

# RELACIONES **INTERPERSONALES**



Cinthia Cruz del Castillo ■ Ana Paola Ruiz-Celis  
Andrea Bravo Doddoli ■ Norma Alicia Ruvalcaba Romero *Editoras*

# RELACIONES INTERPERSONALES



Primera edición, 2024

D.R. © 2024, Universidad de Guadalajara,  
Centro Universitario de Ciencias de la Salud.  
Sierra Mojada 950-Colonia Independencia Oriente.  
C.P. 44340, Guadalajara, Jalisco, México.

**ISBN: 978-84-10470-27-9**

Impreso y hecho en México  
*Printed and made in Mexico*

# RELACIONES INTERPERSONALES

Cinthia Cruz del Castillo  
Ana Paola Ruiz-Celis  
Andrea Bravo Doddoli  
Norma Alicia Ruvalcaba Romero

*Editoras*

# Índice

<b>PRESENTACIÓN</b>	13
<b>RELACIONES FAMILIARES</b>	15
CAPÍTULO 1. Prácticas parentales, desregulación emocional y uso problemático del internet en adolescentes <i>Alberto, Leyva, Castañeda, Claudia, Karina, Rodríguez, Carvajal</i>	17
CAPÍTULO 2. Estilos de amor, relación de pareja y neurodesarrollo de niños con nacimiento de alto riesgo <i>María de la Paz Conde-Reyes, Rosalía Jiménez-Quiroz, Valeria Italia González-Sánchez, Diana Eugenia Sánchez-Gómez, Montserrat Alejandra Hernández-Chávez, Angélica Romero-Palencia</i>	31
CAPÍTULO 3. Asociación entre funcionamiento familiar con depresión, ansiedad y satisfacción con la vida en alumnos de escolaridad media <i>Alma Azucena, López-Muñoz, Angélica, Romero Palencia</i>	49
CAPÍTULO 4. Abnegación en cuidadores familiares: Una comparación por sexo. <i>Andrea A. Díaz Ramírez, Maurenn Berenice Hernández Eugenio, Tranquilina Gutiérrez Gómez, Carina Flores Barrios, Azela Angélica De la Cruz Palomo, Florabel Flores Barrios</i>	63
CAPÍTULO 5. Variables que predicen el automanejo en cuidadores familiares de personas con enfermedades crónicas <i>Rodrigo César León Hernández, Claudia Angélica González Santiago, Andrea Cecil Rodríguez Pérez, Daniel Alejandro Álvarez Ramos, María Isabel Peñarrieta de Córdoba, Florabel Flores Barrios</i>	73
CAPÍTULO 6. Efecto de la Pandemia sobre el apoyo social percibido y el afecto positivo y negativo <i>Carolina Espinoza-García y Laura Acuña-Morales</i>	87

CAPÍTULO 36. Predictores de resiliencia en docentes del Estado de México. <i>Margarita Valle Santana, Norma Ivonne González Arratia López Fuentes, Johannes Oudhof Van Barneveld, Alejandra del Carmen Domínguez Espinosa</i>	539
CAPÍTULO 37. El uso de las TIC por los docentes universitarios entre antes y durante la pandemia por COVID-19 <i>Martin Omar Moreno Ruiz, José Ángel Vera Noriega, José Luis Ramírez Romero</i>	533
CAPÍTULO 38. La percepción del riesgo sobre el uso del agua de lluvia en la Ciudad de México. <i>Mireya Jocelyn Gómez Nava, Patricia Ortega Andeane, Cesáreo Estrada Rodríguez</i>	547
CAPÍTULO 39. Efecto mediador de estrategias de afrontamiento entre estrés, ansiedad y depresión en adolescentes <i>Elizabeth Sosa García, Norma Ivonne González Arratia López Fuentes, Johannes Oudhof Van Barneveld, Martha Adelina Torres Muñoz</i>	561

