



# Estrategias para fomentar la resiliencia en estudiantes de enfermería de la ULEAM extensión El Carmen – Manabí

Strategies to promote resilience in nursing students at ULEAM El Carmen extension – Manabí

 <https://doi.org/10.47230/unesum-ciencias.v10.n3.2026.208-219>

**Recibido:** 10-05-2026

**Aceptado:** 10-08-2026

**Publicado:** 01-10-2026

Vielca Lissety Bermúdez Ramírez<sup>1\*</sup>

 <https://orcid.org/0009-0009-1040-1987>

Gerardo Vinicio Villacreses Álvarez<sup>2</sup>

 <https://orcid.org/0000-0002-0198-8423>

1. Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí; Manta, Ecuador.

2. Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí; Manta, Ecuador.

**Volumen:** 10

**Número:** 3

**Año:** 2026

**Paginación:** 208-219

**URL:** <https://revistas.unesum.edu.ec/index.php/unesumciencias/article/view/1180>

**\*Correspondencia autor:** vielcal.bermudez@pg.uleam.edu.ec

## RESUMEN

La resiliencia constituye un componente fundamental en la formación integral de los estudiantes de Enfermería, debido a las exigencias académicas, prácticas y socioemocionales que caracterizan su preparación profesional. El presente artículo tiene como objetivo analizar la importancia de implementar estrategias educativas para fomentar la resiliencia en estudiantes de Enfermería de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), Extensión El Carmen. Se realizó una revisión de literatura científica relacionada con la resiliencia académica, los factores asociados a su desarrollo y las estrategias educativas dirigidas a fortalecerla en estudiantes de Enfermería. La evidencia analizada permite identificar qué factores como la autoeficacia, la autorregulación, la inteligencia emocional, el apoyo social, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo desempeñan un papel relevante en la capacidad de los estudiantes para afrontar situaciones adversas. Asimismo, se reconoce que las demandas académicas y las experiencias clínicas pueden generar estrés y afectar el bienestar y la adaptación durante el proceso formativo. En este contexto, estrategias como la resolución de problemas, mindfulness, autorreflexión, tutorías, apoyo entre pares y acompañamiento institucional constituyen alternativas pertinentes para favorecer el desarrollo de recursos resilientes. Se concluye que fomentar la resiliencia desde el ámbito universitario puede contribuir al bienestar, la adaptación académica y la formación integral de los futuros profesionales de Enfermería, siendo necesario diseñar estrategias contextualizadas a las características y necesidades de los estudiantes de la ULEAM, Extensión El Carmen.

**Palabras clave:** Resiliencia, Enfermería, Educación, Estrategias, Bienestar.

## ABSTRACT

Resilience constitutes a fundamental component in the comprehensive education of Nursing students, due to the academic, practical, and socio-emotional demands that characterize their professional training. The purpose of this article is to analyze the importance of implementing educational strategies to promote resilience among Nursing students at Eloy Alfaro Lay University of Manabí (ULEAM), El Carmen Extension. A review of scientific literature related to academic resilience, the factors associated with its development, and educational strategies aimed at strengthening it among Nursing students was conducted. The evidence analyzed makes it possible to identify factors such as self-efficacy, self-regulation, emotional intelligence, social support, problem-solving, and autonomous learning as playing a significant role in students' ability to cope with adverse situations. Likewise, it is recognized that academic demands and clinical experiences can generate stress and affect students' well-being and adaptation throughout the educational process. In this context, strategies such as problem-solving, mindfulness, self-reflection, tutoring, peer support, and institutional guidance constitute relevant alternatives for fostering the development of resilience resources. It is concluded that promoting resilience within the university environment can contribute to the well-being, academic adaptation, and comprehensive education of future Nursing professionals. Therefore, it is necessary to design strategies tailored to the characteristics and needs of students at ULEAM, El Carmen Extension.

**Keywords:** Resilience, Nursing, Education, Strategies, Well-being.



Creative Commons Attribution 4.0  
International (CC BY 4.0)

## Introducción

La educación superior contemporánea enfrenta el desafío de formar profesionales capaces de responder de manera competente a escenarios caracterizados por cambios sociales, tecnológicos y profesionales constantes. Esta exigencia adquiere particular relevancia en las carreras del área de la salud, donde el proceso formativo no se limita a la adquisición de conocimientos teóricos, sino que comprende el desarrollo progresivo de competencias prácticas, comunicativas, éticas y socioemocionales. En este contexto, la formación de profesionales de enfermería demanda que los estudiantes desarrollen recursos personales que les permitan afrontar las exigencias académicas y clínicas propias de su preparación profesional. La Organización Mundial de la Salud [OMS] (2025) reconoce que la educación previa al ejercicio profesional constituye una base fundamental para preparar a los futuros profesionales de enfermería, particularmente mediante el desarrollo integrado de conocimientos, actitudes y competencias necesarias para responder a las necesidades de salud de la población.

