfermedades asociadas con riesgos biológicos y sociales de alto riesgo. Este método es muy utilizado en planes de atención primaria.
- **Enfoque de Resiliencia:** Este método muestra que las fuerzas negativas expresadas como daño no han encontrado a individuos indefensos para actuar.

Este método describe la existencia de una cubierta protectora que mitiga los efectos negativos y la convierte en un factor de superación.

La resiliencia es una herramienta importante, lo que significa que las personas deben superar situaciones de riesgo en su entorno laboral.

## **Factores de la resiliencia:**

Prado y Del Águila (2001) señalaron que existen cuatro factores que inciden directamente en el desarrollo de la elasticidad, a saber:

- **Estrés:** Se relaciona con hechos desfavorables y perturbadores que pueden ocurrir en la vida de las personas, que fijan momentos o personas en la memoria del sujeto. Por ejemplo: pérdida de familiares cercanos, separación, etc.

- **Ambiente:** Se relaciona con hechos desfavorables y perturbadores que pueden ocurrir en la vida de las personas, que fijan momentos o personas en la memoria del sujeto. Por ejemplo: pérdida de familiares cercanos, separación, etc.
- **Salud:** Se refiere al desarrollo de enfermedades crónicas dentro de la familia, si se va a desarrollar en el sujeto afectará mucho la salud del sujeto.
- **Catástrofes sociales y naturales:** Se refiere a eventos sociales o naturales imprevistos que causan daños negativos a las personas y la sociedad.

### **Modelos teóricos de la resiliencia:**

Con el tiempo, se han desarrollado varios métodos de resistencia basados en características personales que ayudan a afrontar situaciones traumáticas.

#### *1. Modelo del desarrollo psicosocial de Grotberg.*

Grotberg (1995) define la resiliencia como una habilidad importante para todos que les permite enfrentar, superar y mejorar su respuesta a situaciones estresantes; también señala que con esta habilidad se puede superar el trauma ante las crisis. En su investigación sobre la resiliencia, describió tres factores que interactúan en la resiliencia para hacer frente y superar los reveses.

El primer factor está relacionado con el entorno social, se refiere a las personas en las que confiamos, mantenemos nuestros sentimientos y cuidados, además de poner límites, también nos inculcan a aprender a lograr un sentido de realización personal. El segundo factor está relacionado con las condiciones personales, se refiere a lo agradecidos que están los demás con nosotros, a ser felices cuando toman algunas

acciones beneficiosas e incondicionales para los demás, y cuando asumen sus responsabilidades y garantizan que todo se hará. El tercer factor está relacionado con el miedo y la preocupación. Resuelva los problemas evitando el peligro y buscando ayuda cuando sea necesario.

## 2. *Modelo teórico de Wagnild y Young:*

Wagnild y Young (1993) mencionaron la resiliencia como una característica positiva de la personalidad, que reduce los efectos negativos del estrés y promueve la adaptación.

De la misma manera, esto puede entenderse como la capacidad de una persona que, a pesar de las duras condiciones de vida y los contratiempos, aún puede superar estas dificultades, incluso sobresalir e incluso transformarse.

- Competencia personal; Expresar confianza en sí mismo, independencia, decisión, invencibilidad, habilidad, tacto y perseverancia.
- Aceptación de uno mismo y de la vida; Se refiere a la aceptación de uno mismo y de la vida, refleja la capacidad de adaptación, el equilibrio, la flexibilidad y una visión estable de la vida, es coherente con la aceptación de la vida y hay un sentimiento de paz a pesar de la adversidad.

### **Propiedades de la resiliencia:**

Rutter (1993) muestra las siguientes propiedades de la resiliencia:

- La resiliencia puede ser fomentada: se puede moldear el temperamento, así como los factores ambientales se adquieren, promueven o modifican.

- La resiliencia es producto de la interacción entre la persona y su entorno: Los recursos internos (propios) y externos (ambientales) se consideran al desarrollar la resiliencia.
- La resiliencia no se mantiene ni es absoluta: Depende de las circunstancias que ponen al individuo en riesgo o se vuelven fuertes.
- La resiliencia es una habilidad universal: Todos tenemos el potencial de desarrollar resiliencia.

### **Características de las personas resilientes:**

Según Prado y del Águila (2001), señalaron algunas características de las personas resistentes y mencionaron los siguientes puntos:

- Introspección: Obsérvese a sí mismo y dé respuestas honestas.
- Independencia: Establece limitaciones personales, emocionales y físicas sin tener que aislarte.
- Capacidad de relacionarse: La capacidad de establecer y mantener relaciones saludables con los demás.
- Iniciativa: Ponte a prueba en tareas difíciles, hazte cargo y controla tus propios problemas.
- Humor: Encuentra el lado positivo en situaciones difíciles.
- Creatividad: Crear orden y belleza a partir del caos.
- Moralidad: Conciencia moral, capacidad para dedicar valores y distinguir entre el bien y el mal.

### **Variables sociodemográficas relacionadas a la resiliencia:**

Llobet (2005) señaló que a la hora de evaluar la resiliencia se deben considerar algunas variables sociodemográficas, estas variables son:

- **Sexo:** Los resultados muestran que en comparación con los hombres, las mujeres tienden a tener puntajes de flexibilidad más altos, esto se debe a que las mujeres tienen mayor capacidad para resolver conflictos y, por lo tanto, tienen mayor flexibilidad.
- **Edad:** Los resultados mostraron que el grupo de jóvenes (11 a 19 años) puntuó más bajo que los adultos (20 a 40 años), y nuevamente, esto mostró que los ancianos tienen un menor nivel de resiliencia.
- **Zona de residencia:** Se señala que las personas que viven en áreas urbanas tienen mayor resiliencia porque tienen mayores habilidades y oportunidades para mejorar esta capacidad; aunque la mayoría de las personas que viven en áreas rurales tienen un menor nivel de resiliencia, no cuentan con el apoyo ni las herramientas necesarias para mejorar estimular su resiliencia.

