

# Análisis de afrontamiento, sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y resiliencia en alumnado universitario, en el segundo año de la Covid-19

Analysis of coping, sensory processing sensitivity (SPS) and resilience in university students, in the second year of Covid-19

Análise de Afrentamiento, sensibilidade de processamento sensorial (SPS) e resiliência em universitários, no segundo ano de Covid-19



Andrea Isabel Mora-Grim3n  
Cristina Mart3n-Pinillos Gallego  
Vanesa Cruz-Santana  
Pedro Javier Castańeda-Garc3a

Photo By/Foto:

**Rip**  
**16<sup>2</sup>**

Volumen 16 #2 may-ago  
16 Años

**IBERO**

Planeta Formaci3n y Universidades

Revista Iberoamericana de

**Psicolog3a**

ISSN-L: 2027-1786 | e-ISSN: 2500-6517

Publicaci3n Cuatrimestral

ID: [10.33881/2027-1786.rip.16206](https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.16206)

**Title:** Analysis of coping, sensory processing sensitivity (SPS) and resilience in university students, in the second year of Covid-19

**Título:** Análise de Afrentamiento, sensibilidade de processamento sensorial (SPS) e resiliência em universitários, no segundo ano de Covid-19

**Título:** Análisis de afrontamiento, sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y resiliencia en alumnado universitario, en el segundo año de la Covid-19

**Alt Title / Título alternativo:**

**[en]:** Analysis of coping, sensory processing sensitivity (SPS) and resilience in university students, in the second year of Covid-19

**[pt]:** Análise de Afrentamiento, sensibilidade de processamento sensorial (SPS) e resiliência em universitários, no segundo ano de Covid-19

**[es]:** Análisis de afrontamiento, sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y resiliencia en alumnado universitario, en el segundo año de la Covid-19

**Author (s) / Autor (es):**

Mora-Grimón, Martín-Pinillos Gallego, Cruz-Santana & Castañeda-García

**Keywords / Palabras Clave:**

**[en]:** Adaptability, University students, Personal management, Sensitivity level, SARS-CoV-2

**[pt]:** Adaptabilidade, Estudantes universitários, Desenvolvimento pessoal, nível de sensibilidade, SARS-CoV-2

**[es]:** Adaptabilidad, Alumnado universitario, Desarrollo personal, Nivel de sensibilidad, SARS-CoV-2

**Submitted:** 2022-12-01

**Accepted:** 2023-03-05

## Resumen

El impacto que viene teniendo la Covid-19 en la salud mental de la población joven es mayor que en otras edades, por lo que en este trabajo de tipo cuantitativo de diseño transversal se quiere estudiar tras dos años de pandemia algunas variables psicosociales de fortaleza vs vulnerabilidad en adultos jóvenes. Para ello se entrevistó a una muestra no probabilística de 162 estudiantes universitarios ( $M = 20.31$ ,  $DT = 1.97$ , 79% mujeres) que voluntariamente, además de aportar sus variables sociodemográficas, respondieron a tres escalas, la primera de afrontamiento centrado en el sentido (MCCS, Eisenbeck et al., 2022), la segunda de sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS-S, Chacón et al., 2021), y la tercera de resiliencia (CD-RISC, Serrano-Parra et al., 2012). Los datos se analizaron con pruebas descriptivas y pruebas inferenciales (U de Mann Whitney, t de Student, Spearman). Los resultados mostraron unos niveles medios tanto en afrontamiento como en SPS, y un nivel medio-alto en resiliencia. La variable sociodemográfica de género apareció asociada con la SPS y con la resiliencia, resultando las mujeres más altamente sensibles (PAS) y también menos resilientes que los hombres. También se dio una correlación estadísticamente significativa entre la SPS, la resiliencia y el género, así como entre la resiliencia, el afrontamiento y el género. Como conclusión general, esta muestra presenta más fortaleza que vulnerabilidad psicosocial en el segundo año de la pandemia por Covid-19, deduciendo una cierta adaptación a dicha situación, y señalando la posibilidad de intervenciones de fortalecimiento con esas variables desde una perspectiva de género frente a situaciones futuras de máximo estrés

## Resumo

O impacto que o Covid-19 tem vindo a ter na saúde mental da população jovem é maior do que noutras idades, pelo que neste estudo quantitativo transversal, após dois anos de pandemia, queremos estudar algumas variáveis psicossociais de força vs. vulnerabilidade em adultos jovens. Para isso, foi entrevistada uma amostra não probabilística de 162 universitários ( $M = 20,31$ ,  $DP = 1,97$ , 79% mulheres) que voluntariamente, além de fornecerem suas variáveis sociodemográficas, responderam a três escalas, a primeira voltada para o enfrentamento significado (MCCS, Eisenbeck et al., 2022), a segunda sensibilidade de processamento sensorial (SPS-S, Chacón et al., 2021) e a terceira resiliência (CD-RISC, Serrano-Parra et al., 2012). Os dados foram analisados com testes descritivos e testes inferenciais (Mann Whitney U, Student's t, Spearman). Os resultados mostraram níveis médios de enfrentamento e SPS, e um nível médio-alto de resiliência. A variável sociodemográfica de gênero mostrou-se associada ao SPS e à resiliência, resultando em mulheres mais altamente sensíveis (PAS) e também menos resilientes que os homens. Houve também uma correlação estatisticamente significativa entre SPS, resiliência e gênero, bem como entre resiliência, enfrentamento e gênero. Como conclusão geral, esta amostra apresenta mais força do que vulnerabilidade psicosocial no segundo ano da pandemia de Covid-19, deduzindo uma certa adaptação a esta situação, e apontando a possibilidade de reforçar intervenções com estas variáveis numa perspectiva de gênero face a futuras situações estressantes.

## Abstract

The impact that Covid-19 is having on the mental health of the young population is greater than at other ages, so in this quantitative work of cross-sectional design we want to study some psychosocial variables of strength vs. vulnerability in young adults after two years of the pandemic. For this purpose, a non-probabilistic sample of 162 university students ( $M = 20.31$ ,  $SD = 1.97$ , 79% women) were interviewed who voluntarily, in addition to providing their sociodemographic variables, responded to three scales, the first one focused on coping (MCCS, Eisenbeck et al., 2022), the second on sensory processing sensitivity (SPS-S, Chacón et al., 2021), and the third on resilience (CD-RISC, Serrano-Parra et al., 2012). Data were analyzed with descriptive tests and inferential tests (Mann Whitney U, Student's t-test, Spearman). The results showed medium levels in both coping and sensory processing sensitivity (SPS), and a medium-high level in resilience. The gender sociodemographic variable was associated with the SPS and with resilience, resulting in women being more highly sensitive (HSP) and also less resilient than men. There was also a statistically significant correlation between SPS, resilience, and gender, as well as between resilience, coping, and gender. As a general conclusion, this sample presents more strength than psychosocial vulnerability in the second year of the Covid-19 pandemic, deducing a certain adaptation to that situation, and pointing out the possibility of strengthening interventions with these variables from a gender perspective in future stressful situations.

## Citar como:

Mora-Grimón, A. I., Martín-Pinillos Gallego, C., Cruz-Santana, V. & Castañeda-García, P. J. (2023). Análisis de afrontamiento, sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y resiliencia en alumnado universitario, en el segundo año de la Covid-19. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 16 (2), 57-68. Obtenido de: <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/2608>

Andrea Isabel **Mora-Grimón, Psi**  
ORCID: [0000-0003-2567-5023](https://orcid.org/0000-0003-2567-5023)

**Source | Filiación:**  
*Universidad de La Laguna*

**BIO:**  
*Investigador en Psicología*  
**City | Ciudad:**  
*Pto. del Rosario [es]*

**e-mail:**  
[andreamg1508@gmail.com](mailto:andreamg1508@gmail.com)

Cristina **Martín-Pinillos Gallego,**  
**Psi**  
ORCID: [0000-0002-0107-9449](https://orcid.org/0000-0002-0107-9449)

**Source | Filiación:**  
*Universidad de La Laguna*

**BIO:**  
*Investigador en Psicología*

**City | Ciudad:**  
*San Cristóbal de La Laguna [es]*

**e-mail:**  
[cristinampg98@gmail.com](mailto:cristinampg98@gmail.com)

Vanesa **Cruz-Santana, Psi**  
ORCID: [0000-0002-4732-8666](https://orcid.org/0000-0002-4732-8666)

**Source | Filiación:**  
*Universidad de La Laguna*

**BIO:**  
*Investigador en Psicología*

**City | Ciudad:**  
*San Cristóbal de La Laguna [es]*

**e-mail:**  
[vanesa.cruz.santana@gmail.com](mailto:vanesa.cruz.santana@gmail.com)

Dr Pedro Javier **Castañeda-García,**  
**Dr MA Psi**  
ORCID: [0000-0001-7890-4243](https://orcid.org/0000-0001-7890-4243)

**Source | Filiación:**  
*Universidad de La Laguna*

**BIO:**  
*Docente Investigador. Doctor y Licenciado en Psicología. Master en Gerontología*

**City | Ciudad:**  
*San Cristóbal de La Laguna [es]*

**e-mail:**  
[pcastane@ull.edu.es](mailto:pcastane@ull.edu.es)

# Análisis de afrontamiento, sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y resiliencia en alumnado universitario, en el segundo año de la Covid-19

Analysis of coping, sensory processing sensitivity (SPS) and resilience in university students, in the second year of Covid-19

Análise de Afrentamiento, sensibilidade de processamento sensorial (SPS) e resiliência em universitários, no segundo ano de Covid-19

Andrea Isabel **Mora-Grimón**  
Cristina **Martín-Pinillos Gallego**  
Vanesa **Cruz-Santana**  
Pedro Javier **Castañeda-García**

## Introducción

La población adulta joven viene sufriendo a nivel mundial un deterioro mayor de su salud mental por la situación del Covid-19 al mostrar un aumento de sintomatología psicopatológica (Na et al., 2022) que otros grupos de edad, tanto adolescentes (Nadeem & Van Meter, 2023) como en población de mediana edad de países como China, España, Italia, Irán, Estados Unidos, Turquía, Nepal y Dinamarca (Xiong et al., 2020), así, como en personas mayores de 60 años (García-Portilla et al., 2021).