## Predictores de resiliencia en docentes del Estado de México

*Margarita Valle Santana* \*

*Norma Ivonne González Arratia López Fuentes* \*\*

*Johannes Oudhof Van Barneveld* \*\*

*Alejandra del Carmen Domínguez Espinosa* #

### Sustento teórico

Desde la perspectiva del modelo ecológico de Bronfenbrenner (1979), González-Arratia (2016) conceptualiza a la resiliencia (R) como un constructo que implica la interacción entre los mecanismos de riesgo y protección próximos y distales del individuo que se ponen en práctica para modificar los sucesos adversos de la vida, lo cual implica un conjunto de atributos intrapsíquicos, sociales y ambientales que facilitan al individuo interactuar en el medio y ajustarse a los cambios y demandas de diferentes eventos de manera positiva. González Arratia et al. (2022) encontraron que los docentes entre los 41 a 50 años reportan mayor resiliencia en comparación con los más jóvenes; además comprobaron que los docentes expuestos a cierto grado de estrés, pero con niveles altos de R mostraron una conducta adaptativa y funcional a pesar de las circunstancias de riesgo.

---

\* Universidad Autónoma del Estado de México. <https://orcid.org/0009-0002-8640-2504>

\*\* Universidad Autónoma del Estado de México. <https://orcid.org/0000-0003-0497-119X>

\*\*\* Universidad Autónoma del Estado de México. <https://orcid.org/0000-0003-1265-3052>

# Universidad Iberoamericana Ciudad de México. <https://orcid.org/0000-0002-2697-8627>

Debido a que se ha demostrado la asociación negativa entre el desgaste ocupacional (DO) y la resiliencia psicológica (Tutte y Reche, 2016; Villavicencio-Ayub *et al.*, 2014), se considera importante como parte de esta investigación no sólo evaluar la relación de estas variables sino comprobar el efecto predictor de una sobre la otra. De acuerdo con Magaña-Medina y Sánchez-Escobedo (2013), Brito (2018), Ruiz de Chávez *et al.*, (2014), Valle y Ponce (2017), la prevalencia de DO en docentes en México es elevada. El DO se refiere a una situación en la que, en contra de las expectativas de la persona, ésta no logra obtener los resultados esperados por más que se esfuerce en conseguirlos (Organización Mundial de la Salud, 2019). Desde el modelo de Uribe-Prado (2020), el DO en adultos productivos está integrado por tres factores: 1) *Agotamiento*. Definido como la pérdida progresiva de energía, el cansancio, el desgaste, la fatiga, situación en la que los trabajadores sienten que ya no pueden dar más de sí mismos a nivel afectivo. 2) *Despersonalización*. Se manifiesta por irritabilidad, actitudes negativas y respuestas frías e impersonales hacia las personas. 3) *Satisfacción/insatisfacción al logro*. Son respuestas negativas hacia sí mismo y el trabajo.

El DO produce estrés mental crónico, lo que puede llevar a producir cambios en la personalidad del individuo y su desenvolvimiento en su entorno, impactando en la capacidad de trabajar eficientemente (Maslach y Leiter, 2008; Moreno-Jiménez *et al.*, 2005).

Entre las variables sociodemográficas asociadas con el DO, se encuentran el sexo y el estatus marital, al respecto se ha reportado que es más frecuente su prevalencia en población femenina, lo cual puede deberse a cómo las mujeres se relacionan con el trabajo y realizan simultáneamente el rol de madres de familia (Maslach y Jackson, 1985). Las evidencias sobre el estatus marital refieren que el ser soltero, no tener pareja, o vivir solo, aumenta la probabilidad de desarrollar DO, debido a la ausencia de “acompañamiento que experimenta un individuo durante la presencia de problemas o conflictos en el ámbito laboral” (Maglalang *et al.*, 2021).

Otra variable de interés para esta investigación debido a la relación que se ha encontrado con la resiliencia, es el estilo de vida saludable (EVS), el cual es un constructo que de acuerdo con Ramírez-Vélez y Agredo (2012) se define como la forma de interacción o patrones cotidianos de



vida que varían de cultura a cultura y de individuo a individuo, incluye conductas, actitudes, creencias, hábitos y conocimientos y se encuentra estrechamente relacionado con los procesos de salud-enfermedad y con la calidad de vida. Las personas que presentan conductas relacionadas con un EVS presentan un riesgo reducido de presentar patologías físicas y psicológicas. Los hábitos, patrones y en general la conducta tienen efectos sobre la salud de los individuos, algunos de éstos son benéficos, otros perjudiciales, de tal forma que, por ejemplo, la mala alimentación, la falta de ejercicio, largas y agotadoras jornadas de trabajo, los factores de riesgo psicosocial, el estrés, el consumo de tabaco y el alcohol, son conductas que aumentan la posibilidad de desarrollar y padecer alguna enfermedad o sufrir algún daño a la salud (Acuña-Hormazabal *et al.*, 2021; Alfaro, 2018; Barrantes-Brais y Balaguer-Solá, 2019; González-Cantero *et al.*, 2017; Ramírez-Vélez y Agredo, 2012; Pavón *et al.*, 2006; Sandoval *et al.*, 2017).