#### ***2.2.2. Violencia familiar***

La Violencia familiar es definida según la Ley 30364 como cualquier acción o conducta que a consecuencia exista muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico y que se desarrolla en el contexto de una relación de responsabilidad, confianza o poder, de parte de un integrante a otro del grupo familiar. La misma define a la violencia contra las mujeres como cualquier acción o conducta que produce

muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico por su condición de tales, tanto en el ámbito público como en el privado.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS, s/f) define a la violencia como; el uso intencionado de la fuerza física o el poder real o como amenaza contra los demás, hacia sí mismo, o comunidad; donde a consecuencia puede traer daños psicológicos, lesiones, la muerte, privación o un mal desarrollo.

Mientras que, Blasquez et al. (2019) mencionan que la violencia conyugal hace referencia a la violencia que se genera dentro de la intimidad de las relaciones de pareja, la cual es ocasionada por una serie de factores; entre los cuales predominan los celos, consumo de sustancias, infidelidad, falta de comunicación, etc.

Así mismo, Oliva et al. (2008) señalan que se considera violencia contra la mujer a todo acto que causa sometimiento, por lo que la víctima no logra ni puede desligarse del agresor ya sea por vínculos afectivos, situaciones legales o factores sociales, por lo que se generan diversos padecimientos mentales.

Por otro lado, según la encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), elaborada por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), revelo que el 63,2 % de las mujeres en algún momento de su vida sufrieron alguna forma de violencia por parte de su esposo o compañero. Debido a la tasa creciente de este problema, el Congreso de la República promulgó el 23 de mayo del año 2019 la nueva ley de salud mental N°30947, que establece no solo la importancia del diagnóstico y tratamiento de los diferentes trastornos mentales, sino que garantiza la accesibilidad, calidad, cobertura sanitaria universal y confidencialidad de la atención de salud

mental, haciendo énfasis en las intervenciones de promoción, prevención y detección en las instituciones de educación básica y de educación superior tanto públicas como privadas. Fernández, L (2020)

### **Términos asociados a la violencia.**

Según la RAE (2014) se define cada término de la siguiente manera:

- **Maltrato.** Tratar con crueldad, dureza y desconsideración a una persona o a un animal, o no darle los cuidados que necesita.
- **Impulsividad.** Persona que suele hablar o proceder sin reflexión ni cautela, dejándose llevar por la impresión del momento.
- **Agresividad.** Tendencia a actuar o a responder violentamente.

### **El ciclo de la violencia de Leonore Walker.**

Leonore Walker propuso una teoría en la cual explica la dinámica cíclica de la violencia conyugal, ciclo dividido en tres etapas. Prieto (2018)

- **Fase uno: Acumulación de tensiones.** En esta fase se va acumulando poco a poco las agresiones, insultos, pero leves por lo que la mujer en lugar de poner un alto prefiere no hacer enojar a su pareja, trata de calmarlo. Por lo general en esta fase, el hombre casi siempre esta irritado, presenta cambios de humor repentino o se enfada por cosas simples
- **Fase dos: Explosión o Incidente Agudo.** En esta fase explota lo acumulado en la primera fase, las agresiones ya no son simples sino que ya hay una pérdida de

control y es en esta fase donde se evidencia las agresiones físicas, psicológicas y sexuales, es la fase más corta.

- **Fase tres: Respiro de calma y cariño o Tregua Amorosa.** Si en la fase dos la víctima busca ayuda, en esta fase es donde desiste, pues su agresor se muestra arrepentido y trata de compensar sus agresiones con regalos y promete no volver a agredirla, por lo que la víctima quiere creer que no volverá a sufrir abuso jamás,

### **Tipos de la violencia**

Según la ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar (LEY N° 30364) describe a los tipos de violencia que son los siguientes:

- **Violencia física:** Considera a toda acción o conducta, que a consecuencia produce daño a la integridad corporal o a la salud, también incluye el maltrato por negligencia, descuido o por privación de las necesidades básicas, que hayan ocasionado daño físico o que puedan llegar a ocasionarlo, sin contar el tiempo que se requiera para su recuperación.
- **Violencia psicológica:** considera a todo comportamiento de controlar o aislar a otra persona contra su voluntad, a humillarla o avergonzarla y que puede ocasionar daños emocionales o psicológicos.
- **Violencia sexual:** son todos aquellos actos de naturaleza sexual que se cometen en contra de una persona y sin su consentimiento o bajo coacción. Inclusive son actos que no involucran penetración o contacto físico alguno. Sino exposición a material pornográfico y que este espectáculo sea fuera de la



voluntad de la persona, sino utilicen las amenazas, coerción, uso de la fuerza o intimidación.

- **Violencia económica o patrimonial:** es entendida como las acciones que afectan la supervivencia del individuo; ya sea privándolas, de los recursos económicos que necesitan para la manutención del hogar y la familia, o privándolas de bienes patrimoniales primordiales para satisfacer sus necesidades diarias.

### **Consecuencias de la violencia de pareja en la salud de las mujeres**

Según Herrera (2021) las consecuencias en la salud de la mujer víctima de violencia son las siguientes:

- Agotamiento emocional y físico que tiene su mayor consecuencia en el suicidio.
- Miedo
- Ansiedad
- Depresión,
- Estrés postraumático
- Desordenes del sueño y la alimentación
- Autoestima baja
- Incomunicación y aislamiento,
- Sentimientos de culpa
- Lesiones graves a causa de los golpes.

### **2.2.3. Mujer**

Las mujeres del distrito de la Encañada se dedican en su mayoría al cuidado de su casa e hijos, estas ocupan más del 50 % de la población y a pesar de que los padres cada vez son más conscientes de la importancia de la educación para sus hijos, por lo general las mujeres llegan a estudiar solo hasta el nivel primario, es común ver a mujeres jóvenes contraer matrimonio o empezar una vida de convivencia, se podría decir que es parte de su cultura y al no tener estudios les dificulta ser independientes económicamente y por lo general dependen de su pareja.

#### **Características de una mujer maltratada**

Torres (2021) considera que las características para reconocer a una mujer víctima de violencia son:

- Está a la defensiva siempre.
- Se muestra sumisa la mayor parte del tiempo.
- Baja autoestima.
- Manifiesta signos de estrés.
- Es desconfiada.
- Lleva ropa que por lo general cubra toda su piel.
- Cargan con la culpa con facilidad.
- Suelen tomar el “camino largo” para evitar llegar pronto al lugar donde se encuentra el maltratador.
- Anticipan el enfado del maltratador y evitan ciertas preguntas.