Guzmán Muñoz et al. (2021) encontró que durante el contexto de cuarentena disminuyó la calidad de vida y la salud de los adultos jóvenes, principalmente en las dimensiones psicológicas y sociales, poniendo una vez más de manifiesto cómo las restricciones y limitaciones generadas por la cuarentena y el aislamiento social pueden traer consecuencias en la calidad de vida y en la salud de la población joven. Todo eso podría adquirir una gran importancia con el tiempo ya que según un informe del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia ([UNICEF], 2020) los jóvenes decían sentir, aparte de la ansiedad y depresión, mucha menos motivación para realizar actividades habituales o incluso actividades que antes disfrutaban, desencadenando una percepción del futuro mucho más negativa.

En el contexto del alumnado universitario, el confinamiento pandémico ha supuesto un cambio tan brusco y radical en el funcionamiento diario de sus vidas que su deficiente afrontamiento les ha producido estrés, especialmente en los más jóvenes (Babicka-Wirkus et al., 2021).

La investigación sobre este fenómeno en el alumnado universitario se ha centrado mayoritariamente en los efectos negativos en la salud mental, en aspectos concretos como ansiedad (Bountress et al., 2022), depresión (Tshering & Dema, 2022), soledad (Kaur et al., 2022), conductas suicidas (Rahman et al., 2022), preocupación y estrés académico (Vidal Bustamante et al., 2022), desórdenes alimenticios (Devoe et al., 2023), entre muchos otros; y, por el contrario, se estudian minoritariamente las partes de fortaleza psicosocial del alumnado frente a la pandemia (Klonoff-Cohen, 2022), como por ejemplo la resiliencia. Por ello resulta útil y necesario analizar y conocer más variables generales que incluyan, en un planteamiento de valoración continua, aspectos protectores en un extremo (Magson et al., 2021) frente a los de vulnerabilidad psicosocial en el otro extremo, a través de variables como el afrontamiento (Eisenbeck et al., 2022), la sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) (Aron & Aron, 1997; Chacón et al., 2021) y la resiliencia (Serrano-Parra et al., 2012).

Estas variables o factores opuestos incluidos en los conceptos generales de fortaleza versus vulnerabilidad, que a menudo se estudian de forma independiente y por separado, también podrían analizarse juntas desde una perspectiva integrada según Charles (2010), que propuso el modelo SAVI (The Strength and Vulnerability Integration) en relación a distintas edades (universitarios normales y de mediana edad con depresión), mostrando como las estrategias incluidas de fortaleza (trascendencia, valores en acción) pueden “ganar” a las incluidas en vulnerabilidad (actitudes disfuncionales, depresión). Este modelo se ha aplicado recientemente a los efectos de la pandemia por Covid-19 (Carney et al., 2021), con edades de la adultez intermedia, encontrando una mayor fortaleza con la edad.

En nuestro caso, la fortaleza vs vulnerabilidad psicosocial serían solamente un marco conceptual y teórico final pero no los objetivos concretos en sí mismos, con los que queremos analizar en la adultez inicial el afrontamiento, la SPS y la resiliencia, a través de tres instrumentos que contienen medidas dentro de una única escala continua, con baremos originales de puntuaciones sumativas, es decir, cuanto menores sean los valores de un extremo, mayores serán los valores opuestos del otro extremo y viceversa. Siguiendo el marco conceptual valorativo de fortaleza versus vulnerabilidad, utilizamos tres escalas que miden respectivamente: 1) el afrontamiento con tres niveles (bajo=vulnerabilidad, medio=vulnerabilidad-fortaleza y alto=fortaleza), 2) la sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS: baja=fortaleza, media=fortaleza-vulnerabilidad, y alta=vulnerabilidad) y 3) la resiliencia (baja=vulnerabilidad, media=vulnerabilidad-fortaleza y alta=fortaleza).

Afrontamiento (A). En relación a este primer factor o variable asociado a nuestro marco valorativo de fortaleza versus vulnerabilidad psicosocial, el afrontamiento es un proceso dinámico, modificable en el tiempo y que además se ve influido por una serie de variables internas o personales del individuo y por factores situacionales. Según Baqutayan (2015) existen tres tipologías generales: las centradas en el problema, las centradas en las emociones y las centradas en la evitación. También, y a la vez en el afrontamiento de pueden distinguir estilos (Wang et al., 2020), estrategias (Li, 2020) y recursos (Li et al., 2021).

Afrontamiento centrado en el problema. En esta tipología se trata de cumplir con las pautas y normas recomendadas para hacer frente al problema, en lugar de evitarlas (Landy et al., 2022). Una investigación encontró que el afrontamiento centrado en el problema y centrado en la emoción se relacionan con una buena salud mental (Li, 2020; Li et al., 2021). Otra investigación llevada a cabo en China por Wang et al. (2020) sobre los estilos concluyó que los jóvenes solteros con afrontamiento negativo percibieron más los impactos de la epidemia y mostraron un mayor nivel de angustia psicológica en las primeras etapas de la epidemia de Covid-19. Por lo tanto, los factores que pueden fomentar

estrategias de afrontamiento en personas confinadas siguen sin quedar claramente definidos. Además, dentro de la particularidad de cada individuo al momento de enfrentarse a una situación estresante, se puede encontrar que algunas personas lo afrontan con un mayor nivel de ansiedad que otros (Bonilla & Villar, 2020), siendo el sexo femenino el que suele mostrar mayores niveles de ansiedad a la hora de afrontar situaciones de estrés académico (Graves et al., 2021).

Afrontamiento centrado en las emociones. Otro enfoque de afrontamiento es el que parte de la concepción de convertir las situaciones desfavorables en un reto para la mejora personal (Frankl, 1969) y servir para desarrollar emociones positivas y resiliencia (Batthyany & Russo-Netzer, 2014). Este enfoque actualizado trata de encontrar un sentido personal y vital ante situaciones estresantes específicas y de trauma colectivo concreto como en el caso de la Covid-19 (Eisenbeck, 2022). Algunos trabajos en el contexto de la citada pandemia han mostrado que el tener esa búsqueda de dar sentido a la vida propia podría ser un factor protector y de fortaleza psicosocial (Arslan & Yildirim, 2021). En el trabajo de Milman et al. (2022) se evidencia que los participantes que se adhirieron a las medidas de aislamiento, conservaron sus creencias básicas como previsibilidad, control y autogestión y que tuvieron la habilidad de darle un sentido a la pandemia desarrollaron menos ansiedad ante la pandemia.

Este tipo de afrontamiento parte de un modelo biopsicosocial que integra aspectos cognitivos, emocionales, conductuales e interpersonales (Eisenbeck, 2022).

Afrontamiento centrado en la evitación. Algunos autores han encontrado mayores niveles de estrés y de ansiedad en población joven que ha afrontado la Covid-19 con estrategias de evitación como consumo de alcohol y de excesiva comida (Cheng et al., 2021; Savitsky et al., 2020; Yu et al., 2020). También, un estudio analizó las estrategias de evitación se analizaron en relación al género, encontrando en las mujeres un mayor consumo de comida rápida y golosinas, y también el dormir más horas que en el caso del género masculino (Prowse et al., 2021).

Sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS). Esta segunda variable y objetivo asociable al continuo de fortaleza versus vulnerabilidad psicosocial es un rasgo distintivo de la personalidad. Este término, bastante reciente en investigación, fue acuñado por Aron & Aron (1997). Se sabe que entre 20% y 30% de la población posee el rasgo de alta sensibilidad (Greven et al., 2019). Lo que caracteriza a la persona altamente sensible (PAS) es tener un sistema nervioso más sensibilizado, por ser consciente de las sutilezas de su entorno y por abrumarse más fácilmente cuando se encuentra en un entorno altamente estimulante (Acevedo et al., 2021). En definitiva, las personas con este rasgo distintivo procesan mucho más todo lo que les rodea: reflexionan, elaboran y hacen asociaciones más que el resto, y son capaces de percibir detalles que otros no pueden, como, sonidos, texturas, sabores (Chacón et al., 2021; Montoya-Pérez et al., 2019). En el contexto de la Covid-19, como previamente, la población adulta más joven está infrarrepresentada en los estudios de SPS (Güneş & Bulut, 2022; Jimura, 2022); igual ocurre en la población de las personas mayores (Castañeda-García et al., 2023), lo que influye en un menor conocimiento que en el resto de edades de la adultez intermedia, más estudiadas.