De acuerdo con lo anterior y debido a que desde el proceso salud-enfermedad, Páez (2019) ha reportado que la resiliencia implica conductas adaptativas, proactivas y positivas que, de incorporarse a las formas de interacción o patrones cotidianos de vida o estilo de vida, permiten enfrentar las adversidades y encontrar un significado a los retos y pérdidas presentes en la existencia humana, es que el EVS resulta una variable de interés para este estudio, no sólo por la relación sino también al igual que con el DO, también por el efecto predictor que esta variable puede tener sobre la resiliencia. Es por ello que el objetivo general de esta investigación es explicar el efecto predictor del EVS y el DO sobre la resiliencia, teniendo como objetivos específicos: 1) comparar las diferencias entre las variables, y 2) determinar si existe relación estadísticamente significativa entre ellas.

## Método

### *Participantes*

Esta investigación es no experimental, transversal y explicativa (Hernández *et al.*, 2014). Los participantes fueron elegidos por muestreo no probabilístico intencional (López, 2004). Se consideró a los docentes de tres diferentes planteles de educación media superior de una institución

pública del Estado de México. La muestra quedó conformada por un total de 258 participantes; 124 hombres y 134 mujeres, con un rango de edades de 25 a 65 años ( $M = 41$ ,  $DS = 8.46$ ). En cuanto al estado civil, 144 (55%) participantes son casados, 63 (24.4%) solteros, 29 (11.1%) viven en unión libre, 18 (7%) son divorciados y cuatro (1.6%) son viudos. Como criterio de inclusión se consideró que estuvieran activos y aceptaran formar parte del estudio a través de la firma de consentimiento informado; se excluyeron aquellos casos que no aceptaron formar parte del mismo y se eliminaron los instrumentos que no fueron llenados completamente.

### *Instrumentos*

1. Ficha de datos sociodemográficos: incluye información sobre la edad, estado civil y sexo de los participantes.
2. Cuestionario de perfil de estilo de vida saludable PEPS (Pender, 1996). Integrado por 48 ítems en formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (el valor 1 indica nunca y el 4 siempre), distribuidos en seis dimensiones: nutrición, ejercicio, responsabilidad en salud, manejo del estrés, soporte interpersonal y autoactualización. En esta investigación se obtuvo un coeficiente de confiabilidad de .87 (Oviedo y Campo-Arias, 2005), así como 52.16% de varianza total explicada, quedando 18 ítems con las siguientes cuatro dimensiones: autoactualización, responsabilidad en salud, ejercicio y soporte interpersonal.
3. Escala de desgaste ocupacional (EDO) de Uribe-Prado (2020). Constituida por 30 ítems en formato de respuesta tipo Likert con seis opciones de respuesta (el valor 1 indica totalmente en desacuerdo y el 6 totalmente de acuerdo), los indicadores son: agotamiento, despersonalización y satisfacción/insatisfacción al logro. En esta investigación se obtuvo una confiabilidad de .79 y 58.69% de varianza total explicada, permaneciendo las tres dimensiones del instrumento con 14 ítems para la muestra estudiada.
4. Cuestionario de resiliencia de González-Arratia (2016). Consta de 32 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de cinco puntos (el valor 1 indica nunca y el 5 siempre); sus dimensiones

son: factores protectores internos, factores protectores externos y empatía. Se obtuvo un coeficiente de confiabilidad de .89, con 46.23% de varianza total explicada, permaneciendo 26 ítems con las tres dimensiones del instrumento.

### *Procedimiento*

La aplicación de los instrumentos se llevó a cabo de manera electrónica por medio de Google Forms al visitar los planteles de la muestra seleccionada y proporcionarles a los docentes de forma personal el link del formulario durante el periodo de noviembre 2022 a marzo 2023, previo consentimiento por parte de los participantes. Esta investigación ha sido avalada por el Comité de Ética de Investigación con clave 2022/P05 de la Universidad Autónoma del Estado de México y por la Secretaría de Investigación y Estudios Avanzados de la misma Universidad (SIEA DOCSA-1322).