- Sienten vergüenza con facilidad.

### **Factores protectores**

Safranoff (2017) en su investigación menciona que existen factores protectores ante la violencia hacia la mujer, los cuales son:

- Alto nivel de educación.
- Tener un salario fijo.
- La edad, las mujeres mayores al presentar mayor experiencia, confianza en una misma, y mayor capital social, tienden a tener mayor capacidad para evitar relaciones violentas.
- Tener una red de apoyo, ya sea amigos, familia.

### **Factores de riesgo**

Según Safranoff (2017) los factores que podrían poner en riesgo de violencia a una mujer son:

- Estatus socioeconómico bajo
- Dependencia económica de la pareja.
- Nivel de educación bajo.
- La edad, las mujeres más jóvenes son más proclives a experimentar violencia en su pareja.
- Las mujeres inmigrantes tienen mayor probabilidad de ser victimizadas por sus parejas, ya que tendrían bajo capital social y estarían más aisladas.

- Vivir en barrios desestructurados en los que existen altos niveles de pobreza, delincuencia y problemáticas sociales ya que la violencia como medio de resolución de conflictos es mayor y los vínculos sociales entre los miembros de la comunidad son menores.
- Déficit de habilidades sociales.
- Consumo de alcohol.
- Violencia en las familias de origen.

#### **2.2.4. Programa de vaso de leche:**

El Programa del Vaso de Leche (PVL), es un programa social creado mediante la Ley N° 24059 y complementada con la Ley N° 27470, a fin de ofrecer una ración diaria de alimentos a una población considerada vulnerable, con el propósito de ayudarla a superar la inseguridad alimentaria en la que se encuentra. Las acciones de este programa, realizadas con la fuerte participación de la comunidad, tienen como fin último elevar su nivel nutricional y así contribuir a mejorar la calidad de vida de este colectivo que, por su precaria situación económica, no estaría en condiciones de atender sus necesidades elementales.

El marco legal vigente define los criterios de priorización, hacia grupos poblacionales, niños 0-6 años y gestantes (primera prioridad), niños de 7-13 años, tercera edad y personas con TBC.

El Programa del Vaso de Leche es uno de los pocos programas sociales que tiene cobertura nacional, pues llega a los 1834 municipios del país, entre provinciales y distritales.

La Decimocuarta Disposición Final de la Ley N° 29289, Ley de Presupuesto del Sector Público para el Año Fiscal 2009, modifica el numeral 7.1 del artículo 7° de la Ley 27470, señalando que el Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social (MIMDES) aprueba, mediante resolución ministerial, los índices de distribución de los recursos aplicables a partir del año 2010, que se destinan a financiar el Programa del Vaso de Leche de las municipalidades distritales en el ámbito nacional.

### **Funciones del programa vaso de leche**

- Verifica que la cantidad de insumos que se proporcione sea la establecida por los dispositivos vigentes.
- Controlar que el Programa del Vaso de Leche llegue prioritariamente a los niños menores de 6 años, madres gestantes, mujeres en periodo de lactancia y otras personas que las leyes lo permitan.
- Verifica la calidad y cantidad de los productos a entregar y asegura su valor nutricional.
- Fiscaliza el accionar de los Comités del Vaso de Leche y coordina actividades que se realizan con otras Instituciones.
- Realiza reuniones periódicas de evaluación a los comités de las zonas urbanas y rurales.
- Promueve las acciones tendientes a la organización y buen funcionamiento del PVL.

- Capacita a los usuarios del Programa Vaso de Leche en coordinación con otras instituciones.
- Solicita la realización de los análisis de calidad de los productos a ser distribuidos.
- Elabora normas y directivas, para el normal funcionamiento y ejecución del plan de trabajo.
- Almacena de manera adecuada y cautela los insumos recepcionados, para que se encuentren en perfecto estado al momento de su entrega.
- Organiza actividades de ejecución y juramentación de las juntas directivas y entrega de credenciales

#### ***2.2.5. Distrito de La Encañada:***

El distrito de La Encañada es uno de los doce que conforman la provincia de Cajamarca ubicada en el departamento de Cajamarca en el Norte del Perú. Es uno de los más grandes en territorio. Abarca 24,291 habitantes, los cuales 1,217 pertenece a la zona urbana y 21,859 se encuentran en la zona rural, de estos, 341 residen en viviendas urbanas y 7,238 en viviendas rurales y el restante en viviendas particulares, colectivas y otras. En su mayoría la población con mayor índice son las mujeres siendo más del 50% de total de la población. INEI (2018)

El distrito de La Encañada está organizado en 121 caseríos y 9 anexos, 40 de ellos pertenecen al sector La Encañada y el resto se encuentran agrupados en 9 centros poblados: Yanacancha grande, Yanacancha Baja, Chanta Alta, Combayo, San Juan de

Yerba Buena, Bella Unión de Jesús María, Nuevo Perú, El Rosario de Polloc y La Libertad.

De acuerdo al Censo Nacional 2017, la población económicamente activa del distrito se dedica principalmente a la agricultura y la ganadería (43.7%). Un segundo grupo lo constituyen aquellos trabajadores empleados en actividades de baja calificación (38.7%). El 48.6% de los hombres tienen como principal ocupación las actividades agropecuarias, en tanto que las mujeres ocupadas en este rubro sólo son el 17.5%

La Encañada esta considera entre uno de los distritos más pobres de la región Cajamarca, pese al elevado canon minero que recibe por estar dentro de la influencia de la minería. Así mismo en esta provincia los niveles de analfabetismo, sobretudo en mujeres, son elevados, esto se debe entre algunos factores, a la falta de economía, pero también al machismo existente ya que se cree que solo el hombre tiene derecho a recibir educación puesto que la mujer es quien debe encargare de la casa y del cuidado de sus hijos y aceptar su destino, por ello también es común ver a mujeres jóvenes contraer matrimonio o empezar una vida de convivencia y tener hijos. Si bien es cierto, en la actualidad los padres son más conscientes de la importancia que tiene la educación, pero esto no ha ayudado a disminuir o tener cifras menos elevadas de analfabetismo.