En Ecuador, esta problemática también ha adquirido relevancia dentro de la formación universitaria en enfermería. Un estudio realizado con estudiantes de una universidad ecuatoriana encontró una elevada presencia de estrés académico, identificándose como factores relevantes la sobrecarga de trabajo, las dificultades de concentración y la fatiga, elementos que pueden interferir en el desarrollo satisfactorio de las actividades académicas. Asimismo, investigaciones recientes realizadas en instituciones de educación superior de Manabí han abordado el estrés académico en estudiantes de enfermería, destacando la relación existente entre las exigencias académicas, la formación práctica y el bienestar de los estudiantes. Estos antecedentes permiten reconocer que las demandas asociadas con la formación de enfermería constituyen un aspecto que debe ser considerado desde una perspectiva educativa integral.

Frente a estas circunstancias, la resiliencia adquiere especial importancia como un recurso que puede favorecer la capacidad de los estudiantes para afrontar situaciones adversas y continuar desarrollándose académica y personalmente. La resiliencia no debe entenderse únicamente como la capacidad individual de soportar dificultades, sino como un proceso dinámico en el que intervienen recursos personales, relaciones interpersonales y condiciones del entorno educativo. La evidencia disponible en estudiantes de enfermería muestra que la resiliencia constituye un elemento relevante para afrontar los cambios en los estilos de aprendizaje, las primeras experiencias clínicas y las diferentes exigencias asociadas con la educación en enfermería.

Desde esta perspectiva, la resiliencia académica representa una dimensión particularmente relevante para la educación superior, debido a que permite comprender cómo los estudiantes pueden mantener su compromiso y desempeño frente a situaciones de presión, fracaso, incertidumbre o dificultades académicas. Shen et al. (2024) identificaron entre los atributos de la resiliencia académica en estudiantes de enfermería la autoeficacia, la autorregulación y la capacidad de recuperación, mientras que entre sus consecuencias señalaron la adaptación, el éxito académico, el sentido de pertenencia institucional y menores niveles de malestar psicológico. Por tanto, fortalecer esta capacidad puede constituir una alternativa educativa orientada no solamente al rendimiento académico, sino también al bienestar integral y a la permanencia de los estudiantes en su proceso formativo.

La relación entre resiliencia y bienestar ha sido respaldada por investigaciones realizadas en diferentes contextos educativos. Berdida (2022) encontró que la resiliencia desempeña un papel mediador en la relación entre el estrés académico, la ansiedad relacionada con la COVID-19 y la calidad de vida de estudiantes de enfermería, lo que evidencia su importancia como recurso

psicológico frente a situaciones de elevada demanda. De igual manera, Hasimi et al. (2023) analizaron la resiliencia como predictor de malestar psicológico en estudiantes de enfermería y señalaron la relevancia de fortalecer recursos personales que contribuyan a enfrentar situaciones adversas durante la formación profesional.

La resiliencia también se encuentra vinculada con procesos educativos que pueden ser fortalecidos desde la propia institución universitaria. Hwang y Kim (2023) encontraron relaciones positivas entre la resiliencia académica, el optimismo, la inteligencia emocional y las competencias de aprendizaje autodirigido en estudiantes de enfermería, destacando la importancia de fortalecer recursos de carácter positivo dentro de los procesos educativos. Asimismo, investigaciones sobre autoeficacia académica han identificado asociaciones positivas entre esta variable, la resiliencia y el apoyo social en estudiantes de enfermería, lo que sugiere que el desarrollo de recursos individuales y sociales puede favorecer la adaptación académica.

En consecuencia, el desarrollo de la resiliencia no debería considerarse una responsabilidad exclusiva del estudiante, sino también un componente susceptible de ser promovido mediante acciones educativas planificadas. La institución universitaria puede contribuir a la generación de ambientes de aprendizaje que favorezcan el apoyo, la comunicación, la autorregulación, la resolución de problemas, la gestión emocional y el fortalecimiento de las relaciones interpersonales. En este sentido, las estrategias educativas orientadas a la resiliencia pueden constituirse en mecanismos preventivos y formativos para ayudar a los estudiantes a responder de manera más adaptativa ante las dificultades propias de la vida universitaria y de la formación clínica.

La necesidad de desarrollar estrategias específicas resulta aún más relevante si se considera que las experiencias clínicas pueden representar una fuente importante de

incertidumbre y tensión emocional. Aryuwat et al. (2024) evidenciaron que los estudiantes de enfermería requieren recursos de resiliencia para afrontar las demandas de la práctica clínica, caracterizadas por cargas de trabajo, situaciones impredecibles y experiencias emocionalmente exigentes. En este sentido, la formación resiliente puede contribuir a que los futuros profesionales desarrollen herramientas para afrontar los desafíos de su preparación sin desvincularse de los principios de cuidado, responsabilidad y compromiso profesional.