Los jóvenes PAS, debido a esas características, tienen más probabilidades de experimentar problemas de salud mental en entornos negativos, y el ambiente social y sanitario creado por la pandemia de Covid-19 es un ejemplo paradigmático. Un estudio reciente demuestra que los adolescentes altamente sensibles, comparándolos con adolescentes menos sensibles, presentan un bienestar socioemocional más bajo cuando son expuestos a impactos significativos de eventos negativos de la vida como la Covid-19, aunque compensado si tienen la re-

silencia alta, por lo que la alta sensibilidad de procesamiento sensorial dejaría de ser un factor de tanta vulnerabilidad (Imura, 2022). También Güneş & Bulut (2022) han encontrado una mayor ansiedad sobre la salud en el grupo de adultos jóvenes PAS.

Resiliencia (R). Por último, esta tercer factor o variable analizada aquí es una de las más paradigmáticas para incluirse en el marco conceptual de fortaleza versus vulnerabilidad psicosocial. Según Silveira et al. (2022) en algunas ocasiones, la resiliencia ha sido conceptualizada como la parte opuesta a la vulnerabilidad y en un continuo. La resiliencia se puede definir según Rutter (2013) como el resultado positivo que tienen algunas personas a pesar de haber experimentado alguna adversidad, siendo este resultado más satisfactorio que el de otras personas que han sufrido la misma experiencia. La resiliencia al igual que el afrontamiento no permanece estable, depende de la interacción entre la persona y el entorno y sus niveles variables de estrés. Aunque no existe un consenso sobre la definición de este concepto, sí hay una similitud entre todas estas, considerándola como un mecanismo de superación frente a situaciones adversas (Lozano et al., 2020).

Uno de los grandes enfoques de estudio sobre la resiliencia es investigar cómo ésta proporciona herramientas que tienen el potencial de mejorar significativamente las condiciones psicológicas, educativas, sociales y emocionales en los jóvenes. Un cambio positivo o negativo en la salud de los jóvenes afecta, no únicamente al funcionamiento presente, sino también a su funcionamiento futuro en la sociedad como adultos. En consecuencia, abordar la resiliencia juvenil tiene implicaciones para la salud a nivel individual y social, convirtiéndose así en un factor de fortaleza fundamental a tener en cuenta. Es por ello por lo que recientemente algunos trabajos (Espinosa et al., 2020; Lozano et al., 2020) han señalado la importancia de la resiliencia durante la Covid-19, dado que, la pandemia ha sido un evento extremo al que la humanidad ha tenido que enfrentarse. Así lo demuestra el estudio realizado por Castagnola Sánchez et al. (2021) en el que encontraron que el primer año después del confinamiento, el nivel de resiliencia era muy bajo, tanto en los jóvenes como en los adultos. Sin embargo, un año después, los resultados de un estudio de otros autores (Sánchez-Hernández et al., 2022) hallaron niveles medios o altos de resiliencia en el 85% de la muestra. También, un estudio con personas mayores, uno año después de la pandemia encontró niveles altos de resiliencia (Castañeda-García et al., 2023). A la vista de estos resultados divergentes, se plantea la cuestión, teniendo en cuenta que son estudios diferentes y transversales, de si se trata de una evolución positiva con respecto a este factor de resiliencia o pueden ser otros factores no estudiados.

Por tanto, en este trabajo con adultos jóvenes se trata de explorar y ampliar la línea de los resultados obtenidos por Imura (2022), con dos de esas variables (sensibilidad de procesamiento sensorial y resiliencia), en relación a si a mayor resiliencia menor vulnerabilidad psicológica en personas altamente sensibles (PAS), pero añadiendo en el presente estudio una tercera variable, el afrontamiento. Así, la mayor fortaleza psicológica se correspondería con tener altos el afrontamiento (A) y la resiliencia (R) y baja la sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS); lo contrario, una mayor vulnerabilidad se correspondería con tener bajos A y R y alta la SPS.

Dada la relevancia de la salud psicosocial presente y futura de la población adulta joven, en el contexto prolongado de la pandemia por Covid-19, el objetivo general de este trabajo es conocer el perfil general asociado a un continuo de fortaleza versus vulnerabilidad en una muestra de alumnado universitario joven durante el segundo año de la pandemia (2022), tras analizar las variables psicosociales de afrontamiento, sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y resiliencia. Los objetivos específicos son los siguientes: (1) obtener sus niveles de afrontamiento (A), de sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y

de resiliencia (R); y (2) primera parte, analizar si hay diferencias significativas en las variables A, SPS y R respecto a las variables sociodemográficas de género, estado civil, situación laboral, salud y hábitat durante el curso académico; segunda parte, analizar si hay asociaciones de las tres variables principales A, SPS y R, entre sí, y también si hay asociaciones de estas, teniendo en cuenta las mismas variables sociodemográficas.

## Método

### Participantes

El grupo de participantes se obtuvo a partir de un muestreo no probabilístico, compuesto por 166 personas, todas pertenecientes a alumnado universitario de segundo curso del grado de Psicología. Entre los criterios de inclusión estaban los de tener cualquier edad, género, estado civil, situación laboral, salud y hábitat semanal durante el curso; mientras que los de exclusión/eliminación se aplicaban a los participantes que no estuvieran matriculados en el grado de Psicología, tras preguntarlo antes de pasar los cuestionarios, que contestaran todas las preguntas, y que no tuvieran ninguna discapacidad física ni intelectual que les impidiera contestar de manera escrita los instrumentos, observable por los investigadores y/o que fuera revelado por los propios participantes, a posteriori. Finalmente, se eliminaron 4 porque no cumplieron el requisito de contestar a todas las preguntas de los distintos cuestionarios, quedando la muestra final en 162 personas (Medad = 20.31, DT = 1.97, 79% mujeres). Para los datos sociodemográficos, véase Tabla 1.

Tabla 1.  
Variables sociodemográficas de la muestra participante

Variables	Categorías n(%)			Total
Género	Masculino 32 (19.8)	Femenino 128 (79)	Otro 2 (1.2)	162 (100)
Estado civil	Soltería 147 (90.7)	Matrimonio/ pareja de hecho 13 (8)	Separación/ divorcio 2 (1.2)	
Situación laboral	Estudias solamente 146 (90.1)	Estudias y trabaja 16 (9.9)		162 (100)
Salud	Buena 148 (91.4)	Regular 14 (8.6)	Mala 0 (0.0)	
Hábitat semanal durante curso	Con familia propia 77 (47.5)		Independiente de familia propia 85 (52.5)	162 (100)

### Instrumentos

A los participantes se les aplicaron cuatro instrumentos. En primer lugar, un cuestionario donde se recopilaron sus datos sociodemográficos y posteriormente los tres cuestionarios restantes para obtener sus niveles de afrontamiento (A), de sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y de resiliencia (R), durante el segundo año de la Covid-19.

**Datos socio-demográficos de la muestra participante.** Edad, género, estado civil, situación laboral, salud, y hábitat semanal durante el curso (véase tabla 1).

**Escala de Afrontamiento Centrado en el Sentido** (Meaning-Centered Coping Scale, MCCS, Eisenbeck et al., 2022). Mide el

afrontamiento a través de 9 afirmaciones sobre su forma de llevar una situación estresante a definir al principio de la escala, en este caso y de manera explícita en relación a la pandemia por Covid-19, con una escala tipo Likert, que va de 1, Nada de acuerdo, a 7, Totalmente de acuerdo (ejemplos: Todavía puedo hacer lo que es más importante en mi vida, Saldré de esta situación más fuerte de lo que era antes Estoy agradecido por mi vida tal cual es). Este cuestionario, validado en una muestra de población de 30 países, incluyendo a España, que aportó una n = 640, y que fue donde se hizo el estudio, con edades comprendidas entre 18 y 85 años de edad, muestra una buena consistencia interna, con un alfa de Cronbach de .88. Para calcular el nivel de afrontamiento se utiliza la puntuación directa (de 9 a 63), y a mayor puntuación mayor capacidad de afrontamiento y lo contrario. Ante este valor sumativo de baremo general y de acuerdo al planteamiento en este estudio de valorar estas variables en un continuo, permite dividir las puntuaciones en tres intervalos equivalentes: nivel bajo: 9-26, nivel medio: 27-45, y nivel alto: 46-63, y presente también en los baremos de los otros dos cuestionarios, y asociado a la misma ecuación continua.