Como se mencionaba, la Encañada es uno de los distritos que tiene como cultura, en su mayoría, el machismo, por ello es más difícil desligarse de la violencia

ya que quien es víctima de violencia familiar, por lo general proviene de una familia donde ha existido violencia en su hogar y ve como algo normal este hecho.

### **2.3. Definición de términos básicos:**

#### **2.3.1. Resiliencia:**

La capacidad de los humanos para sobrevivir a eventos hostiles (Wagnild y Young, 1993).

### **2.4. Definición operacional de variables:**

En la siguiente tabla, se describe la operacionalización de variables de estudio:



**Tabla 1***Operacionalización de las variables de investigación:*

<b>Variable</b>	<b>Definición Conceptual</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicador</b>	<b>Ítems</b>	<b>Instrumento</b>
Resiliencia	Capacidad del ser humano para salir airoso de eventos hostiles (Wagnild y Young,1993).	Satisfacción personal	Considera el significado de la vida, situaciones felices y adaptación social	16, 21, 22 y 25	<b>Escala de Resiliencia de Wagnild e Young (1993).</b> <b>Niveles:</b> Alto: 126 a 175. Medio: 76 a 125 Bajo: 0 - 75
		Ecuanimidad	Capacidad de afrontamiento, visión a largo plazo y objetivos	7, 8, 11 y 12	
		Sentirse bien solo	Considera la independencia, soledad y versatilidad	5, 3 y 19	
		Confianza en sí mismo	Considera el orgullo personal, decisión, autoconfianza y confiabilidad	6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24	
		Perseverancia	Considera la culminación de tareas y búsqueda de soluciones	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23	

## **CAPÍTULO III: MÉTODO DE INVESTIGACIÓN**

### **3.1. Tipo de investigación:**

La investigación perteneció al enfoque empírico, con estrategia descriptiva, ya que pretendió describir las cosas tal y como ocurren, sin ningún tipo de manipulación de variable, ni comparación de grupos, ni predicción de comportamientos ni prueba de modelos (Ato et al., 2013, p. 1042).

### **3.2. Diseño de investigación:**

El diseño de la investigación fue un estudio no experimental, debido a que no se manipuló la variable, por el contrario, es un estudio selectivo, puesto que, en una muestra de participantes, se utilizaron métodos o instrumentos para la recogida de información (encuesta o cuestionario), (Ato et al., 2013).

### **3.3. Población y unidad de análisis:**

- **Población:** 45 mujeres cuyas edades se encuentran entre los 19 y 60 años, las cuales asisten a un vaso de leche del distrito de la Encañada.
- **Unidad de análisis:** Una mujeres cuya edad se encuentra entre los 19 y 60 años, las cuales son beneficiarias del vaso de leche del distrito de la Encañada.

### **Criterios de Inclusión:**

- Asistentes del sexo femenino beneficiarias del vaso de leche.
- Mujeres que hayan sido violentadas por sus parejas o ex parejas.
- Mujeres cuyas edades se encuentren entre los 20 a 60 años.

- Mujeres que decidan ser partícipes de la investigación mediante la firma del consentimiento informado.
- Mujeres que se encuentren en pleno uso de sus facultades mentales.

**Criterios de Exclusión:**

- Hombres de cualquier edad.
- Mujeres cuyas edades no se encuentren entre los 20 a 60 años.
- Mujeres que no se encuentren en pleno uso de sus facultades mentales.
- Mujeres que no hayan sido víctimas de violencia.

**Datos sociodemográficos de las mujeres que asisten a un programa de vaso de leche – La Encañada**

La población estuvo compuesta por 45 mujeres pertenecientes a un grupo de vaso leche, de las cuales el 100% perteneció al sexo femenino, asimismo, de acuerdo con la edad se muestra que el 49% perteneció al grupo de edad de 19 a 32 años, 33% perteneció al grupo de edad de 33 a 45 años y el 18% perteneció al grupo de edad de 46 a 60 años (Ver Tabla 2).

Tabla 2 *Datos sociodemográficos de las mujeres que asisten a un programa de vaso de leche – La Encañada*

<i>Variable</i>		<i>F</i>	<i>%</i>
	19 - 32 años	22	49%
	33 - 45 años	15	33%
	46 - 60 años	8	18%
<b>Edad</b>	<i>Total</i>	<i>45</i>	<i>100%</i>

### **3.4. Instrumento de recolección de datos:**

#### **3.4.1. Escala de Resiliencia:**

La escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993) fue creada en Estados Unidos con el objetivo de medir la resiliencia.

La escala se encuentra compuesta por 25 ítems, distribuidos en 5 dimensiones de la siguiente manera:

- Ecuanimidad: Evalúa la percepción de la vida del sujeto, se compone por los ítems: 7, 8, 11 y 12.
- Perseverancia: Evalúa la persistencia del sujeto, se compone por los ítems: 1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23.
- Confianza en sí mismo: Evalúa la creencia sobre las propias capacidades, se compone por los ítems: 6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24.
- Satisfacción personal: Evalúa el significado de la vida, se compone por los ítems: 16, 21, 22 y 25.
- Sentirse bien solo: Evalúa las experiencias de cada persona, se compone por los siguientes ítems: 5, 3, 19.

La escala presenta dos polos de respuesta: de acuerdo y en desacuerdo, entre los cuales se encuentra la numeración: del 1 al 7, siendo 1 más cercano a en desacuerdo y 7 a de acuerdo.

Al momento de su creación, la escala tuvo una confiabilidad de 0,835 de Alfa de Cronbach, la escala fue aplicada previamente por Asencio y Blaz (2020) en la

ciudad de Cajamarca, con una confiabilidad de 0,863, demostrando de esta forma que es aplicable en el ámbito cajamarquino.

Por último, para la presente investigación se identificó una confiabilidad con Alfa de Cronbach de 0,823 para la escala de resiliencia (Ver Tabla 3):

Tabla 3 *Estadísticas de fiabilidad de la Escala de resiliencia*

<b>Estadísticas de fiabilidad de la Escala de resiliencia</b>	
Alfa de Cronbach	N° de elementos
0,823	25

### **3.5. Procedimiento de recolección de datos:**

Del total de mujeres participantes en el vaso de leche, se trabajó con 45 de ellas, quienes han sido identificadas previamente por un programa del gobierno como población vulnerable al parecer de violencia familiar del tipo psicológico, físico y económico.