En el contexto específico de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), Extensión El Carmen, la carrera de Enfermería se desarrolla bajo una modalidad presencial y contempla la preparación de profesionales orientados al cuidado integral de la persona, la familia, la comunidad y el entorno en los diferentes niveles de atención sanitaria. Esta característica implica que el proceso formativo articula conocimientos teóricos con experiencias prácticas y de interacción directa, por lo que resulta pertinente considerar el componente socioemocional como parte de una educación integral. La identificación de estrategias que contribuyan al fortalecimiento de la resiliencia puede, por tanto, aportar elementos de interés para mejorar las condiciones educativas y favorecer una formación profesional más integral.

Aunque la literatura científica ha demostrado la importancia de la resiliencia en estudiantes de enfermería, persiste la necesidad de generar propuestas contextualizadas que respondan a las características y necesidades particulares de cada población universitaria. Una revisión reciente sobre resiliencia en estudiantes de pregrado de enfermería encontró niveles predominantemente moderados y señaló la influencia de factores personales, familiares y ambientales, además de recomendar la implementación de programas de promoción de la resiliencia desde los planes educativos. Por otra parte, la evidencia sobre intervencio-

nes educativas indica que las estrategias dirigidas específicamente al fortalecimiento de la resiliencia poseen potencial para mejorar esta capacidad, aunque sus efectos pueden variar según la duración, características y enfoque de las intervenciones.

En este marco, el presente artículo aborda la importancia de diseñar estrategias para fomentar la resiliencia en estudiantes de Enfermería de la ULEAM, Extensión El Carmen, Manabí, desde una perspectiva educativa orientada al desarrollo integral del estudiante. El interés central radica en reconocer la resiliencia como una competencia susceptible de fortalecerse mediante acciones pedagógicas y de acompañamiento que respondan a las demandas académicas, personales y prácticas que caracterizan la formación de enfermería. De esta manera, el estudio busca aportar fundamentos para la construcción de estrategias educativas que favorezcan la capacidad de afrontamiento, el bienestar, la adaptación académica y la continuidad del proceso formativo de los futuros profesionales de enfermería.

## **Desarrollo**

### **1. Resiliencia: aproximación conceptual y educativa**

La resiliencia constituye un constructor de especial interés para comprender la manera en que las personas afrontan situaciones adversas y continúan desarrollándose a pesar de las dificultades. En el ámbito educativo, su importancia se relaciona con la capacidad de los estudiantes para responder de manera adaptativa ante experiencias que pueden afectar su desempeño, bienestar y continuidad académica. Por esta razón, la resiliencia no debe interpretarse únicamente como una característica individual e invariable, sino como un proceso que puede fortalecerse mediante experiencias personales, relaciones sociales y condiciones favorables del entorno educativo.

En el contexto de la formación universitaria, la resiliencia adquiere una dimensión parti-

cular porque los estudiantes se encuentran en una etapa caracterizada por importantes demandas académicas, sociales y personales. La exposición a evaluaciones, trabajos, responsabilidades, cambios en las relaciones interpersonales y decisiones relacionadas con el futuro profesional puede generar situaciones que requieren mecanismos adecuados de afrontamiento. Shen et al. (2024) plantean que la resiliencia académica en estudiantes de Enfermería se relaciona con la capacidad de enfrentar los desafíos académicos y que sus principales atributos comprenden la autoeficacia, la autorregulación y la recuperación frente a las dificultades.

Desde esta perspectiva, una característica relevante de la resiliencia es su naturaleza dinámica. Esto significa que la respuesta de una persona frente a una situación adversa puede modificarse dependiendo de sus recursos internos, las experiencias previas y el apoyo disponible en su entorno. En consecuencia, un estudiante que presenta dificultades para afrontar determinadas situaciones académicas no necesariamente posee una baja capacidad permanente de resiliencia, sino que puede requerir oportunidades educativas que permitan desarrollar estrategias de afrontamiento más eficaces.

La evidencia longitudinal respalda esta concepción dinámica. Un estudio realizado durante los cuatro años de formación universitaria de estudiantes de Enfermería encontró un incremento de los niveles de resiliencia y afecto positivo, acompañado de una disminución del afecto negativo. Estos resultados permiten considerar que las experiencias acumuladas durante la formación profesional pueden contribuir al desarrollo progresivo de recursos de adaptación.