**Cuestionario de sensibilidad de procesamiento sensorial** (HSPS, Aron & Aron, 1997; HSPS-S, Chacón et al., 2021). Se utiliza la versión HSPS-S de Chacón et al. (2021) adaptada y validada con una muestra de población española. Mide la sensibilidad de procesamiento sensorial a través de los mismos 27 ítems de la escala original (ej. ¿Te sientes fácilmente abrumado/a por cosas como luces brillantes, olores fuertes, tela gruesa o áspera, o sirenas cercanas?, ¿Te afecta mucho tener que hacer gran cantidad de cosas en poco tiempo?, Cuando eras niño/a, ¿a los padres o los maestros les parecías sensible o tímido). En esta escala no se hizo mención explícita a que se contestara en relación a la pandemia. Utiliza una escala tipo Likert con 7 opciones de respuesta que comprenden desde 1 (Totalmente en desacuerdo), hasta 7 (Totalmente de acuerdo), por lo que recoge las puntuaciones en un rango de 27 a 189. El alfa de Cronbach es de 0.91 para la puntuación total de la escala. Para obtener los niveles de SPS, se utilizan las puntuaciones directas (de 27 a 189), y a mayor puntuación, mayor nivel de sensibilidad y lo contrario, y ese continuo sumativo permite dividirlo en tres intervalos equivalentes: nivel bajo: 27-81, nivel medio: 82-135 y nivel alto: 136-189.

**Cuestionario de resiliencia** (CD-RISC, Serrano-Parra et al., 2012). Se utiliza la versión reducida con 17 ítems, adaptada y validada con población española, con respuestas tipo Likert, de 5 opciones que comprenden desde 1 (Nunca) hasta 5 (Casi siempre). Estos ítems, están divididos en tres dimensiones: Tenacidad y autoeficacia (ítems 1-9; ejemplo: Los éxitos del pasado le dan confianza para enfrentarse con nuevos retos y dificultades), Control personal (ítems 10-15; ej.: Siente que controla su vida) y Competencia social (ítems 16-17; ej.: Le gustan los retos o apuestas o desafíos). Las dimensiones de tenacidad y autoeficacia y el control personal tienen un alfa de Cronbach de .79; y la competencia social .56. Para calcular el nivel de resiliencia se utiliza la puntuación directa sumativa (de 17 a 85) y a mayor puntuación, mayor resiliencia y lo contrario. Y como baremo sumativo permite dividirlo en tres intervalos equivalentes: nivel bajo: 17-39, nivel medio: 40-62 y nivel alto: 63-85.

## Procedimiento

La aplicación de los instrumentos se llevó a cabo durante el mes de abril de 2022 (segundo año de pandemia por la Covid-19) en un aula universitaria, por parte del equipo investigador con las alumnas y los alumnos que aceptaron participar de manera voluntaria, en una única sesión de una hora, auto-cumplimentando ese alumnado los cuatro cuestionarios de manera sucesiva en la modalidad de papel y lápiz, y señalando al principio con su propia firma afirmativa si estaban

conformes con el tratamiento anónimo y confidencial de sus datos, cumpliendo así con la normativa internacional y nacional que sigue ese centro universitario (CEIBA), para los trabajos que incluyen la aceptación y firma del consentimiento informado por parte de cada uno de los participantes. Antes de comenzar se les explicó también que debían responder a las preguntas con total sinceridad, no habiendo respuestas correctas ni incorrectas,

## Análisis de los datos

Para el tratamiento de los datos en este estudio de tipo cuantitativo y diseño transversal con muestreo no probabilístico se utilizó el paquete estadístico IBM SPSS en su versión 25. En primer lugar, se realizó un análisis descriptivo para conocer las variables cuantitativas, utilizando medias y desviaciones típicas (M y DT) para las que siguen una distribución normal y medianas y rangos intercuartil (Me y IQR) para las que no siguen esa curva normal. Para las variables cualitativas se ha utilizado análisis de frecuencia y %. La prueba de normalidad con el test de Kolmogorov-Smirnov, probó que la SPS seguía una distribución normal y el afrontamiento y la resiliencia una distribución no normal. Para poder analizar mejor estas tres variables se realizó una transformación sumando los ítems de cada cuestionario y obteniendo una puntuación global. Asimismo, y de acuerdo con los baremos comentados anteriormente, esas puntuaciones globales se transformaron en 3 niveles equivalentes (bajo, medio, alto) en afrontamiento, SPS y resiliencia. En cuanto a las técnicas de análisis utilizadas para comparar muestras independientes respecto a variables cuantitativas no normales, se aplicó la prueba U de Mann Whitney y, para comparar dos grupos respecto a las variables cuantitativas normales, la prueba t de Student. También, se aplicó pruebas de Rho de Spearman para determinar si existía relación entre variables cuantitativas no normales.

## Resultados

**Perfil general según los índices globales (n, %) de la muestra participante en afrontamiento, sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y resiliencia.**

**Afrontamiento.** Las puntuaciones oscilaron entre los 15 y los 60 puntos (Me = 45.00; IQR = 10.75). La gran mayoría de la muestra presentó un nivel medio de afrontamiento, seguido por un nivel alto, lo que suma un 98.8% frente al afrontamiento bajo. Véase Tabla 2.

**Tabla 2.** Puntuaciones muestrales y porcentuales de la muestra en los tres niveles de afrontamiento, SPS y resiliencia

Nivel	Afrontamiento		SPS		Resiliencia	
	n	%	n	%	n	%
Bajo	2	1.2	1	.06	1	0.6
Medio	99	61.1	109	67.7	73	45.6
Alto	61	37.7	51	31.7	86	53.8
Total	162	100	161	100	160	100

**SPS.** Las puntuaciones estuvieron comprendidas entre 76 y 194 (M = 127.26; DT = 19.28). Dos tercios de la muestra presentaron un nivel medio en sensibilidad de procesamiento sensorial y un tercio un nivel alto (PAS: personas altamente sensibles), sumando un 99.4% los par-

participantes con sensibilidad de procesamiento sensorial media y alta. Véase Tabla 2.

**Resiliencia.** Las puntuaciones oscilaron entre los 39 y 126 puntos (Me = 68.00, IQR = 11.00). La mitad de la muestra obtuvo puntuaciones medias, seguida en un porcentaje muestral próximo por puntuaciones altas, lo que suma un total de 99.4% de resiliencia media y alta entre los participantes. Véase Tabla 2.

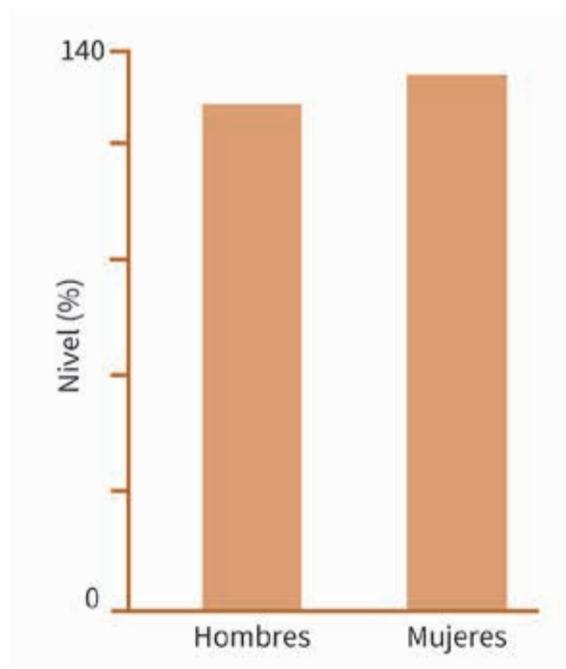
**Análisis de la relación entre las variables de afrontamiento, SPS y resiliencia y las variables sociodemográficas.**

## Afrontamiento con variables sociodemográficas.

No se han encontrado diferencias estadísticamente significativas del afrontamiento con las variables sociodemográficas analizadas: género, estado civil, situación laboral, salud y hábitat durante curso. Dado que solo la variable género es la que permitía crear submuestras homogéneas por su mínimo suficiente de  $n$  (32), se llevó a cabo un segundo análisis.

## SPS con variables sociodemográficas.

**SPS con género.** Aunque no eran homogéneos los subgrupos de mujeres ( $n = 128$ ) y hombres ( $n = 32$ ) de la muestra total, se encontraron diferencias estadísticamente significativas,  $t(158) = -3.138$ ,  $p = .002$ ;  $d = .27$ ), siendo las mujeres las que presentaron más puntuaciones de alta SPS (M = 129.69; DT = 17.89) que los hombres (M = 118.03; DT = 22.13). Véase Figura 1. Para asegurar la validez de este efecto estadístico con el género no homogéneo, se volvió a reagrupar de manera aleatoria la submuestra de mujeres en un número similar ( $n = 31$ ) al de los hombres, resultando de nuevo estadísticamente significativa la diferencia de SPS con el género ( $U = 321.500$ ;  $p = .010$ ;  $PSest = .35$ ). Las mujeres puntuaron de nuevo más en alta SPS que los hombres (M = 128.09; DT = 18.87; M = 110.03; DT = 22.13).