Para realizar la aplicación del instrumento, se procedió a solicitar el permiso a al jefe de la unidad del programa vaso de leche, exponiendo los principales objetivos de la investigación, seguidamente, se procedió a coordinar los horarios en los cuales asistirán las participantes en pequeños grupos de 5 o 10 personas según la disposición del lugar, cuidando siempre los protocolos de seguridad establecidos por el estado.

La investigadora ofreció una breve explicación acerca del estudio y procedió a hacer entrega del consentimiento informado junto con el instrumento, explicando que la participación es voluntaria.

Para finalizar, se recibieron los instrumentos y se agradeció por la participación.

### **3.6. Análisis de datos:**

Luego de haber realizado la aplicación del instrumento, se procedió a realizar el análisis de datos, por lo que, se hizo uso del programa estadístico para ciencias sociales SPSS – v26, mediante el cual se trabajaron las estadísticas que sean necesarias para el desarrollo de la investigación como son: tablas de frecuencia y tablas de fiabilidad.

### **3.7. Consideraciones éticas:**

El desarrollo de la investigación tuvo en consideración los principios establecidos en el código de ética en las enmiendas de la Asociación Americana de Psicólogos (APA, 2018):

- **Beneficencia y no maleficencia:** La presente investigación se realiza con el fin de detectar los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia con el fin de mejorar su calidad de vida.
- **Integridad:** Al momento de presentar la solicitud de permiso y al momento de aplicar el instrumento, se hablará de forma clara sin prometer realizar acciones que no se podrán realizar.

- Respeto por los derechos y la dignidad de las personas: La investigación no presentará nombres de las participantes y los resultados no se mostrarán a terceras personas.



## **CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

#### 4.1. Análisis de Resultados:

En la siguiente tabla, se muestra el nivel de resiliencia en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche de La Encañada, en donde se muestra que el 62% de las evaluadas presenta nivel bajo de resiliencia, el 20% presenta nivel moderado y finalmente el 18% de las evaluadas presenta nivel alto de resiliencia (Ver Tabla 4)

*Tabla 4 Nivel de resiliencia en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche de La Encañada*

<i>Nivel de resiliencia</i>		
	<i>F</i>	<i>%</i>
<b>Alto</b>	8	18%
<b>Moderado</b>	9	20%
<b>Bajo</b>	<b>28</b>	<b>62%</b>
<b>Total</b>	45	100%

En la siguiente tabla, se muestra el nivel de las dimensiones de la resiliencia en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche – La encañada, en donde se indica en la dimensión satisfacción personal que el 2% presenta nivel alto, el 2% nivel moderado y el 18% nivel bajo, en la dimensión ecuanimidad se muestra que el 4% presenta nivel alto, el 4% nivel moderado y el 11% nivel bajo, en la dimensión sentirse bien solo se muestra que el 2% presenta nivel alto, el 2% presenta nivel moderado y el 9% presenta nivel bajo, en la dimensión confianza en sí mismo se aprecia que el 4% presenta nivel alto, el 7% nivel moderado y el 13% nivel bajo, finalmente en la dimensión perseverancia se aprecia que el 4% presenta nivel alto, el 4% presenta nivel moderado y por último 11% presenta nivel bajo.

Se concluye que la dimensión con mayor predominio es la dimensión confianza en sí mismo con 24% teniendo como nivel predominante el nivel bajo.

Tabla 5 Nivel de las dimensiones de la resiliencia en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche – La Encañada

	Nivel de las dimensiones de la resiliencia											
	Satisfacción Personal		Ecuanimidad		Sentirse bien solo		Confianza en sí mismo		Perseverancia		Total	
	F	%	f	%	F	%	f	%	f	%	F	%
<b>Alto</b>	1	2%	2	4%	1	2%	<b>2</b>	<b>4%</b>	2	4%	8	18%
<b>Moderado</b>	1	2%	2	4%	1	2%	<b>3</b>	<b>7%</b>	2	4%	9	20%
<b>Bajo</b>	8	18%	5	11%	4	9%	<b>6</b>	<b>13%</b>	5	11%	28	62%
<b>Total</b>	10	22%	9	20%	6	13%	<b>11</b>	<b>24%</b>	9	20%	45	100%

En la siguiente tabla, se muestra el nivel de resiliencia de acuerdo con la edad en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche – La Encañada, en donde se observa que dentro del grupo de edad de 19 a 32 años el 7% presenta nivel alto, el 4% nivel moderado, el 13% nivel bajo, en el grupo de edad de 33 a 45 años el 4% presenta nivel alto, el 7% nivel moderado y el 18% nivel bajo y finalmente, en el grupo de edad de 46 a 60 años el 7% presenta nivel alto, el 9% nivel moderado y por último, el 31% presenta nivel bajo.

Se concluye que existe predominio del grupo de edad de 46 a 60 años con 31% con predominio de nivel bajo (Ver Tabla 6).

*Tabla 6 Nivel de resiliencia de acuerdo con el sexo en mujeres que asisten a un programa de vaso de leche – La Encañada*

	<i>Nivel de resiliencia de acuerdo con la edad</i>							
	<i>19 - 32 años</i>		<i>33 - 45 años</i>		<b><i>46 - 60 años</i></b>		<i>Total</i>	
	<i>F</i>	<i>%</i>	<i>F</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>F</i>	<i>%</i>
<b>Alto</b>	3	7%	2	4%	<b>3</b>	<b>7%</b>	8	18%
<b>Moderado</b>	2	4%	3	7%	<b>4</b>	<b>9%</b>	9	20%
<b>Bajo</b>	6	13%	8	18%	<b>14</b>	<b>31%</b>	28	62%
<b>Total</b>	11	24%	13	29%	<b>21</b>	<b>47%</b>	45	100%