En consecuencia, desde una perspectiva educativa, fomentar la resiliencia implica crear condiciones para que los estudiantes aprendan a reconocer las dificultades, regular sus respuestas emocionales, buscar apoyo, resolver problemas y mantener objetivos académicos a pesar de las situaciones ad-

versas. Esta concepción resulta particularmente pertinente para la formación de profesionales de Enfermería, debido a que las exigencias de la carrera requieren combinar conocimientos científicos, habilidades técnicas y competencias socioemocionales.

## **2. Resiliencia académica en estudiantes de Enfermería**

La resiliencia académica puede comprenderse como la capacidad de los estudiantes para mantener o recuperar un funcionamiento académico adecuado frente a situaciones de dificultad, fracaso, presión o adversidad. En el caso de Enfermería, este concepto adquiere especial relevancia porque la formación profesional combina exigencias teóricas con experiencias prácticas que progresivamente aproximan al estudiante a situaciones reales de atención y cuidado.

Shen et al. (2024) señalan que la resiliencia académica de los estudiantes de Enfermería presenta como atributos fundamentales la autoeficacia, la autorregulación y la recuperación. Asimismo, identifican factores internos y ambientales como antecedentes de este proceso, mientras que entre sus consecuencias se encuentran la adaptabilidad, la madurez profesional, el éxito académico, el sentido de pertenencia institucional y menores niveles de malestar psicológico.

Esta relación entre resiliencia y desempeño académico también ha sido observada en estudios que analizan las diferencias individuales entre estudiantes. Tan et al. (2024) identificaron diferentes perfiles de resiliencia académica en estudiantes universitarios de Enfermería y señalaron la importancia de considerar la heterogeneidad existente entre los estudiantes para desarrollar intervenciones más ajustadas a sus necesidades.

Por tanto, el desarrollo de estrategias de resiliencia no debería basarse en un único modelo de intervención para todos los estudiantes. Las necesidades pueden variar de acuerdo con el nivel académico, las experiencias clínicas, las características perso-

nales, el apoyo social y las demandas particulares que enfrenta cada estudiante. Esta consideración resulta importante para la educación de posgrado y para el diseño de propuestas educativas contextualizadas.

De igual manera, la resiliencia se relaciona con la percepción que el estudiante tiene sobre su propia capacidad para alcanzar objetivos académicos. Labrague (2024) encontró que la resiliencia constituye un predictor positivo significativo de la autoeficacia académica en estudiantes de Enfermería, mientras que la autoeficacia académica desempeña un papel relevante en el desempeño académico y clínico.

La relación entre resiliencia y autoeficacia permite comprender que fomentar la capacidad de afrontamiento no significa únicamente enseñar al estudiante a manejar el estrés. También implica fortalecer la percepción de competencia, la autonomía, la capacidad de establecer metas y la confianza para afrontar problemas académicos y profesionales.

## **3. Exigencias académicas y clínicas en la formación de Enfermería**

La carrera de Enfermería posee características que pueden generar demandas específicas para los estudiantes. A diferencia de otros programas universitarios, la formación requiere articular conocimientos científicos con habilidades prácticas y experiencias clínicas, lo que implica que el estudiante debe responder simultáneamente a diferentes tipos de exigencias.

Los estudiantes pueden experimentar preocupación ante evaluaciones, acumulación de tareas, dificultades para organizar el tiempo, presión por alcanzar determinados resultados y temor a cometer errores durante las actividades prácticas. Estas situaciones pueden intensificarse cuando el estudiante comienza a relacionarse directamente con pacientes y debe aplicar conocimientos adquiridos previamente.

En Ecuador, Rueda García et al. (2021) analizaron la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de una universidad pública y evidenciaron la importancia de considerar el estrés académico como una variable relacionada con el proceso formativo.

La situación también ha sido examinada en estudiantes de Enfermería de Manabí. Molina Macías y Solórzano (2026) estudiaron el estrés académico en estudiantes de segundo semestre de Enfermería de la PUCE-Manabí y destacaron la presencia de exigencias relacionadas con la carga académica y las características propias de la formación en esta área.

Estos antecedentes permiten reconocer que el contexto educativo en el que se forman los futuros profesionales de Enfermería requiere considerar estrategias que no se limiten al desarrollo cognitivo. El estudiante necesita herramientas para organizar sus responsabilidades, afrontar situaciones difíciles, reconocer sus emociones y solicitar ayuda cuando sea necesario.

Las experiencias clínicas constituyen otro componente fundamental. Aryuwat et al. (2024) identificaron que los estudiantes de Enfermería enfrentan durante la educación clínica diferentes desafíos y requieren apoyos específicos para desarrollar resiliencia. La exposición a situaciones impredecibles, demandas laborales y experiencias emocionalmente intensas puede convertirse en un desafío para la adaptación del estudiante.

