

ANCIANIDAD RESILIENTE: REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA

MARÍA ÁNGELES DE JUAN PARDO.

Departamento de Enfermería. Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. UIC Barcelona

LOLA BARDALLO PORRAS

Escola Superior d'Infermeria del Mar (Universitat Pompeu Fabra)

MARÍA FERNÁNDEZ CAPO

Departamento de Ciencias Básicas. Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. UIC Barcelona

ALBA VALL VARGAS

Unidad de Medicina Interna y Especialidades Médicas. Hospital Althaia. Xarxa assistencial y universitaria de Manresa

LUIS GONZÁLEZ DE PAZ

Departamento de Medicina. Área de Salud Pública y epidemiología. UIC Barcelona

Abstract: La vejez es una etapa de la vida no exenta de crisis. El envejecimiento se asocia a pérdidas que pueden desembocar en crisis de autonomía, de identidad o de pertenencia al grupo familiar y social. Sin embargo, las personas mayores y las familias afrontan de manera desigual estas crisis: mientras una parte de los ancianos viven esta etapa vital y sus consecuencias con sentido y conciencia de su rol, otros experimentan periodos en los que el desánimo y la sensación de pérdidas y decadencia física afectan de manera negativa a su bienestar. Algunos autores han denominado la forma de afrontamiento positivo resiliencia, que es equivalente a la superación positiva de las crisis de la vejez. La literatura señala diversos factores como facilitadores del desarrollo de la actitud resiliente. Destaca el papel de la familia, la solidaridad intergeneracional y los recursos individuales aprendidos previamente como factores decisivos para desarrollar una conducta resiliente.

Examinar el concepto y los factores asociados a la resiliencia en las personas ancianas según han sido descritos en la literatura científica internacional.

Se trata una revisión sistemática siguiendo la metodología “*integrative review*”. Se ha realizado una búsqueda en las bases de datos: Pubmed, Cinahl, PsycInfo y Scopus utilizando los términos “Resilience, Psychological”[Mesh] AND (Aging[Title / Abstract] OR elderly[Title / Abstract] OR older[Title / Abstract]). Se presentan los resultados preliminares de la revisión bibliográfica sistemática sobre resiliencia en el envejecimiento.

Palabras claves: familia y envejecimiento, familia y salud, resiliencia familiar.

Introducción

En esta comunicación presentaremos los resultados preliminares de una revisión sistemática sobre la resiliencia en el envejecimiento. Ésta, forma parte

de un proyecto de la Cátedra *IsFamily* Santander (*Intergenerational Solidarity in the Family*) dentro del ámbito de Salud: Resiliencia en el envejecimiento. Este proyecto tiene como fin proponer y realizar una intervención para incrementar la resiliencia en el anciano ante el proceso de envejecer.

La vejez es una etapa de la vida no exenta de crisis en las que las personas suelen experimentar pérdidas (de salud, de fuerza, de personas queridas, etc.) y en la que los cambios físicos, psíquicos y de rol social entre otros desembocan usualmente en crisis de autonomía, de identidad o de pertenencia al grupo familiar y social¹. Sin embargo, las personas mayores y las familias afrontan de manera desigual estas crisis: mientras una parte de los ancianos viven esta etapa vital y sus consecuencias con sentido y consciencia de su rol, otros experimentan periodos en los que el desánimo y la sensación de pérdidas y decadencia física afectan de manera negativa a su bienestar. Algunos autores han denominado a la forma de afrontamiento positivo resiliencia, también denominada superación positiva de las crisis de la vejez². La literatura señala diversos factores como facilitadores del desarrollo de la actitud resiliente. Entre otros, destaca el papel de la familia, la solidaridad intergeneracional y los recursos individuales aprendidos previamente como factores decisivos para desarrollar una conducta resiliente.

Objetivos

En el presente estudio el objetivo principal fue examinar el concepto y los factores asociados a la resiliencia en las personas ancianas según han sido descritos en la literatura científica internacional.

Método

Para alcanzar los objetivos propuestos se ha realizado una revisión de la literatura sistemática siguiendo la metodología “*integrative review*”³, para ello se han incluido en la revisión estudios cuantitativos, cualitativos, disertaciones o ensayos conceptuales sobre el tema de estudio.

La búsqueda se ha realizado en las bases de datos: Pubmed, Cinahl, PsycInfo y Scopus. El algoritmo de búsqueda ha incluido los términos “Resilience” y sinónimos de envejecimiento: “aging, elderly u older”, combinados de la siguiente manera mediante los operadores booleanos AND y OR: Resilience AND (aging OR elderly OR older). La búsqueda, se ha limitado a aquellos artículos que incluyesen dichas palabras clave en el título o en el resumen como termino Mesh “Resilience psychological”: “Resilience, Psychological” [Mesh] AND (Aging[Title/ Abstract] OR elderly[Title/ Abstract] OR older [Title/ Abstract]).

Los criterios de inclusión, han sido artículos que tratan el tema de resiliencia en el envejecimiento, de manera teórica o empírica.