### *Análisis de información*

Se realizó un análisis descriptivo de los indicadores de las variables a través del cálculo de media, desviación estándar, así como el análisis de normalidad considerando asimetría y curtosis (Hair et al., 2004); se obtuvo el nivel de confiabilidad a través del cálculo del alfa de Cronbach (Oviedo y Campo-Arias, 2005); posteriormente, para determinar las diferencias por sexo se empleó la prueba U de Mann-Whitney y el análisis de Kruskal Wallis para el estado civil, en este último para los resultados en los que se encontraron diferencias significativas se realizó un análisis post hoc con el estadístico de Games Howell y posteriormente se calculó el tamaño del efecto por medio de la g de Hedges. Para el análisis de correlación se empleó el coeficiente de correlación rho de Spearman y para determinar el valor predictor del EVS y el DO sobre la resiliencia se realizó un análisis de regresión múltiple a través de la prueba  $R^2$  con el programa estadístico SPSS versión 26.0.

## Resultados

El análisis descriptivo arrojó que no existe distribución normal de los datos. Para obtener el nivel de EVS, DO y resiliencia de los participantes se utilizaron los criterios de evaluación propuestos por los autores de cada uno de los instrumentos, obteniendo que en la escala de EVS se presentan niveles saludables de autoactualización ( $M = 20.79$ ,  $DS = 3.05$ ), práctica de ejercicio ( $M = 12.83$ ,  $DS = 3.34$ ) y soporte interpersonal ( $M = 9.47$ ,  $DS = 2.11$ ); sin embargo existen niveles no saludables de responsabilidad en salud ( $M = 11.09$ ,  $DS = 3.56$ ). Respecto al DO, el 17.4% ( $n = 45$ ) de la muestra se encuentra sana de acuerdo con el puntaje obtenido en la escala, el 26% ( $n = 67$ ) presenta un nivel de desgaste normal, 31.8% ( $n = 82$ ) tiene indicadores altos de DO y 24.8% ( $n = 64$ ) padece DO. En el caso de la resiliencia, se encontraron niveles altos de factores protectores internos ( $M = 60.74$ ,  $DS = 7.94$ ) y empatía ( $M = 27$ ,  $DS = 3.47$ ), así como niveles moderados de factores protectores externos ( $M = 26$ ,  $DS = 4.09$ ).

Posteriormente se llevó a cabo un análisis de diferencias entre hombres y mujeres con la prueba  $U$  de Mann-Whitney, en el que no se encontró diferencia significativa en los puntajes de las escalas. Para determinar la diferencia por estado civil se realizó un análisis a través de las pruebas Kruskal Wallis y un análisis *post hoc* con el estadístico de Games Howell. Los resultados sugieren que no hay diferencias entre el estado civil con el EVS y la resiliencia; sin embargo, sí las hay entre el estado civil y el DO. Los docentes casados, quienes viven en unión libre y los divorciados presentan mayor DO que los solteros y los viudos (Tabla 1).

**Tabla 1.** Comparación de las variables DO, EVS y resiliencia de acuerdo con el estado civil de los participantes

Variables	Solteros		Casados		Unión libre		Divorciados		Viudos		H	gl	p
	Mdn (Rango)		Mdn (Rango)		Mdn (Rango)		Mdn (Rango)		Mdn (Rango)				
Desgaste ocupacional	37(57)		37(58)		44(46)		35.50(39)		28.50(10)		12.09	4	.01
Estilo de vida saludable	50(40)		51(41)		48(28)		49.50(35)		55(20)		5.80	4	.21
Resiliencia	114(61)		114(66)		112(61)		118(40)		114.5(25)		3.69	4	.45

*Nota:* los análisis *post hoc* con el estadístico Games Howell mostraron que los docentes casados presentan mayor DO que los viudos ( $p = .03$ ) /C 95% [1.25,22.56] g Hedges = .20, a su vez los solteros mayor desgaste que los viudos ( $p = .06$ ) /C 95% [.18,19.51] g Hedges = .20, quienes viven en unión libre presentan mayor desgaste que los solteros ( $p = .08$ ) /C 95% [.56, 14.92] g Hedges = .13 y los viudos ( $p < .001$ ) /C 95% [6.26,27.02] g Hedges = .46, los divorciados presentan mayor desgaste que los viudos ( $p = .03$ ) /C 95% [5.85,15.20] g Hedges = .24.