Por ello, la resiliencia debe ser entendida como un componente transversal de la formación profesional. No se trata de preparar al estudiante únicamente para aprobar asignaturas, sino de favorecer la adquisición de recursos que puedan ser utilizados posteriormente en escenarios laborales donde las demandas emocionales, técnicas y éticas pueden ser aún mayores.

#### **4. Factores asociados con la resiliencia de los estudiantes**

La resiliencia se encuentra influenciada por múltiples factores. Entre ellos pueden considerarse elementos individuales, académicos, familiares, sociales e institucionales. Esta diversidad demuestra que la capacidad de afrontar adversidades no depende exclusivamente de la voluntad del estudiante.

En el plano individual, la autoeficacia, la autorregulación, la capacidad de resolución de problemas y la percepción positiva de las propias capacidades pueden actuar como recursos protectores. Shen et al. (2024) identificaron precisamente la autoeficacia y la autorregulación como componentes centrales de la resiliencia académica en estudiantes de Enfermería.

La inteligencia emocional también representa un elemento de interés. Hwang y Kim (2023) encontraron una relación entre optimismo, inteligencia emocional y resiliencia académica en estudiantes de Enfermería, señalando además el papel mediador de las competencias de aprendizaje autodirigido. Estos resultados permiten considerar que las habilidades socioemocionales y las capacidades relacionadas con el aprendizaje autónomo pueden contribuir al fortalecimiento de la resiliencia.

Otro factor importante es el apoyo social. Las relaciones con compañeros, docentes, familiares y otras personas significativas pueden proporcionar recursos emocionales y prácticos para afrontar las dificultades. Labrague (2024) encontró que el apoyo social y la resiliencia se relacionan con la autoeficacia académica de los estudiantes de Enfermería.

Por otra parte, el entorno institucional puede favorecer o limitar el desarrollo de recursos resilientes. Un ambiente educativo caracterizado por comunicación adecuada, acompañamiento docente, relaciones respetuosas y disponibilidad de orientación puede contribuir a que el estudiante perciba que cuenta con recursos para enfrentar las dificultades.

Chye et al. (2024) analizaron los factores relacionados con la construcción de resiliencia.

cia en estudiantes universitarios de profesiones sanitarias y destacaron la influencia de factores personales y contextuales en este proceso.

En consecuencia, una estrategia educativa para fomentar la resiliencia debería considerar una perspectiva multidimensional. Trabajar únicamente la dimensión emocional puede resultar insuficiente si no se acompaña de acciones relacionadas con habilidades académicas, relaciones interpersonales, apoyo institucional y resolución de problemas.

### **5. Estrategias educativas para fomentar la resiliencia**

La promoción de la resiliencia dentro de la universidad requiere pasar de una perspectiva reactiva a una perspectiva preventiva y formativa. En lugar de intervenir únicamente cuando el estudiante presenta niveles elevados de estrés o dificultades académicas, la institución puede desarrollar acciones permanentes orientadas a fortalecer recursos de afrontamiento.

Entre las estrategias con potencial para este propósito se encuentran los programas de entrenamiento en resolución de problemas, mindfulness, actividades de autorreflexión, educación socioemocional, tutorías, acompañamiento académico, grupos de apoyo entre pares y recursos digitales de bienestar.

Şenocak y Demirkiran (2023) evaluaron mediante un ensayo controlado aleatorizado los efectos de un programa de desarrollo de habilidades de resolución de problemas en estudiantes de Enfermería, considerando como variables la resiliencia, el estrés percibido y la autoeficacia. Este tipo de intervención resulta especialmente relevante porque permite trabajar una habilidad concreta que puede utilizarse frente a diferentes dificultades académicas y personales.

Otra estrategia estudiada es el mindfulness. Han et al. (2023) analizaron los efectos de un entrenamiento en reducción del estrés basa-

do en mindfulness, aplicado de manera virtual a internos de Enfermería, con el propósito de fortalecer su resiliencia y facilitar la transición hacia las responsabilidades profesionales.

El uso de recursos digitales también puede complementar las estrategias tradicionales. Una investigación realizada con estudiantes de primer año de Enfermería y Obstetricia evaluó un recurso web denominado “Well-being Shelf”, diseñado mediante un proceso participativo e integrado por diferentes alternativas de autocuidado. Aunque los resultados mostraron una disminución de las puntuaciones de resiliencia y bienestar durante el seguimiento, los estudiantes valoraron la posibilidad de acceder a diferentes opciones y compartir prácticas de autocuidado.

Estos resultados son importantes porque demuestran que una intervención educativa no debe limitarse a proporcionar información. Para que las estrategias de resiliencia tengan posibilidades de generar cambios, deben promover la participación activa del estudiante, facilitar la práctica de habilidades y permitir la incorporación de dichas habilidades a las situaciones cotidianas.