#### **4.2. Discusión de resultados:**

La presente investigación tuvo como principal objetivo determinar el nivel de resiliencia en mujeres víctimas de violencia beneficiarias del programa vaso de leche del distrito de la Encañada, 2021, de este modo, y de acuerdo con los resultados obtenidos, se identificó que el 18% de las evaluadas presenta un nivel alto de resiliencia, un 20 % presenta un nivel moderado y un 62% de las mujeres evaluadas presentan nivel bajo de resiliencia, siendo el predominante el nivel bajo, el resultado concuerda con el estudio de Cáceres (2021) en donde se muestra que el 58% de las evaluadas presentan nivel bajo de resiliencia, asimismo concuerda con el estudio de Ramos y Yucra (2019) en donde se muestra que el 48% de las evaluadas presenta nivel bajo de resiliencia, al respecto, Mata (2010) menciona que la resiliencia es la capacidad de ser utilizada en tiempos difíciles o desfavorables, puede desarrollar, madurar y desarrollar habilidades de resolución de conflictos, no obstante, cuando se presenta en nivel bajo indica que la persona no cuenta con la potencialidad para salir adelante de situaciones conflictivas y estresantes por lo que se mantiene dentro de un medio hostil

lo que podría generar mayor estrés, por el contrario cuando los niveles de resiliencia son elevados, quiere decir que la persona ha desarrollado factores protectores o que posee estos factores, los cuales ayudaran a amortiguar las situaciones adversas, estos factores son la socialización, humor positivo, un C.I. alto, una buena autoestima, empatía y motivación a conseguir sus metas, García y Domínguez (2021)

Asimismo, se identificó el nivel de resiliencia de acuerdo con la edad, hallando que el grupo etario de 46 a 60 años presenta nivel bajo de resiliencia con 31%, el resultado concuerda con el estudio de Cáceres (2021) en donde se indica que el grupo etario de 45 a 60 años presenta predominio de nivel bajo con 59%, de igual forma concuerda con el estudio de Ramos y Yucra (2019) en donde se indica que el grupo etario de 40 a 55 años presenta nivel bajo de resiliencia con 52%, al respecto, los resultados obtenidos contrastan con la teoría de Llobet (2005) quien menciona que el grupo de jóvenes (11 a 19 años) puntuó más bajo que los adultos (20 a 40 años), y nuevamente, esto mostró que los ancianos tienen un menor nivel de resiliencia. Ruiz et al. (2020) menciona que en un estudio realizado por científicos estadounidenses, en el área de psiquiatría donde se observó varios casos de niños en riesgo social, como la pobreza, abandono, la violencia, familias alcohólicas, entre otros, a consecuencia estos niños conseguían resistir, adaptarse y crecer con normalidad, a pesar de vivir en condiciones estresantes y traumáticas, sin embargo Vanistaendel (2002) menciona que la resiliencia no es un don que solo la posee algunos seres humanos, sino por el contrario, está en las personas normales y en su entorno inmediato, por ello hace referencia a una cualidad universal presente en todo tipo de situaciones adversas y

contextos desfavorecidos, como la guerra, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, la cual, permite hacerlos frente y salir fortalecido e incluso transformado de la experiencia a un aprendizaje.

Finalmente, se identificó la dimensión con mayor predominio de la resiliencia hallándose que existe predominio de la dimensión confianza en sí mismo con 24%, el resultado concuerda con el estudio de Cáceres (2020) en donde se muestra que la dimensión con mayor predominio es la dimensión confianza en sí mismo con 39%, a la vez concuerda con el estudio de Ramos y Yucra (2019) en donde se muestra que la dimensión de la resiliencia con mayor predominio es la dimensión confianza en sí mismo con 43%, al respecto, Wagnild y Young (1993) mencionan que la dimensión confianza en sí mismo, evalúa el orgullo personal, la autoconfianza y la toma de decisiones, seguridad que tiene una persona en su capacidad para ejecutar el contenido propuesto, sin embargo, cuando se presenta en nivel bajo, sugiere que la persona no presenta éstas habilidades por lo cual se desarrolla en medios hostiles.

## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## **Conclusiones:**

Tras aplicar el presente estudio de investigación y realizar el análisis correspondiente a los resultados del presente estudio, se llegó a las siguientes conclusiones:

- El 62% de las evaluadas pertenecientes al programa de vaso de leche de La Encañada, presentan nivel bajo de resiliencia.
- El grupo etario de 46 a 60 años presenta predominio de nivel bajo de resiliencia con 31%.
- En cuanto a la dimensión con mayor predominio de la resiliencia, se muestra que es la dimensión confianza en sí mismo con 24% existiendo predominio del nivel bajo.



## **Recomendaciones:**

- En coordinación con otras instituciones, como el CEM trabajar talleres psicoeducativos sobre el tema de violencia y programas que ayuden a fortalecer la capacidad de resiliencia de las mujeres reconocidas como víctimas de violencia.
- Se recomienda al Programa de vaso de leche de La Encañada, en los acompañamientos, plantear tocar el tema de resiliencia y violencia familiar, para que las mujeres víctimas de violencia puedan tener una noción del tema.
- Se recomienda a los futuros investigadores trabajar con mayor cantidad de población, ya que debido a la situación por la que se atraviesa se ha tenido limitaciones con respecto a ello.
- Finalmente, se recomienda a los futuros investigadores, trabajar con poblaciones de tipo social, como los programas de vaso de leche, para detectar las problemáticas y dar solución a las mismas.

## Referencias:

- Aguilar, PM. (2015). Resiliencia y Actitudes frente a la Violencia Conyugal en la Libertad. *Revista de Psicología*, 1(1), 30-35.
- Agames, V. y Rodriguez, M. (2021). Violencia contra la mujer: la otra cara de la pandemia. *Int. J. Morphol*, 37(1), 2011-7485  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-417X2020000100001](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2020000100001)
- Alanya, KN. (2018). *Resiliencia en madres víctimas de violencia que asisten al Centro Regional de Apoyo Emocional – CRAE en el AA. HH. Sarita Colonia del Callao, 2017*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima, Perú.
- American Psychological Association [APA]. (2018). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta*. [www.uhu.es/susana\\_paino/EP/CcAPA.pdf](http://www.uhu.es/susana_paino/EP/CcAPA.pdf)
- Ato, M., López, J., y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*. 1(1), 1038-1059.
- Ato., M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16728244043>