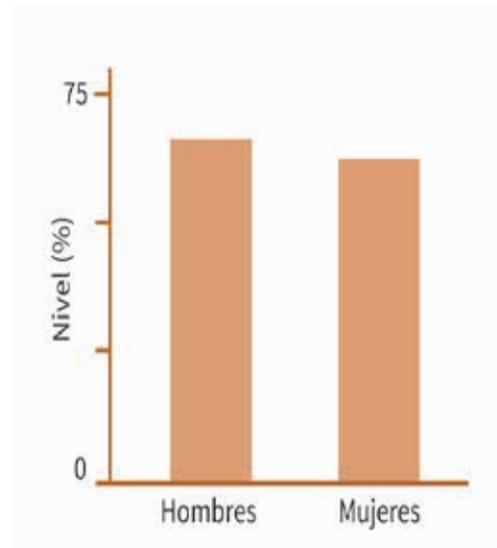


**Figura 1.**  
Puntuaciones medias de SPS en hombres y en mujeres

## Resiliencia con variables sociodemográficas.

**Resiliencia con género.** Se encontró una diferencia estadísticamente significativa ( $U = 1358.500$ ;  $p = .003$ ;  $PSest = .33$ ), puntuando las mujeres más bajo en resiliencia (M = 62.93; DT = 10.17) que los hombres (M = 67.59; DT = 8.50). Para asegurar la validez de este efecto estadístico con el género no homogéneo, y dado que las mayores diferencias porcentuales se dan entre hombres y mujeres con esta variable de re-

siliencia (véase Figura 2), se volvió a reagrupar de manera aleatoria la submuestra de mujeres en un número similar ( $n = 31$ ) al de los hombres, resultando de nuevo estadísticamente significativa la relación de resiliencia con el género ( $U = 324.50$ ;  $p = .018$ ;  $PSest = .59$ ), confirmando una mayor puntuación en resiliencia alta en los hombres (M = 67.57; DT = 8.50) que en las mujeres (M = 62.67; DT = 7.41). Véase Figura 2



**Figura 2.**  
Puntuaciones medias de resiliencia en hombres y en mujeres

**Asociaciones de afrontamiento, SPS y resiliencia, entre sí mismas, y asociaciones de estas, teniendo en cuenta las variables sociodemográficas.**

**Tabla 3.**  
Correlaciones entre las variables de afrontamiento, SPS y resiliencia, y el género

### TOTAL

	Correlaciones	
	SPS	Resiliencia
Afrontamiento	.196*	.465**
SPS		-.185*

\*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

### POR GÉNERO HOMBRES

	Correlaciones	
	SPS	Resiliencia
Afrontamiento	.151	.655**
SPS		.115

\*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

### MUJERES

	Correlaciones	
	SPS	Resiliencia
Afrontamiento	-.023	.397**
SPS		-.219*

\*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

**Afrontamiento y SPS.** Se encuentra una relación muy baja, negativa y significativa ( $r(162) = -.196$ ;  $p = .013$ ) por lo que podría estar mostrando una ligera tendencia inversa entre afrontamiento y SPS.

**Afrontamiento y resiliencia.** Se observa una relación positiva, de intensidad media y estadísticamente significativa ( $r(162) = .465$ ;  $p = .000$ ) por lo que, a mayor afrontamiento, mayor resiliencia. Véase Tabla 3

**SPS, resiliencia y género.** Se encuentra una relación negativa entre el SPS y la resiliencia en mujeres ( $r(128) = -.219$ ;  $p = .013$ ) y no en hombres ( $r(32) = .115$ ;  $p = .532$ ). Esto nos indica que cuanto mayor es la SPS en mujeres menor es la resiliencia y viceversa. Véase Tabla 3

**Resiliencia, afrontamiento y género.** En el grupo de hombres la relación positiva entre resiliencia y afrontamiento es más alta ( $r(32) = .655$ ;  $p = .000$ ) que en el grupo de mujeres ( $r(128) = .397$ ;  $p = .000$ ). Véase Tabla 3

## Discusión

Niveles de A, SPS y R. El perfil global muestra más puntuaciones de nivel medio y alto en afrontamiento y en resiliencia que de nivel bajo, lo que podríamos asociar a una mayor fortaleza que vulnerabilidad psicosocial, pero a su vez aparecen más puntuaciones de nivel medio y alto en SPS, lo que implica más vulnerabilidad que fortaleza, pudiendo esto influir de manera opuesta en su bienestar personal, en este caso, ante la situación de pandemia prolongada, pero con probables ventajas de los dos primeros frente al tercero. En algún estudio previo a la pandemia que comparaba otras variables de fortaleza versus vulnerabilidad, aunque distintas a este trabajo, se comprobó que los efectos positivos de las primeras podrían inmunizar de los efectos negativos de las segundas (Huta & Hawley, 2010). Además, con los niveles obtenidos en la resiliencia del presente estudio, se podría estar mostrando una evolución favorable en esta variable, si se comparan con el principio de la Covid-19, en estudios como el de Na et al. (2022) donde se pretendía estimar los efectos adversos tras la pandemia. Sus resultados identificaron a los jóvenes como el grupo más vulnerable, con la resiliencia más baja y con puntuación alta en afrontamiento. Sin embargo, en el citado estudio se podría deber en parte al amplio rango de edades (de 18 a 34 años) que pueden sumar otros factores de estrés adicional asociado al primer año en su nuevo rol universitario, según Babicka-Wirkus et al. (2021). En cambio, lo que queda por averiguar, a partir de la presente investigación transversal, en su segundo año de pandemia, es si se ha podido producir una cierta habituación a la situación adversa, como sugiere algún estudio con la Covid-19 (Chan et al., 2022; Manchia et al., 2022), haciendo que disminuyan con el tiempo las posibles vulnerabilidades que trae consigo cualquier pandemia (Bleich et al., 2003).

En relación a los resultados del segundo objetivo, en su primera parte, que relacionaba los distintos niveles de las tres variables principales (A, SPS, R) con las variables sociodemográfica, tenemos:

**Afrontamiento (A) y variables sociodemográficas.** El hecho de no encontrar ninguna relación significativa ( $p > .05$ ) entre afrontamiento con las variables sociodemográficas de género, estado civil, situación laboral, salud y hábitat durante curso, difiere con algunos resultados de los creadores de la propia escala (Eisenbeck et al., 2022) donde la variable género femenino puntuó más alto en afrontamiento. Una posible explicación podría ser el momento en que se ha aplicado la prueba. Para los citados autores, la escala se pasó y validó primeramente entre los meses de marzo a junio de 2020, el momento más dramático y estresante de la pandemia. En el caso del presente estudio, se aplicó dos años después (abril 2022). Tal vez este tipo de afrontamiento que mide la escala, el centrado en el sentido ante una situación o suceso concreto, en este caso la Covid-19, pueda ser sensible a la cercanía y o lejanía temporal del suceso traumático que evalúa. Según Lozano et al. (2020) el afrontamiento no es un fenómeno estable, sino que varía con el contexto y sus circunstancias. En este caso en que se ha contestado, la situación ya no es la pandemia en el primer año con su confinamiento,

to, y que por tanto en el segundo año den más respuestas promedio y no tanto respuestas extremas como en el primer año. Se necesita más investigación con este tipo de escalas nuevas para comparar sus resultados ante sucesos inmediatos y sucesos ya pasados.

**Sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS) y variables sociodemográficas.** En cuanto a la relación estadísticamente significativa entre la SPS y el género, tras los segundos análisis de submuestras homogéneas, con puntuaciones más altas en el grupo de las mujeres que en el de los hombres, confirmaría los resultados de otros estudios (Aron & Aron, 1997; Aron, Aron & Jagiellowicz, 2012; Licht et al., 2011; Trå et al., 2022) donde también las mujeres puntuaban más alto que los hombres en esta escala. Aunque, esta diferencia podría explicarse en parte por los estereotipos sociales que atribuyen a la mujer una mayor sensibilidad emocional (Batson et al., 1987), para Trå et al. (2022) esta alta sensibilidad de procesamiento sensorial en las mujeres supondría una ventaja adaptativa filogenética, por su papel en la maternidad.

**Resiliencia y variables sociodemográficas.** Se encuentra el género como única variable sociodemográfica que aparece relacionada significativamente con la resiliencia. En este caso, al comparar la puntuación en resiliencia de hombres y mujeres se halló que las mujeres presentan un nivel más bajo de resiliencia respecto a los hombres. Este resultado confirma a otro estudio pre-pandemia llevado a cabo por Ramírez y Castro (2018) donde se obtuvieron diferencias significativas en los niveles de género y resiliencia, mostrando que los hombres son también más resilientes que las mujeres. Resultados contrarios mostró otro estudio pre-pandemia donde las mujeres presentaban mayor resiliencia (González-Arratia López Fuentes, 2018).