### **6. Importancia de las estrategias multidimensionales**

La evidencia científica reciente sugiere que la resiliencia es un fenómeno complejo y que las intervenciones orientadas a fortalecerla deben considerar múltiples dimensiones. Ejaz et al. (2024), al analizar programas educativos dirigidos a estudiantes de Enfermería, encontraron variabilidad entre las intervenciones en cuanto a estrategias, contenidos, duración, actividades de enseñanza-aprendizaje e instrumentos utilizados. Los resultados mostraron que los efectos no necesariamente son inmediatos y que pueden observarse beneficios en seguimientos posteriores.

Este hallazgo tiene implicaciones importantes para el diseño de estrategias educativas. Una intervención breve puede generar cambios limitados si no existe continuidad

o acompañamiento. Por ello, la promoción de la resiliencia debería incorporarse como un proceso progresivo y no como una actividad aislada.

En este sentido, las estrategias pueden organizarse alrededor de diferentes dimensiones. La primera corresponde a la dimensión personal, mediante actividades destinadas al autoconocimiento, identificación de fortalezas, regulación emocional y establecimiento de metas. La segunda comprende la dimensión académica, orientada al manejo del tiempo, organización del estudio, resolución de problemas y aprendizaje autónomo. La tercera corresponde a la dimensión social, mediante actividades de apoyo entre compañeros, comunicación efectiva y fortalecimiento de redes de ayuda. Finalmente, la dimensión institucional implica la participación de docentes y autoridades en acciones de orientación, acompañamiento y generación de ambientes educativos favorables.

La necesidad de considerar estas dimensiones se encuentra respaldada por la evidencia que identifica tanto factores internos como ambientales como antecedentes de la resiliencia académica. Shen et al. (2024) destacan precisamente que la resiliencia académica surge de la interacción entre recursos internos y condiciones externas.

## **7. Resiliencia y bienestar durante la formación profesional**

La promoción de la resiliencia adquiere especial importancia cuando se considera su relación con el bienestar de los estudiantes. La formación profesional puede constituir una etapa de importantes transformaciones y responsabilidades, por lo que las instituciones educativas deben preocuparse no solamente por el rendimiento académico, sino también por las condiciones que permiten al estudiante mantenerse saludable y comprometido con su formación.

Un estudiante con mayores recursos de afrontamiento puede encontrarse en mejores condiciones para responder ante difi-

cultades sin abandonar sus objetivos académicos. Shen et al. (2024) relacionan la resiliencia académica con la adaptación, el éxito académico, el sentido de pertenencia y menores niveles de malestar psicológico.

La evidencia longitudinal de estudiantes de Enfermería también demuestra que la resiliencia puede experimentar cambios positivos a lo largo de la formación, acompañados por un incremento del afecto positivo y una reducción del afecto negativo. Esto permite plantear que la universidad constituye un espacio potencial para promover deliberadamente capacidades de adaptación.

Por tanto, fomentar la resiliencia puede contribuir a una concepción de la educación superior centrada en el desarrollo integral. En Enfermería, esta perspectiva adquiere una importancia adicional porque el profesional deberá afrontar posteriormente situaciones relacionadas con enfermedad, sufrimiento, incertidumbre, muerte, responsabilidad profesional y toma de decisiones.

## **8. Pertinencia de fomentar la resiliencia en la ULEAM Extensión El Carmen**

El tema adquiere especial pertinencia en el contexto de los estudiantes de Enfermería de la ULEAM Extensión El Carmen, debido a que la formación universitaria requiere preparar al estudiante para responder tanto a las exigencias académicas como a las demandas prácticas propias de su futura profesión.

La necesidad de desarrollar estrategias contextualizadas se justifica porque los factores que afectan la resiliencia pueden variar entre instituciones y poblaciones. Las condiciones socioeducativas, las características del estudiantado, los recursos disponibles, las experiencias académicas y las particularidades de las prácticas profesionales pueden generar necesidades específicas que no necesariamente son iguales a las identificadas en otros contextos.

En este sentido, no sería suficiente trasladar directamente un programa desarrolla-

do en otra universidad. Es necesario considerar las características de los estudiantes de la ULEAM Extensión El Carmen y diseñar estrategias que sean viables dentro de su realidad educativa. La investigación reciente sobre perfiles de resiliencia académica respalda la importancia de reconocer diferencias individuales al momento de plantear intervenciones.

La propuesta de fomentar la resiliencia desde el ámbito educativo responde, por tanto, a una necesidad de formación integral. El objetivo no consiste en eliminar las dificultades propias de la carrera, sino en proporcionar al estudiante recursos que le permitan afrontarlas de manera adaptativa.