- Briones, PS. y Tumbaco, LV. (2017). Resiliencia y ajuste parental ante la discapacidad en madres de centros educativos básicos de Lima Este, 2016. (Tesis de Licenciatura). Universidad Peruana Unión. Lima, Perú.
- Carolingia, J. (2016). *Factores de Resiliencia en mujeres jefas de hogar víctimas de violencia intrafamiliar, maltrato y abuso*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar. La Asunción, Guatemala
- Carvo, KL. y Contreras, BB. (2017). *Efectos de un programa de resiliencia en víctimas de abuso sexual en un centro de atención residencial*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Femenina del Sagrado Corazón. Lima, Perú.
- Cordero, V. y Teyes, R. (2016). Resiliencia en mujeres en situación de violencia doméstica. *Omnia*, 22(2), 107 – 118.
- Estrada, K. y Toro, M. (2016). *Nivel de resiliencia en mujeres maltratadas por su pareja*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Piloto de Colombia. Bogotá, Colombia.
- Garcés, EJ. y Olmedilla, A. (2017). *Resiliencia y sintomatología clínica en mujeres víctimas de violencia de género*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Murcia. Murcia, España
- García del Castillo, J., García del Castillo-López, A., López-Sánchez, C. y Días, P.C. (2016). Conceptualización teórica de la resiliencia psicosocial y su relación con la salud. *Salud y drogas*, 16(1), 59-68.  
<https://www.redalyc.org/pdf/839/83943611006.pdf>

- García, MY., y Dominguez, EF. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 2(3), 63-77.
- García, M. C. y Domínguez, E. (2021). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1), pp. 63-77.  
<http://revistalatinamericanaumanizales.cinde.org.co>
- Grotberg, TA. (1995). *The International Resilience Project: Promoting Resilience in Children*. Wisconsin: Universidad de Wisconsin.  
<http://resilnet.uiuc.edu/library/resilman/resilman.pdf>.
- Herrera, K. (2021). *Causas y consecuencias de la violencia contra la mujer en la ciudad de puno 2019*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Del Altiplano. Puno, Peru
- Huamán, E. y Guevara, M. (2019). Resiliencia en adolescentes mujeres de una Institución Educativa Estatal de la ciudad de Cajamarca. (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Cajamarca, Perú.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] (2020). *Los feminicidios y la violencia contra la mujer en el Perú, 2015 - 2020*. INEI: Lima.

- Krug, E., Dahlberg, L., Mercy, J., Zwi, A., y Lozano, R. (2013). Informe mundial sobre la violencia y la salud. *Revista do Instituto de Medicina Tropical de Sao Paulo*, 588(3), 374-375
- Llobet, VL. (2005). *La promoción de resiliencia en niños y adolescentes. Entre la vulnerabilidad y la exclusión: herramientas para la transformación*. Ediciones Novedades educativas.
- Matta, H. (2010). Grado de desarrollo de la resiliencia y su relación con los factores protectores y de riesgo, en adolescentes de Instituciones Educativas de Lima, Ica, Ayacucho y Huanuco. *Universidad Nacional Mayor de San Marcos*, 2(3), 1 - 15
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables [MIMP] (2020). *Informe estadístico: Violencia en cifras*. Lima: MIMP.
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. [MIMP], (enero-noviembre, 2021). *Formas de violencia*. Portal estadístico; Programa Nacional Aurora. <https://portalestadistico.aurora.gob.pe/formas-de-la-violencia-2021/>
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2021). *Cifras de Violencia contra las Mujeres* (07). <https://portalestadistico.aurora.gob.pe/wp-content/uploads/2021/08/Cartilla-Estadistica-AURORA-Julio-2021.pdf>
- Munist, MI. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*. Organización Panamericana de la salud.

- Oliva, A., Jimenez, J., y Parra, A. (2008). Acontecimientos vitales estresantes en el ajuste adolescente. *Revista de Psicopatología y Psicología*, 3(2), 53-62.
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021, 9 de marzo). *La violencia contra la mujer es omnipresente y devastadora: la sufren una de cada tres mujeres*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news/item/09-03-2021-devastatingly-pervasive-1-in-3-women-globally-experience-violence>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud: Sinopsis*. Ginebra.
- Organización Panamericana de la Salud. [OPS]. (s/f). *Prevención de la violencia*. OPS. <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-violencia>
- Ortiz Cáceres, F.A. (2020). *Niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia sexual* [Tesis para optar al Grado de Magíster en Intervención Social Familiar]. Archivo digital. <http://repositorio.ugm.cl/bitstream/handle/20.500.12743/2009/CD%20T362.883%20OR77n%202020.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ozten, T. & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol*, 35(1), 227-232. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Prado, R. y Del Águila, M. (2001). *Estudio comparativo de resiliencia al género y clase socioeconómico en adolescentes*. [dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2879576.pdf](http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2879576.pdf)

- Prieto, M. (2018). *El círculo de la violencia de Leonor Walker*. La mente es maravillosa. Recuperado de: <https://lamenteesmaravillosa.com/el-circulo-de-la-violencia-de-leonor-walker/>
- Real academia española (2014). *Diccionario de la lengua española* (23a. ed.). Espasa Calpe.
- Ramos, GV. y Yucra, GM. (2019). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en madres con hijos con discapacidad de tres asociaciones, Arequipa, 2018*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de san Agustín. Arequipa, Perú.
- Rodríguez, M. (2019). *Relación entre satisfacción con la vida y grado de resiliencia en madres de programa social del Distrito Andrés Avelino Cáceres Dorregaray*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Chimbote, Perú.
- Rutter, MG. (1993). Resilience: some conceptual considerations. *Journal of adolescent health, 14*(1), 626-631.
- Ruiz-Román, C., Juárez-Pérez, J. y Molina-Cuesta, L. (2020). Evolución y nuevas perspectivas del concepto de resiliencia: de lo individual a los contextos y a las relaciones socioeducativas. *Educatio Siglo XXI, 38*(2), 213-132. <http://dx.doi.org/10.6018/educatio.432981>
- Safranoff, A. (2017). *Violencia psicológica hacia la mujer: ¿cuáles son los factores que aumentan el riesgo de que exista esta forma de maltrato en la pareja?*. Argentina. Salud colectiva.