Una explicación para estos resultados opuestos podría ser que hombres y mujeres utilizan estrategias de adaptación diferentes a situaciones de estrés. Algunos estudios han señalado que las mujeres universitarias, en comparación con los hombres, buscan más apoyo social de tipo instrumental y emocional en el afrontamiento pro-activo o de creencias propicias para el cambio (Sollár & Sollárová, 2009), y también que ellos ante el estrés prefieren estrategias orientadas hacia la tarea mientras que ellas la búsqueda de apoyo social señalada (Guszkowska et al., 2016). También Martínez et al. (2019) ha confirmado esas diferencias de género entre el mismo tipo de alumnado. También, habría que señalar que hay muchas formas de medir el afrontamiento, lo que podría dificultar la interpretación y explicación comparativa de sus resultados.

En relación a los resultados del mismo objetivo, en su segunda parte, que analizaba posibles correlaciones entre sí de las tres variables principales (A, SPS, R) y de estas con las variables sociodemográfica, tenemos:

**Correlaciones entre las tres variables principales (A, SPS y R).** Se encuentra una relación positiva, aunque moderada, entre el afrontamiento y la resiliencia. Pudiendo coincidir así con el estudio pre-pandemia realizado por Morán Astorga et al. (2019) cuya finalidad era estudiar qué estrategias de afrontamiento predicen mayor resiliencia. En sus resultados se observó que las estrategias de afrontamiento sí predecían la resiliencia, y esta asociación es fuertemente significativa, coincidiendo con los resultados obtenidos en nuestra investigación. Hay evidencia científica suficiente de que el afrontamiento y la resiliencia están relacionadas positivamente en alumnado universitario. Así, algunos estudios muestran que si mejoras la resiliencia mejoras el afrontamiento ante los sucesos estresantes (Han et al., 2018).

Por otro lado, encontramos más una tendencia que un resultado claro que a menor afrontamiento mayor es la SPS y viceversa, lo contrario del trabajo de Yano et al. (2021) que analizó la relación entre las habilidades para la vida (entre las que se encontraba habilidades de

afrontamiento) según las diferencias individuales en la SPS y sí encontró que para las PAS el afrontamiento emocional era la habilidad clave. Los resultados mostraron como la alta SPS se correlacionó negativamente con las habilidades de afrontamiento emocional.

Asociación entre las tres variables principales y las sociodemográficas. En cuanto al género podemos observar que solo hay relación significativa entre SPS y resiliencia en mujeres, siendo esta negativa, es decir, cuanto mayor es el nivel de SPS menor es la resiliencia. Imura (2022) obtuvo también esta correlación negativa entre la SPS y resiliencia, obteniendo puntuaciones más altas en SPS por parte de las mujeres y puntuando estas más bajo en resiliencia. Por otro lado, si comparamos afrontamiento y resiliencia se obtiene que la relación es más alta en hombres y más baja en mujeres. En este caso y como ocurre en un estudio de Mayordomo (2013), los hombres obtienen puntuaciones superiores a las mujeres en resiliencia. Esto puede explicar cómo la correlación de ambos factores sea más propensa a ocurrir en hombres.

En relación al debate de si la resiliencia también puede ser un proceso cerrado o abierto (Trujillo García, 2011) a una posible intervención psicoeducativa, varios estudios pre-pandemia han señalado que su promoción mejora tanto el rendimiento académico (Hartley, 2011) como el bienestar psicológico en alumnado universitario (Chow et al., 2018).

En relación a la pandemia y la resiliencia, Oltra y Boso (2020) respalda que tras la superación de la pandemia habría que enfocarse más en la prevención. También, Barbado Alonso y Fernández Valencia (2020) han publicado la Guía para fomentar la resiliencia durante la pandemia (aceptación, rebajar expectativas, apoyo mutuo, autocuidado, acompañamiento, aprender de la experiencia) tras observar cómo el contexto de la pandemia generó para gran parte de la población estrés crónico con probables episodios sobrevenidos de estrés agudo, pudiendo llegar a tener consecuencias muy dañinas para el equilibrio emocional de la sociedad en general.

Para Nadeem & Van Meter (2023) la pandemia por Covid-19 es una oportunidad para desarrollar sistemas de resiliencia, sobre todo en la juventud. Según Babicka-Wirkus et al., (2021) las universidades deberían implementar valoraciones del funcionamiento psicosocial de su alumnado para así determinar la necesidad potencial de apoyo psicosocial, con puntos de atención psicológica para el alumnado que lo requiera. Y enmarcar estas intervenciones con la recomendación de la Organización Mundial de la Salud de declarar el 27 de diciembre como Día Internacional de la Preparación ante las Epidemias (WHO, 2020) para aumentar la alerta y el intercambio de conocimiento científico, así como para investigar las mejores soluciones tanto a nivel local como nacional.

Entre las limitaciones principales de este estudio tenemos la escasa presencia en la muestra del género masculino, por un sesgo social del grado académico de los participantes (Psicología), más asociado a la población femenina (Cope et al., 2016). También el hecho de ser una muestra universitaria con sus variables de estrés específicas asociadas a ese nuevo rol (Reyes Pérez, 2017) que puede influir en sus niveles de resiliencia según el curso académico y con trabajos transversales (Castañeda-García et al., 2022), en lugar de longitudinales, que no han evaluado, además, variables relevantes como la percepción de la pandemia, el aislamiento y el contagio. También que no haya estudios previos similares con los mismos objetivos e instrumentos, destacando que la variable afrontamiento tiene muchas formas de conceptualizarse, lo que dificulta más su discusión que la SPS y la resiliencia.

Como conclusión final, en este trabajo con alumnado universitario durante el segundo año de la Covid-19 se ha obtenido un perfil general donde destacan unos mayores niveles de afrontamiento y resiliencia, frente a una mayor sensibilidad de procesamiento sensorial (SPS), lo que puede asociarse a más fortaleza que vulnerabilidad, lo que podrían beneficiar sobre todo a las personas más vulnerables (Huta & Hawley, 2010), en este caso a las altamente sensibles (PAS), quedando pendiente de analizar en futuros trabajos más ajustes muestrales por el género y las demás variables sociodemográficas. Estos resultados suponen un cambio psicosocial y una posible adaptación positiva, a medida que se prolongaba la pandemia, pero ya con pocas restricciones. Se necesitan nuevos estudios con muestras universitarias más amplias y de otras disciplinas para evaluar y poder intervenir con perspectiva de género en esas tres variables relacionadas entre sí, potenciando sus aspectos asociados a fortaleza psicosocial y mejorar así tanto su bienestar psicológico como su rendimiento académico.

## Referencias

- Acevedo, B. P., Santander, T., Marhenke, R., Aron, A., & Aron, E. (2021). Sensory processing sensitivity predicts individual differences in resting-state functional connectivity associated with depth of processing. *Neuropsychobiology*, 80(2), 185–200. <https://doi.org/10.1159/000513527>
- Aron, E. N., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.345>
- Aron, E. N., Aron, A., & Jagiellowicz, J. (2012). Sensory processing sensitivity: A review in the light of the evolution of biological responsivity. *Personality and Social Psychology Review*, 16(3), 262–282. <https://doi.org/10.1177/1088868311434213>
- Arslan, G., & Yildirim, M. (2021). Coronavirus stress, meaningful living, optimism, and depressive symptoms: a study of moderated mediation model. *Australian Journal of Psychology*, 73(2), 113–124. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1882273>
- Babicka-Wirkus, A., Wirkus, L., Stasiak, K., & Kozłowski, P. (2021). University students' strategies of coping with stress during the coronavirus pandemic: Data from Poland. *PloS one*, 16(7), e0255041. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255041>
- Baqutayan, S. M. S. (2015). Stress and coping mechanisms: A historical overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(2), 479–488. <https://www.mcser.org/journal/index.php/mjss/article/view/5927>
- Barbado Alonso, J. A., y Fernández Valencia, M. (2020). Guía para la resiliencia frente al estrés provocado por la pandemia de Covid-19: recursos para sanitarios. MIMAPA. 1–16. [https://www.semng.es/images/2020/Coronavirus/guia\\_resiliencia\\_estres\\_covid19.pdf](https://www.semng.es/images/2020/Coronavirus/guia_resiliencia_estres_covid19.pdf)
- Batson, C. D., Fultz, J., & Schoenrade, P. A. (1987). Las reacciones emocionales de los adultos ante el malestar ajeno. En N. Eisenberg, & J. Strayer (Ed), *La empatía y su desarrollo* (págs. 181-204). Desclée de Brouwer.
- Batthyany, A., & Russo-Netzer, P. (2014). Psychologies of meaning. In A. Batthyany & P. Russo-Netzer (Eds.), *Meaning in positive and existential psychology* (pp. 3–22). Springer Science + Business Media. [https://doi.org/10.1007/978-1-4939-0308-5\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4939-0308-5_1)
- Bleich, A., Gelkopf, M., & Solomon, Z. (2003). Exposure to terrorism, stress-related mental health symptoms, and coping behaviors among a nationally representative sample in Israel. *JAMA*, 290(5), 612–620. <https://doi.org/10.1001/jama.290.5.612>