Respecto a la relación entre las variables, la *Rho* de Spearman indica una relación negativa entre el DO y el EVS, así como entre el DO y la resiliencia. En el caso de la resiliencia y el EVS se obtuvo una relación positiva (Tabla. 2).

**Tabla 2.** Correlaciones entre los puntajes totales de las escalas

<i>Correlaciones</i>			
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
1. Estilo de vida saludable	1		
2. Desgaste ocupacional	-.3**	1	
3. Resiliencia	.50**	-.43**	1

*Nota:* 1 = estilo de vida saludable, 2 = desgaste ocupacional, 3 = resiliencia. \*\* $p < .01$ .

Para predecir el efecto predictor del EVS y el DO sobre la resiliencia se realizó un análisis de regresión lineal múltiple con método por pasos, la ecuación de la regresión fue estadísticamente significativa  $F_{(2, 255)} = 63.98$ ,  $p = <.001$ ,  $1-\beta = .95$ ,  $R^2 = .33$ , lo que indica que el 33% del cambio en la resiliencia puede ser explicada por el EVS y DO. La ecuación de la regresión fue de  $92.89 + .64*(EVS) + (-.33)*(DO)$  donde la puntuación de la resiliencia aumenta .64 puntos por cada punto en el aumento del EVS y disminuye -.33 puntos por cada punto de DO.

## Discusión

En este estudio se analiza en conjunto el efecto predictor del EVS y el DO sobre la resiliencia. Respecto a los niveles de EVS, la muestra presenta niveles no saludables de responsabilidad en salud, esto quiere decir que a pesar de que en general los puntajes globales caracterizan a la muestra como saludable, al analizar cada dimensión del instrumento los resultados sugieren que la cantidad y calidad en la ingesta de alimentos no es adecuada, así como la prevención y autocuidado de la salud referido a las visitas médicas para prevención, tratamiento y seguimiento médico (Pavón *et al.*, 2006; Valverde, 2021; Zamarripa *et al.*, 2014).

Se destaca una prevalencia de 24.8% de DO en los participantes, por lo que es necesario direccionar acciones que permitan preservar la salud mental en los trabajadores de la educación a través de la promoción y ejecución de programas de intervención y prevención, que al mismo tiempo les permita a las instituciones contar con personal con mayores recursos psicológicos capaz de hacer frente a las situaciones estresantes y

desgastantes del trabajo, evitando con ello gastos innecesarios en ausentismo y en servicios de salud (Acuña-Hormazabal *et al.*, 2021; Maslach y Jackson, 1985; Maslach y Leiter, 200; Uribe-Prado, 2020).

Se reportan niveles de moderados a altos de resiliencia, lo cual es un elemento importante que posibilita generar recursos personales para hacer frente a las situaciones estresantes y que podría estar asociado a que la prevalencia de DO en la institución analizada disminuya (Hernández *et al.*, 2019; Maslach y Jackson, 1985; Tutte y Reche, 2016).

Respecto a la diferencia entre las variables por sexo, no se encontraron diferencias significativas como se esperaba, lo cual es similar a lo de los estudios de Della-Constanza *et al.* (2022), Comas-Armangué y Crespo (2021), Fernández (2017), Fínez-Silva *et al.* (2019) y González Arratia *et al.* (2022), ya que en esas investigaciones el sexo no fue una variable sociodemográfica significativa para los resultados arrojados al analizar las variables individualmente, pero sí lo fueron por ejemplo la edad, el estado civil, el nivel académico. En cuanto al estado civil, se observaron diferencias significativas en el DO ya que hay mayor prevalencia de este padecimiento en los participantes que se autorreportan como casados, quienes viven en unión libre y los divorciados, en contraste con los solteros y los viudos, esto es contrario a lo que Maglalang *et al.* (2021) señalan respecto al estatus marital, donde el ser soltero, no tener pareja, o vivir solo, aumenta la probabilidad de desarrollar DO debido a la ausencia de acompañamiento que experimenta una persona durante la presencia de problemas o conflictos en el ámbito laboral; esta diferencia podría estar asociada al hecho de que tener una familia o pareja aumenta el compromiso y la obligación de permanecer o contar con un trabajo, aunque no necesariamente sea del agrado de las personas (Goebel y Carlotto, 2019; González *et al.*, 2016; Uribe-Prado, 2016; Valle y Ponce, 2017).