En este marco, las estrategias pueden orientarse al fortalecimiento de la autorregulación, la autoeficacia, la resolución de problemas, la gestión emocional, el aprendizaje autónomo, la comunicación y la búsqueda de apoyo. La evidencia disponible indica que estos componentes se encuentran vinculados con la resiliencia y con diferentes resultados académicos y de bienestar en estudiantes de Enfermería.

Por consiguiente, fomentar la resiliencia debe asumirse como una responsabilidad compartida entre estudiantes, docentes e institución. El estudiante participa activamente en el desarrollo de sus recursos personales; el docente puede generar experiencias de aprendizaje que favorezcan autonomía, reflexión y resolución de problemas; y la institución puede proporcionar condiciones de acompañamiento y apoyo que favorezcan el bienestar y la permanencia académica.

## **9. Fundamentación para el diseño de estrategias de resiliencia**

A partir de la revisión realizada, se puede establecer que una estrategia educativa orientada al fortalecimiento de la resiliencia en estudiantes de Enfermería debería cumplir determinadas características. En primer lugar, debe ser preventiva, de manera que

no se limite a intervenir cuando aparecen problemas. En segundo lugar, debe ser participativa, favoreciendo que los estudiantes construyan y practiquen sus propios recursos de afrontamiento. En tercer lugar, debe ser multidimensional, porque la resiliencia depende de factores personales y ambientales. Finalmente, debe ser contextualizada, considerando las características de la población y de la institución educativa.

La evidencia disponible sobre intervenciones muestra que existen diferentes alternativas, pero también que los resultados pueden variar según el diseño, duración y características de cada programa. Ejaz et al. (2024) recomiendan enfoques inclusivos y multidimensionales debido a la naturaleza compleja y cambiante de la resiliencia.

Por ello, para los estudiantes de Enfermería de la ULEAM Extensión El Carmen resulta pertinente plantear estrategias que integren el desarrollo personal, académico y social. Estas pueden incluir talleres de resolución de problemas, actividades de autorreflexión, técnicas de regulación emocional, ejercicios de mindfulness, tutorías académicas, grupos de apoyo entre pares y actividades orientadas al fortalecimiento de la autoeficacia.

La selección de estas estrategias deberá considerar posteriormente los resultados obtenidos en el diagnóstico de la población estudiada. De esta manera, la propuesta no se construirá únicamente desde la teoría, sino a partir de las necesidades identificadas en los estudiantes.

En síntesis, la revisión de la literatura permite sostener que la resiliencia constituye un recurso relevante dentro de la formación de Enfermería y que puede fortalecerse mediante intervenciones educativas. La evidencia científica identifica relaciones entre resiliencia, autoeficacia, bienestar, adaptación y desempeño académico, al mismo tiempo que demuestra la existencia de diferentes alternativas para promoverla. Por ello, el desarrollo de estrategias contextualizadas para los estudiantes de Enfermería

de la ULEAM Extensión El Carmen representa una alternativa pertinente para contribuir a una formación profesional integral, capaz de responder a las exigencias académicas, clínicas y socioemocionales propias de la carrera.

## Conclusiones

La resiliencia constituye un componente relevante dentro de la formación integral de los estudiantes de Enfermería, debido a que las exigencias académicas, prácticas y socioemocionales propias de la carrera requieren que los futuros profesionales desarrollen recursos que les permitan afrontar situaciones adversas y mantener una respuesta adaptativa ante las dificultades. La revisión realizada permite reconocer que la resiliencia no debe ser concebida únicamente como una característica individual, sino como un proceso dinámico que puede fortalecerse mediante experiencias educativas, relaciones interpersonales y condiciones institucionales favorables.

En los estudiantes de Enfermería, la resiliencia académica se relaciona con recursos como la autoeficacia, la autorregulación, la capacidad de recuperación, el aprendizaje autónomo y la resolución de problemas. Estos elementos pueden favorecer la adaptación frente a las exigencias de la formación universitaria y contribuir al bienestar y permanencia del estudiante en su proceso académico. Por ello, su fortalecimiento debe formar parte de una concepción educativa que considere conjuntamente las dimensiones cognitiva, emocional, social y profesional.

La evidencia revisada permite identificar que las demandas académicas y clínicas constituyen factores que pueden generar estrés y dificultades de adaptación durante la formación de Enfermería. Las experiencias prácticas, la interacción con pacientes, las responsabilidades académicas, las evaluaciones y la necesidad de aplicar conocimientos en situaciones reales requieren que los estudiantes dispongan de estrategias adecuadas de afrontamiento. En

consecuencia, la universidad representa un espacio fundamental para proporcionar herramientas que permitan responder de manera constructiva ante estas situaciones.