- Bonilla, F., & Villar, B. (21 de octubre 2020). El Covid – 19 como estresor y procesos de afrontamiento para hacerle frente. Blogs Quironsalud. <https://www.quironsalud.es/blogs/es/psicologia-salud/covid-19-estresor-procesos-afrontamiento-hacerle-frente>
- Bountress, K. E., Cusack, S. E., Conley, A. H., Aggen, S. H., The spit for science working group, Vassileva, J., Dick, D. M., & Amstadter, A. B. (2022). The COVID-19 pandemic impacts psychiatric outcomes and alcohol use among college students. *European Journal of Psychotraumatology*, 13(1), 2022279. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.2022279>
- Castagnola Sánchez, C. G., Carlos-Cotrino, J., & Aguinaga-Villegas, D. (2021). La resiliencia como factor fundamental en tiempos de Covid-19. *Propósitos y Representaciones*, 9(1), e1044. <http://www.scielo.org.pe/scielo.php?>
- Castañeda-García, P. J., Alejo-Trujillo, T., Cota-Bedoya, M. R., García-Torres, M. F., & Cruz-Santana, V. (2022). Análisis cuantitativo de resiliencia y apoyo social en estudiantes universitarios de primero y último curso de Psicología. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15(1), 79–90. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.15108>
- Castañeda-García, P. J., Chinea-Cabrera, M. J., & Cruz-Santana, V. (2023). Analysis of grandparents' activities with grandchildren in the post COVID-19 lockdown period and the relationship with satisfaction, resilience and SPS. *Anuario de Psicología / The UB Journal of Psychology*, 53(2), 1-12. <https://revistes.ub.edu/index.php/Anuario-psicologia/article/view/40182/39850>
- Chacón, A., Pérez-Chacón, M., Borda-Mas, M., Avargues-Navarro, M. L., & López-Jiménez, A. M. (2021). Cross-cultural adaptation and validation of the highly sensitive person scale to the adult spanish population (HSPS-S). *Psychology Research and Behavior Management*, 14, 1041–1052. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S321277>
- Chan, C. S., Yang, C. T., Xu, Y., He, L., & Yip, P. S. F. (2022). Variability in the psychological impact of four waves of COVID-19: A time-series study of 60,000 text-based counseling sessions. *Psychological Medicine*, 1–37. Advance online publication. <https://doi.org/10.1017/S0033291722000587>
- Charles, S. T. (2010). Strength and vulnerability integration: a model of emotional well-being across adulthood. *Psychological Bulletin*, 136(6), 1068–1091. <https://doi.org/10.1037/a0021232>
- Cheng, P. X., Park, H. R. P., & Gatt, J. M. (2021). Approach Coping Mitigates Distress of COVID-19 Isolation for Young Men With Low Well-Being in a Sample of 1,749 Youth From Australia and the USA. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 634925. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.634925>
- Chow, K. M., Tang, W. K. F., Chan, W. H. C., Sit, W. H. J., Choi, K. C., & Chan, S. (2018). Resilience and well-being of university nursing students in Hong Kong: a cross-sectional study. *BMC Medical Education*, 18(1), 13. <https://doi.org/10.1186/s12909-018-1119-0>
- Cope, C., Michalski, D. S., & Fowler, G. A. (2016). Summary report, APA Graduate Study in Psychology 2017: Student Demographics. APA Office of Graduate and Postgraduate Education and Training. <https://www.apa.org/education/grad/survey-data/2017-student-demographics.aspx>
- Devoe, D., Han, A., Anderson, A., Katzman, D. K., Patten, S. B., Soumbasis, A., Flanagan, J., Paslakis, G., Vyver, E., Marcoux, G., & Dimitropoulos, G. (2023). The impact of the COVID-19 pandemic on eating disorders: A systematic review. *The International Journal of Eating Disorders*, 56(1), 5–25. <https://doi.org/10.1002/eat.23704>
- Eisenbeck, N., Carreno, D. F., Wong, P., Hicks, J. A., María, R. G., Puga, J. L., Greville, J., Testoni, I., Biancalani, G., López, A., Villareal, S., Enea, V., Schulz-Quach, C., Jansen, J., Sanchez-Ruiz, M. J., Yildirim, M., Arslan, G., Cruz, J., Sofia, R. M., Ferreira, M. J., ... García-Montes, J. M. (2022). An international study on psychological coping during COVID-19: Towards a meaning-centered coping style. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 22(1), 100256. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2021.100256>
- Espinosa, Y., Mesa, D., Díaz, Y., Caraballo, L. y Mesa, M. (2020). Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas, Los Palacios. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46, e2659. <https://scielosp.org/pdf/rcsp/2020.v46suppl1/e2659/es>
- Frankl, V. E. (1969). *The will to meaning: Foundations and applications of logotherapy*. Meridian.
- García-Portilla, P., de la Fuente Tomás, L., Bobes-Bascarán, T., Jiménez Treviño, L., Zurrón Madera, P., Suárez Álvarez, M., Menéndez Miranda, I., García Álvarez, L., Sáiz Martínez, P. A., & Bobes, J. (2021). Are older adults also at higher psychological risk from COVID-19? *Aging & Mental Health*, 25(7), 1297–1304. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1805723>
- González-Arratia López Fuentes, N. I. (2018). Resiliencia. Diferencias por edad en hombres y mujeres mexicanos. *Acta de Investigación Psicológica*, 5(2), 1996–2010. [https://doi.org/10.1016/S2007-4719\(15\)30019-3](https://doi.org/10.1016/S2007-4719(15)30019-3)
- Graves, B. S., Hall, M. E., Dias-Karch, C., Haischer, M. H., & Apter, C. (2021). Gender differences in perceived stress and coping among college students. *PloS one*, 16(8), e0255634. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255634>
- Greven, C. U., Lionetti, F., Booth, C., Aron, E. N., Fox, E., Schendan, H. E., Pluess, M., Bruining, H., Acevedo, B., Bijtteeber, P., & Homberg, J. (2019). Sensory processing sensitivity in the context of environmental sensitivity: A critical review and development of research agenda. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 98, 287–305. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.01.009>
- Güneş, S., & Bulut, B. P. (2022). Health anxiety During COVID-19: Predictive roles of health promoting behaviors and sensory processing sensitivity. *The Journal of Psychology*, 156(3), 167–184. <https://doi.org/10.1080/00223980.2021.2012110>
- Guszkowska, M., Zagórska-Pachucka, A., Kuk, A., & Skwarek, K. (2016). Gender as a factor in differentiating strategies of coping with stress used by physical education students. *Health Psychology Report*, 4(3), 237–245. <https://doi.org/10.5114/hpr.2016.57681>
- Guzmán Muñoz, E., Concha Cisternas, Y., Lira Cea, C., Vásquez Yáñez, J., & Castillo Retamal, M. (2021). Impacto de un contexto de pandemia sobre la calidad de vida de adultos jóvenes. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(2), e0210898. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572021000200006&lng=es&tln g=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572021000200006&lng=es&tln g=es)
- Han, L., Zhao, S. Y., Pan, X. Y., & Liao, C. J. (2018). The impact of students with left-behind experiences on childhood: The relationship between negative life events and depression among college students in China. *The International journal of social psychiatry*, 64(1), 56–62. <https://doi.org/10.1177/0020764017739332>
- Hartley, M. T. (2011). Examining the relationships between resilience, mental health, and academic persistence in undergraduate college students. *Journal of American College Health: J of ACH*, 59(7), 596–604. <https://doi.org/10.1080/07448481.2010.515632>
- Huta, V., & Hawley, L. (2010). Psychological strengths and cognitive vulnerabilities: Are they two ends of the same continuum or do they have independent relationships with well-being and ill-being? *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 11(1), 71–93. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9123-4>
- limura, S. (2022). Sensory-processing sensitivity and COVID-19 stress in a young population: The mediating role of resilience. *Personality and Individual Differences*, 184, 111183. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.11118>
- Jerome, E. M., & Liss, M. (2005). Relationships between sensory processing style, adult attachment, and coping. *Personality and Individual Differences*, 38(6), 1341–1352. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.08.016>
- Kaur, J., Chow, E., Ravenhurst, J., Snyder, T., Pennell, S., Lover, A. A., & Goff, S. L. (2022). Considerations for meeting students' mental health needs at a U.S. University during the COVID-19 pandemic: A