La asociación negativa entre el DO y el EVS concuerda con Acuña-Hormazabal *et al.*, (2021), Goebel y Carlotto (2019) y Uribe-Prado (2016), quienes encontraron que a mayor presencia de EVS, las personas tendrán menor predisposición a padecer DO. Asimismo el DO y la resiliencia están asociados negativamente, lo que es congruente con De Vera-García y Gambarte (2019), quienes indican que las características personales y la resiliencia actúan como variables protectoras frente a la autopercepción

de síntomas de estrés crónico propios del DO, en tanto que la práctica de actividades propias de un EVS favorecen la resiliencia (Díaz-Castillo *et al.*, 2017).

Los hallazgos obtenidos permiten comprobar que los EVS y el DO predicen la resiliencia, por lo que todo esto permite concluir que la difusión de los EVS permitirá promover la salud mental y fortalecer la R de los docentes ante padecimientos como el DO. Entre los límites de esta investigación estriba la generalización de los resultados a otras poblaciones, pues los hallazgos dependen del contexto en que fue analizado, por lo que se recomienda ampliar la muestra, así como la inclusión de otras variables de personalidad que permitan mayor comprensión acerca de las interacciones entre los constructos. Se sugiere la implementación de programas de intervención que permitan fortalecer la resiliencia y con ello contribuir a la menor prevalencia de DO.

## Referencias bibliográficas

- Acuña-Hormazabal, Á., Mendoza-Llanos, R., y Pons-Peregort, O. (2021). Burnout, *engagement* y la percepción sobre prácticas de gestión en pandemia por covid-19 que tienen trabajadores del centro sur de Chile. *Estudios Gerenciales*, 37(158), 104-112. <https://doi.org/10.18046/j.estger.2021.158.4364>
- Alfaro, A. F. C. (2018). Bienestar como fuente de actuación organizacional. *Enfoque Disciplinario*, 3(1), 1-18. <http://enfoquedisciplinario.org/revista/index.php/enfoque/article/view/10>
- Barrantes-Brais, K., y Balaguer-Solá, I. (2019). Efecto de intervenciones de psicología positiva y ejercicio físico en el bienestar y malestar psicológico de estudiantes universitarios. *Revista Costarricense de Psicología*, 38(2), 149-177. <https://doi.org/10.22544/rcps.v38i02.03>
- Brito, L. J. (2018). Calidad educativa en las instituciones de educación superior: Evaluación del síndrome de burnout en los profesores. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(16), 516-534. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i16.356>



- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Desing*. Harvard University Press.
- Comas-Armangué, A., y Crespo, J. L. (2021). Resiliencia de profesionales sanitarios en la emergencia covid-19: Ejes de intervención. *Índex de Enfermeria*, 30(4), 292-296. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962021000300004](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962021000300004)
- Della-Constanza, P., Ferrari, G., Espoz-Lazo, S., Álvarez-Arangua, S., Espinoza-Salinas, A., Cofre-Bolados, C., y Fariás-Valenzuela, C. (2022). Estilo de vida y autoestima en adultos practicantes de calistenia y otras disciplinas y/o deportes urbanos en la pandemia del covid 19 en Chile. *Journal of Sport & Health Research*, 14(1), 91-104. <https://recyt.fecyt.es/index.php/JSHR/article/view/95641>
- De Vera García, I. V., y Gambarte, M. I. G. (2019). La resiliencia como factor protector del estrés crónico en docentes. *ЕЛНРЕ: European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 9(3), 159-175. <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i3.332>
- Díaz-Castillo, R., González-Escobar, S., González-Arratia, N. I., y López-Fuentes, M. M. L. L. (2017). Resiliencia en adultos mayores: Estudio de revisión. *Neurama. Revista Electrónica de Psicogerontología*, 4(2), 22-29. <https://www.researchgate.net/publication/326188717>  
Resiliencia en adultos mayores estudio de revision
- Fernández, M. P. (2017). Relación entre desgaste ocupacional y manifestaciones psicósomáticas en una muestra de docentes colombianos de la ciudad de Santa Marta. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 17(1), 78-90. <https://doi.org/10.30554/archmed.17.1.1910.2017>
- Fínez-Silva, M. J., Morán-Astorga, C., y Urchaga-Litago, J. D. (2019). Resiliencia psicológica a través de la edad y el sexo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 85-94. <https://revista.infad.eu/index.php/ijodaep/article/view/1513/1331>
- Goebel, D. K., y Carlotto, M. S. (2019). Preditores sociodemográficos, laborais e psicossociais da Síndrome de Burnout em docentes de educação a distância. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 37(2), 295-311. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.6886>