- Silva, KY. y Chávez, J. (2020). *Resiliencia en madres beneficiarias en el CEDIF Cajamarca 2020*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Cajamarca, Perú.
- Torres, A. (2021). *10 señales que caracterizan a las mujeres maltratadas*. Psicología y mente. Recuperado de: <https://psicologiaymente.com/forense/mujeres-maltratadas>.
- Uriarte Arciniega, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-79. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17510206>
- Wagnild, G., y Young, H. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Yépez, D. y Mondragon, A. (2010). *La violencia es un comportamiento deliberado que provoca o puede provocar daños físicos o psicológicos a otros seres, y se asocia, aunque no necesariamente con la agresión física*. Obtenido de <http://aulabierta.prepa55.edu.mx/foro2010/?p=14>



# **ANEXOS**

## ANEXO A:

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

<b>PROBLEMA</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>MÉTODO</b>	<b>INSTRUMENTOS</b>
¿Cuáles son los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia beneficiarias del vaso de leche del distrito de La Encañada?	<b>Ho:</b> Existe niveles bajos de resiliencia en mujeres víctimas de violencia beneficiarias del vaso de leche del distrito de La Encañada	<b>Variable Nominal:</b> Resiliencia	<b>Población:</b> 45 mujeres víctimas	<b>Tipo:</b> Enpírico, descriptivo. <b>Diseño:</b> No experimental y de corte trasversal. <b>Muestreo:</b> No probabilístico por conveniencia	<ul style="list-style-type: none"><li>• Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993).</li></ul>

	<b>OBJETIVO GENERAL:</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</b>
<b>OBJETIVOS</b>	Identificar los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia beneficiarias del vaso de leche del distrito de La Encañada	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Establecer los niveles de resiliencia en mujeres víctimas de violencia beneficiarias del vaso de leche del distrito de La Encañada de acuerdo a la edad.</li> <li>• Determinar los niveles de las dimensiones de la Escala de Resiliencia en mujeres víctimas de violencia que asisten a un vaso de leche víctimas de violencia que asisten a un vaso de leche del distrito de La Encañada</li> </ul>

**ANEXO B:**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

¡En hora buena! Usted ha sido invitado a participar del estudio de investigación denominado *NIVELES DE RESILIENCIA EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA BENEFICIARIAS DEL VASO DE LECHE DEL DISTRITO DE LA ENCAÑADA* realizado por la bachiller en Psicología Vilma Flor Tacilla Llanos, de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.

Para lo cual se le solicita que si tiene alguna duda, escuche con atención la exposición e indicaciones de la investigadora, frente a cualquier duda se le pide, levante la mano y realice la pregunta correspondiente.

Cabe mencionar que la participación en la investigación es de manera VOLUNTARIA, los datos obtenidos serán para beneficio de la población, además serán netamente de uso académico y los resultados no serán mostrados a terceras personas.

MUCHAS GRACIAS POR SU PARTICIPACION

-----  
Est. Psic. Vilma Tacilla Llanos

-----  
DNI:

**ANEXO C:**

**FICHA DE INFORMACIÓN BÁSICA**

EDAD: .....

SEXO: .....

ESTADO CIVIL: ..... N° DE HIJOS: .....

PROCEDENCIA: ..... CON QUIEN VIVE: .....

**FICHA DE INFORMACIÓN BÁSICA**

EDAD: .....

SEXO: .....

ESTADO CIVIL: ..... N° DE HIJOS: .....

PROCEDENCIA: ..... CON QUIEN VIVE: .....

**FICHA DE INFORMACIÓN BÁSICA**

EDAD: .....

SEXO: .....

ESTADO CIVIL: ..... N° DE HIJOS: .....

PROCEDENCIA: ..... CON QUIEN VIVE: .....

**ANEXO D:**

**ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG**

**Marque con una “X” la respuesta que usted cree conveniente, no hay respuesta correcta ni incorrecta. Sea sincero al contestar.**

ÍTEMS	EN DESACUERDO				DE ACUERDO		
	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7
3. Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7. Usualmente veo las cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
8. Soy amigo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7

9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10. Soy decidida/decidido.	1	2	3	4	5	6	7
11. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7
12. Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7
13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7
14. Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15. Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16. Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17. El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7

18. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20. Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
21. Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7



## ANEXO E

### FICHA TÉCNICA DE LA ESCALA DE RESILIENCIA

NOMBRE	Escala de Resiliencia.
AUTORES	Wagnild, G. Young, H.
AÑO DE CREACIÓN	1993
ADAPTACIÓN PERUANA	Novella (2002)
SIGNIFICACIÓN	La Escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción. Asimismo, considera el nivel de Resiliencia Total.
APLICACIÓN	Adolescentes y adultos
ADMINISTRACIÓN	Individual o colectiva.
TIEMPO DE ADMINISTRACIÓN	Aproximadamente de 25 a 30 minutos.
TOTAL DE REACTIVOS	25 ítems
DIMENSIONES	Ecuanimidad (7,8,11,12) Sentirse bien solo (5,3,19) Confianza en sí mismo (6,9,10,13,17,18,24) Perseverancia (1,2,4,14,15,20,23) Satisfacción personal (16,21,22,25)
INTERPRETACIÓN	Nivel alto: Mayor a 145 puntos. Nivel moderado: Entre 126 – 144 puntos. Nivel bajo: Menos de 125 puntos.
CONFIABILIDAD	Coefficiente Alpha de .863

## ANEXO F

### SOLICITO INFORMACIÓN DEL PROGRAMA VASO DE LECHE DEL DISTRITO DE LA ENCAÑADA

Sr. Jefe de la unidad del programa vaso de leche del distrito de la Encañada

ESTIMADO:

Señor Jefe de la unidad del programa vaso de leche del distrito de la Encañada, reciba usted un afectuoso y cálido saludo y al mismo tiempo permítame expresarle lo siguiente:

Por medio de la presente, yo Vilma Tacilla Llanos con DNI: 76990011, bachiller en Psicología de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, le suplico a Ud. me brinde información acerca del programa vaso de leche del distrito de la Encañada, para, en calidad de tesista pueda realizar una investigación con la temática "resiliencia en mujeres víctimas de violencia beneficiarias del programa vaso de leche del distrito de la Encañada", y de esta manera obtener el grado de licenciada en Psicología.



**POR LO EXPUESTO:**

Ruego a usted acceder a mi solicitud  
Cajamarca, 04 de marzo del 2022.

Vilma Tacilla Llanos

DNI: 76990011