- qualitative study. *Frontiers in Public Health*, 10, 815031. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.815031>
- Knepple Carney, A., Graf, A. S., Hudson, G., & Wilson, E. (2021). Age Moderates Perceived COVID-19 Disruption on Well-Being. *The Gerontologist*, 61(1), 30–35. <https://doi.org/10.1093/geront/gnaa106>
- Klonoff-Cohen, H. (2022). College students' opinions about coping strategies for mental health problems, suicide ideation, and self-harm during COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 13, 918891. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.918891>
- Konrad, S., & Herzberg, P. Y. (2017). Psychometric properties and validation of a German high sensitive person scale (HSPS-G). *European Journal of Psychological Assessment*, 35(3), 1–15 <https://econtent.hogrefe.com/doi/10.1027/1015-5759/a000411>
- Landy, J. F., Shigeto, A., Laxman, D. J., & Scheier, L. M. (2022). Typologies of stress appraisal and problem-focused coping: associations with compliance with public health recommendations during the COVID-19 pandemic. *BMC public health*, 22(1), 784. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13161-5>
- Li, Q. (2020). Psychosocial and coping responses toward 2019 coronavirus diseases (COVID-19): a cross-sectional study within the Chinese general population. *QJM: Monthly Journal of the Association of Physicians*, 113(10), 731–738. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa226>
- Li, F., Luo, S., Mu, W., Li, Y., Ye, L., Zheng, X., Xu, B., Ding, Y., Ling, P., Zhou, M., & Chen, X. (2021). Effects of sources of social support and resilience on the mental health of different age groups during the COVID-19 pandemic. *BMC Psychiatry*, 21(1), 16. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-03012-1>
- Licht, C. L., Mortensen, E. L., & Knudsen, G. M. (2011). Association between sensory processing sensitivity and the 5-HTTLPR Short/Short genotype. *Biological Psychiatry*, 69, 152–153. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2011.03.031>
- Lozano, A., Fernández, J.S., Figueredo, V., & Martínez, A. M (2020). Impactos del confinamiento por el COVID-19 entre universitarios: Satisfacción vital, resiliencia y capital social online. *International Journal of Sociology of Education, Special Issue: COVID-19 crisis and socioeducative inequalities and strategies to overcome them*, 79–104. <http://dx.doi.org/10.17583/rise.2020.5925>
- Magson, N. R., Freeman, J., Rapee, R. M., Richardson, C. E., Oar, E. L., & Fardouly, J. (2021). Risk and protective factors for prospective changes in adolescent mental health during the COVID-19 pandemic. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(1), 44–57. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01332-9>
- Manchia, M., Gathier, A. W., Yapici-Eser, H., Schmidt, M. V., de Quervain, D., van Amelsvoort, T., Bisson, J. I., Cryan, J. F., Howes, O. D., Pinto, L., van der Wee, N. J., Domschke, K., Branchi, I., & Vinkers, C. H. (2022). The impact of the prolonged COVID-19 pandemic on stress resilience and mental health: A critical review across waves. *European Neuropsychopharmacology: The Journal of the European College of Neuropsychopharmacology*, 55, 22–83. <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2021.10.864>
- Martínez, I. M., Meneghel, I., & Peñalver, J. (2019). ¿El género afecta en las estrategias de afrontamiento para mejorar el bienestar y el desempeño académico? *Revista de Psicodidáctica*, 24(2), 111–119. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.01.003>
- Mayordomo, T. (2013). *Afrontamiento, resiliencia y bienestar a lo largo del ciclo vital*. Tesis doctoral publicada, Universitat de València, Valencia. <https://roderic.uv.es/handle/10550/29244>
- Milman, E., Lee, S. A., & Neimeyer, R. A. (2022). Social isolation and the mitigation of coronavirus anxiety: The mediating role of meaning. *Death Studies*, 46(1), 1–13. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1775362>
- Montoya-Pérez, K. S., Ortega, J. I. M., Montes-Delgado, R., Padrós-Blázquez, F., de la Roca Chiapas, J. M., & Montoya-Pérez, R. (2019). Psychometric properties of the highly sensitive person scale in Mexican population. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 1081–1086. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S224808>
- Morán Astorga, M. C., Finez-Silva, M. J., Menezes dos Anjos, E., Pérez-Lancho, M. C., Urchaga-Litago, J. D., & Vallejo-Pérez, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 183–190. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1542>
- Na, L., Yang, L., Mezo, P. G., & Liu, R. (2022). Age disparities in mental health during the COVID19 pandemic: The roles of resilience and coping. *Social Science & Medicine*, 305, 115031. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.115031>
- Nadeem, E., & Van Meter, A. R. (2023). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Adolescents: An Opportunity to Build Resilient Systems. *American Journal of Health Promotion: AJHP*, 37(2), 274–281. <https://doi.org/10.1177/08901171221140641d>
- Oltra, C., y Boso, A. (2020). Lecciones aprendidas de la crisis del coronavirus: preparación y resiliencia social. *Revista Española de Sociología*, 29(3). <https://doi.org/10.22325/fes/res.2020.50>
- Prowse, R., Sherratt, F., Abizaid, A., Gabrys, R. L., Hellems, K. G. C., Patterson, Z. R., & McQuaid, R. J. (2021). Coping With the COVID-19 Pandemic: Examining Gender Differences in Stress and Mental Health Among University Students. *Frontiers in psychiatry*, 12, 650759. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.650759>
- Rahman, Q. M., Khan, A. H., Al Zubayer, A., Ahmed, M., Hasan, M. T., Rahaman, A., Islam, M. B., Al Mazid Bhuiyan, M. R., Rimti, F. H., Khan, M., Hossain, M. Z., & Haque, M. A. (2022). Factors associated with suicidal behavior among university students in Bangladesh after one year of COVID-19 pandemic. *Heliyon*, 8(1), e08782. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e08782>
- Ramírez, I.A. y Castro, M. (2018). Análisis de los niveles de resiliencia en función del género y factores del ámbito educativo en escolares. *ESHPA-Education, Sport, Health and Physical Activity*, 2(1), 50–61. <http://hdl.handle.net/10481/49838>
- Reyes Pérez, V., Alcazar Olan, J., Resendiz Rodriguez, A., y Flores Morales, R. (2017). Miedo, ansiedad y afrontamiento. *Estudiantes universitarios mexicanos*. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 10(1), 83–92. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.10110>
- Rutter, M. (2013). Annual Research Review: Resilience--clinical implications. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 54(4), 474–487. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2012.02615.x>
- Sánchez-Hernández, O., Canales, A., & Everaert, N. (2022). Resilience, well-being, and post-traumatic stress in the Spanish population in the lockdown and pandemic of COVID-19. *Revista de Psicoterapia*, 33, 253–265. <https://pesquisa.bvsalud.org/global-liter>
- Savitsky, B., Findling, Y., Erel, A., & Hendel, T. (2020). Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic. *Nurse Education in Practice*, 46, 102809. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102809>
- Serrano-Parra, M.D., Garrido-Abejar, M., Notario-Pacheco, B., Bartolomé-Gutiérrez, R., Solera-Martínez, M., & Martínez-Vizcaíno, V. (2012). Validez de la escala de resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC) en una población de mayores entre 60 y 75 años. *International Journal of Psychological Research*, 5(2), 49–57 <https://www.redalyc.org/pdf/2990/299025051006.pdf>
- Silveira, S., Hecht, M., Adli, M., Voelkle, M. C., & Singer, T. (2022). Exploring the Structure and Interrelations of Time-Stable Psychological Resilience, Psychological Vulnerability, and Social Cohesion. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 804763. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.804763>
- Sollár, T., & Sollárová, E. (2009). Proactive coping from the perspective of age, gender and education. *Studia Psychologica*, 51(2-3), 161-165. <http://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.2fba15bb-0b8a-3cd9-8730-6886654ae1db>
- Trå, H. V., Volden, F., & Watten, R. G. (2022). High Sensitivity: Factor structure of the highly sensitive person scale and personality traits in a high and low sensitivity group. Two gender—matched studies. *Nordic Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/1901276.2022.2093778>

- Trujillo García, S. (2011). Resiliencia: ¿Proceso o capacidad? Una lectura crítica del concepto de resiliencia en 14 universidades colombianas. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 4(1), 13–22. <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/rip.4102/174>
- Tshering, K., & Dema, K. (2022). Psychological impact during COVID-19 pandemic: A web-based cross-sectional study among students studying at College of Science and Technology (CST), Phuentsholing, Bhutan. *PloS one*, 17(2), e0263999. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263999>
- UNICEF (2020). El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Vidal Bustamante, C. M., Coombs, G., 3rd, Rahimi-Eichi, H., Mair, P., Onnela, J. P., Baker, J. T., & Buckner, R. L. (2022). Fluctuations in behavior and affect in college students measured using deep phenotyping. *Scientific Reports*, 12(1), 1932. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-05331-7>
- Wang, H., Xia, Q., Xiong, Z., Li, Z., Xiang, W., Yuan, Y., Liu, Y., & Li, Z. (2020). The psychological distress and coping styles in the early stages of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic in the general mainland Chinese population: A web-based survey. *PloS one*, 15(5), e0233410. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233410>
- WHO (2020, September 27). International Day of Epidemic Preparedness. <https://www.who.int/news-room/events/detail/2020/12/27/default-calendar/international-day-of-epidemic-preparedness>
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L., Gill, H., Phan, L., Chen-Li, D., Jacobucci, M., Ho, R., Majeed, A., & McIntyre, R. S. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 277, 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001>
- Yano, K., Kase, T., & Oishi, K. (2021). Sensory processing sensitivity moderates the relationships between life skills and depressive tendencies in university students. *Japanese Psychological Research*, 63(3), 152–163. <https://doi.org/10.1111/jpr.12289>
- Yu, H., Li, M., Li, Z., Xiang, W., Yuan, Y., Liu, Y., Li, Z., & Xiong, Z. (2020). Coping style, social support and psychological distress in the general Chinese population in the early stages of the COVID-19 epidemic. *BMC Psychiatry*, 20(1), 426. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02826-3>