- González-Arratia, L. F. N. I. (2016) *Resiliencia y personalidad en niños y adolescentes. Cómo desarrollarse en tiempos de crisis*. Ediciones Eón.
- González-Arratia, L. F. N. I., Torres, M., Ruiz, A., y González, S. (2022). Estrés percibido, autoeficacia y resiliencia en docentes de educación básica durante la pandemia por covid-1. En Del Carmen, L., Maas, L. y Telumbre, J. (Eds.), *Psicología social en México* (pp. 125-132). UNACAR.
- González-Cantero, J. O., Oropeza-Tena, R., Padrós-Blázquez, F., Colunga-Rodríguez, C., Montes-Delgado, R., y González-Becerra, V. H. (2017). Capital psicológico y su relación con el estilo de vida de universitarios mexicanos. *Nutrición Hospitalaria*, 34(2), 439-443. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.172>
- González, G., Carrasquilla, D., Latorre, G., Torres, V., y Villamil, K. (2016). Síndrome de burnout en docentes universitarios. *Revista Cubana de Enfermería*, 31(4). <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/902/138>
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., y Black, W. C. (2004). *Análisis multivariante*. Pearson Prentice Hall.
- Hernández, E. F. T., González, L. F. E. S., y Olivárez, V. G. (2019). Análisis del “burnout” y sus escalas de medición. *Praxis Investigativa ReDIE: Revista Electrónica de la Red Durango de Investigadores Educativos*, 11(20), 106-124. <http://www.praxisinvestigativa.mx/assets/praxisinv20.pdf>
- Hernández, S., Fernández, C., y Baptista, L. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- López, P. L. (2004). Población muestra y muestreo. *Punto Cero*, 9(08), 69-74.
- Magaña-Medina, D. E., y Sánchez-Escobedo, P. (2013). Burnout and Role Ambiguity in Mexican Universities: A case study. *Revista Educación y Ciencia*, 3(41), 1-14. [https://www.researchgate.net/publication/307205342\\_Burnout\\_and\\_Role\\_Ambiguity\\_in\\_Mexican\\_Universities\\_A\\_case\\_study](https://www.researchgate.net/publication/307205342_Burnout_and_Role_Ambiguity_in_Mexican_Universities_A_case_study)
- Maglalang, D. D., Sorensen, G., Hopcia, K., Hashimoto, D. M., Katigbak, C., Pandey, S., y Sabbath, E. L. (2021). Job and family demands and burnout among healthcare workers: The moderating role of

- workplace flexibility. *SSM-Population Health*, 14, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2021.100802>
- Maslach, C., y Jackson, S. E. (1985). The role of sex and family variables in burnout. *Sex Roles*, 12(7), 837-851. <https://doi.org/10.1007/BF00287876>
- Maslach, C., y Leiter, (2008). Early Predictors of Job Burnout and Engagement. *Journal of Applied Psychology*, 93(3), 498-512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.93.3.498>
- Moreno-Jiménez, B., Rodríguez, A., Garrosa, E., y Morante, M. E. (2005). Breve historia del burnout a través de sus instrumentos de evaluación. En M. Martínez (comp.), *Quemarse en el trabajo (burnout)*, 11, 161-182. Egido Editorial Zaragoza.
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Burn-out “occupational phenomenon”: International Classification of Diseases”*. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>
- Oviedo, H. C., y Campo-Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 572-580.
- Páez, M. (2019). La salud desde la perspectiva de la resiliencia. Universidad de Manizales, Colombia. *Archivos de Medicina*, 20(1), 203-216. <https://doi.org/10.30554/archmed.20.1.3600.2020>
- Pavón, M. V. B., Hernández, M. A. M., Sommer, S. V., Urzúa, G. O., y Alveal, F. R. (2006). Comparación de estilos de vida de la población económicamente activa mayor de 65 años entre las ciudades de Chillan y Valparaíso, Chile. *Theoria*, 15(1), 33-44. <http://www.ubiobio.cl/theoria/v/v15-1/a3.pdf>
- Pender, N. J. (1996). *Promoción de la salud en la práctica de enfermería*. Appleton & Lange.
- Ramírez-Vélez, R., y Agredo, R. A. (2012). Fiabilidad y validez del instrumento “Fantástico” para medir el estilo de vida en adultos colombianos. *Revista de Salud Pública*, 14, 226-237.
- Ruiz de Chávez, D., Pando-Moreno, M., Aranda, B. C. B. C., y Almeida, P. C. (2014). “Burnout” y “work engagement” en docentes univer-