Las estrategias educativas orientadas al fortalecimiento de la resiliencia pueden incluir actividades de resolución de problemas, regulación emocional, mindfulness, autorreflexión, tutoría, apoyo entre pares, aprendizaje autodirigido y fortalecimiento de la autoeficacia. La literatura analizada evidencia que diferentes modalidades de intervención pueden contribuir al desarrollo de recursos resilientes; sin embargo, sus resultados dependen de las características de la población, la metodología empleada, la duración de las actividades y la continuidad del acompañamiento.

En este sentido, las estrategias para fomentar la resiliencia en los estudiantes de Enfermería de la ULEAM Extensión El Carmen deben responder a las características particulares de su contexto educativo. No resulta suficiente trasladar modelos desarrollados en otras instituciones, sino que es necesario considerar las necesidades reales de los estudiantes, sus experiencias académicas y clínicas, los recursos institucionales disponibles y las condiciones que pueden favorecer o dificultar su proceso de adaptación.

Finalmente, fomentar la resiliencia desde la educación superior representa una oportunidad para fortalecer una formación profesional más integral. La preparación de los futuros profesionales de Enfermería debe trascender la adquisición de conocimientos técnicos y promover también competencias personales y sociales que les permitan afrontar los desafíos de su formación y de su futuro ejercicio profesional. En consecuencia, la implementación de estrategias sistemáticas y contextualizadas para el desarrollo de la resiliencia puede constituirse en una alternativa educativa pertinente para favorecer el bienestar, la adaptación académica y el desarrollo profesional de los estudiantes de Enfermería de la ULEAM Extensión El Carmen.

## Bibliografía

- Aryuwat, P., Asp, M., Holmgren, J., Lövenmark, A., & Radabutr, M. (2024). Experiences of nursing students regarding challenges and support for resilience during clinical education: A qualitative study. *Nursing Reports*, 14(3), 1604–1620. <https://doi.org/10.3390/nursrep14030120>
- Berdida, D. J. E., & Grande, R. A. N. (2023). Academic stress, COVID-19 anxiety, and quality of life among nursing students: The mediating role of resilience. *International Nursing Review*, 70(1), 34–42. <https://doi.org/10.1111/inr.12774>
- Chye, S. M., Kok, Y. Y., Chen, Y. S., & Er, H. M. (2024). Building resilience among undergraduate health professions students: Identifying influencing factors. *BMC Medical Education*, 24, 1168. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-06127-1>
- Ejaz, H., Sultan, B., Pienaar, A. J., & Froelicher, E. S. (2024). Effectiveness of a resilience-focused educational program for promoting resilience in nursing students: A systematic review and meta-analysis. *Nurse Education in Practice*, 78, 104014. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2024.104014>
- Han, B., et al. (2023). Effect of online modified mindfulness-based stress reduction training on the resilience of nursing interns in China. *Nursing Open*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10333883/>
- Hasimi, L., Ahmadi, M., Hovyzian, S. A., & Ahmadi, A. (2023). Sense of coherence or resilience as predictors of psychological distress in nursing students during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Public Health*, 11, 1233298. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1233298>
- Hwang, E. H., & Kim, K. H. (2023). Relationship between optimism, emotional intelligence, and academic resilience of nursing students: The mediating effect of self-directed learning competency. *Frontiers in Public Health*, 11, 1182689. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1182689>
- Labrague, L. J. (2024). Examining the influence of social support and resilience on academic self-efficacy and learning outcomes in pre-licensure student nurses. *Journal of Professional Nursing*, 55, 119–124. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2024.09.012>
- Shen, Y., Feng, H., & Li, X. (2024). Academic resilience in nursing students: A concept analysis. *BMC Nursing*, 23, 466. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02133-2>
- Şenocak, S. Ü., & Demirkıran, F. (2023). Effects of problem-solving skills development training on resilience, perceived stress, and self-efficacy in nursing students: A randomised controlled trial. *Nurse Education in Practice*, 72, 103795. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2023.103795>
- Tan, K. L., Chan, C. K., & Chua, Y. P. (2024). Academic resilience profiles among nursing students: A latent profile analysis. *Nurse Education Today*, 139, 106463. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2024.106463>
- Rueda García, et al. (2021). Estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería. *INVESTIGA UCE*, 1(9).
- Molina Macías, & Solórzano. (2026). Estrés académico en estudiantes de Enfermería de la PUCE-Manabí. *Revista Social Fronteriza*. [https://doi.org/10.59814/resofro.2026.6\(2\)1068](https://doi.org/10.59814/resofro.2026.6(2)1068)

**Cómo citar:** Bermúdez Ramírez, V. L., & Villacreses Álvarez, G. V. . (2026). Estrategias para fomentar la resiliencia en estudiantes de enfermería de la ULEAM extensión El Carmen – Manabí. *UNESUM - Ciencias. Revista Científica Multidisciplinaria*, 10(3), 208–219. <https://doi.org/10.47230/unesum-ciencias.v10.n3.2026.208-219>