- sitarios de Zacatecas. *Ciencia y Trabajo*, 16(50), 116-120. <https://doi.org/10.4067/S0718-24492014000200010>
- Sandoval, S., Dorner, A., y Véliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 260-266. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2017.01.004>
- Tutte, V., y Reche, C. (2016). Burnout, resiliencia y optimismo en el hockey sobre hierba femenino. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 73-78. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/278451>
- Uribe-Prado, J. F. (2016). *Psicología del trabajo: Un entorno de factores psicosociales saludables para la productividad*. El Manual Moderno.
- . (2020). Riesgos psicosociales, “burnout” y factores psicosomáticos en servidores públicos. *Investigación Administrativa*, 49(125) 1-16. <https://doi.org/10.35426/iav49n125.03>
- Valle, M., y Ponce. (2017). Diseño de un programa estratégico para prevenir y reducir la incidencia de “mobbing” y “burnout” en un plantel de EMS de la ciudad de Toluca. (Tesis de maestría). Universidad Autónoma del Estado de México.
- Valverde, M. (2021). Síndrome de “burnout” y estilos de vida en docentes de la facultad de salud de una universidad privada de Perú en tiempos de pandemia. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 14(1), 19-26.
- Villavicencio-Ayub, E., Jurado-Cárdenas, S., y Valencia-Cruz, A. (2014). Work engagement and occupational burnout: Its relation to organizational socialization and psychological resilience. *Journal of Behavior, Health & Social Issues* 6(2), 45-55. <https://doi.org/10.22201/fesi.20070780.2014.6.2.48591>
- Zamarripa, J. I., Ruiz-Juan, F., López-Walle, J. M., y Fernández, R. (2014). Frecuencia, duración, intensidad y niveles de actividad física durante el tiempo libre en la población adulta de Monterrey (Nuevo León, México). *Espiral*, 7(14), 3-12. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4993671>

Las dinámicas interpersonales son cruciales para entender el bienestar social y personal, especialmente en un país como México, donde los problemas de violencia, desigualdad y fragmentación social son prominentes. Este libro examina las relaciones familiares, de pareja, laborales y comunitarias desde un enfoque interdisciplinario, resaltando su papel esencial en la prevención de violencias y la reconstrucción del tejido social mediante intervenciones psicosociales.

Los capítulos exploran cómo las relaciones afectan el desarrollo emocional y psicológico, actuando tanto como fuente de conflicto como de crecimiento. Se abordan contextos donde se requiere cuidado a poblaciones vulnerables, la prosocialidad, y las interacciones digitales o de pareja contemporáneas. Además, se reflexiona sobre el impacto de las normas de género, subrayando cómo estas perpetúan desigualdades y proponiendo relaciones más equitativas y respetuosas.

Asimismo, se destacan las relaciones laborales y ambientales como claves para una sociedad más justa, señalando la necesidad de condiciones laborales adecuadas y acceso a recursos esenciales. Este libro ofrece estudios que promueven intervenciones basadas en la empatía, autorregulación y apoyo social, esenciales para enfrentar la violencia y fortalecer los lazos comunitarios. En conjunto, es una contribución relevante para promover una sociedad equitativa, segura y solidaria en Latinoamérica.

ISBN 978-84-10470-27-9



9 788410 470279



UNIVERSIDAD DE  
GUADALAJARA  
Red Universitaria e Institución Benemérita de Jalisco