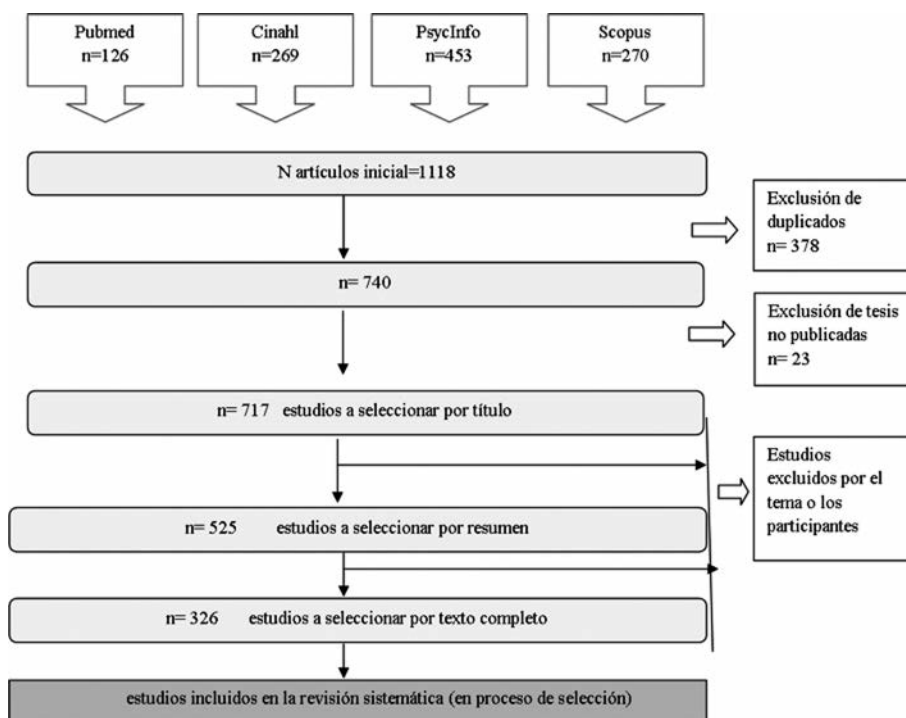
Como criterios de exclusión, aquellos que no trataban de la resiliencia como uno de los temas principales, o no se centraban en la población anciana.

Resultados

Como ya se ha comentado, se presentan los resultados preliminares de la revisión sistemática de literatura sobre resiliencia en el envejecimiento. Además, nos hemos centrado en destacar aquello relacionado con resiliencia y familia. Actualmente se está en la fase del análisis del texto completo de los artículos, pero ya se pueden entrever algunos temas.

Aplicando la estrategia de búsqueda mencionada se han obtenido un total de 1118 artículos. Esta búsqueda la realizaron conjuntamente dos investigadores del grupo.

Figura 1.
Diagrama de flujo que muestra el proceso de selección e inclusión de los artículos.



En la figura 1 se muestra el esquema de los resultados obtenidos en las distintas fases de la selección de los artículos. En la selección final se incluyeron 326 (29,15%) artículos que cumplían los criterios de selección: artículos teóricos

o empíricos sobre resiliencia en el envejecimiento, que incluyan alguna definición de ésta, o que analicen alguna escala validada para medir la resiliencia en una población de ancianos.

Los artículos incluidos en la revisión sistemática se han clasificado en 3 grupos: “conceptual”, si son artículos narrativos que tratan de la resiliencia en el envejecimiento de manera conceptual. “Escala”, si son estudios de desarrollo, validación o aplicación de una escala, y finalmente “intervenciones”, si son estudios que realizan una intervención, y miden la resiliencia en el envejecimiento, entre otras cosas.

A continuación presentamos los resultados preliminares del análisis de los artículos de cada uno de estos grupos:

1) Artículos conceptuales:

Hasta el momento se ha realizado un análisis preliminar del concepto resiliencia aplicado en el envejecimiento, partiendo de la lectura de los artículos “conceptuales” más relevantes:

Etimológicamente el término resiliencia procede del término latino *resilio*, cuyo significado es “volver atrás/ volver de un salto”. En el ámbito de las Ciencias Sociales y de la Salud recibe una connotación diferente, relativa a la capacidad de las personas para desarrollarse psicológicamente, sanos y exitosos, a pesar de nacer y vivir en un entorno de alto riesgo para la salud física y mental (Rutter, 1993). Es decir, la Resiliencia se centra en el uso de estrategias personales para un desarrollo vital positivo y armonioso en contextos poco saludables.

Algunas definiciones presentadas por diferentes autores recogen esta acepción de crecimiento personal ante la adversidad y matizan el contenido del término: La resiliencia implica una historia de adaptaciones exitosas en el individuo que se ha visto expuesto a factores biológicos de riesgo o eventos de vida estresantes, continuando además, con la expectativa de baja susceptibilidad a futuros estresores⁴. Autores como Grotberg⁵, identifican la Resiliencia como “la capacidad para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformados por ellas. Forma parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez”. Vanistenda (1993), señala como elementos constitutivos de la Resiliencia, la *resistencia frente a la destrucción* o la protección de la propia integridad y la *capacidad para construir una conducta vital positiva*, socialmente aceptable, pese a las circunstancias difíciles. Para ello son necesarias estrategias de afrontamiento⁶, para poder llegar a la adaptación positiva del individuo cuando es desafiado por una adversidad⁷.

Muchos estudios del campo de la Psicología describen la Resiliencia y, como hemos visto en las definiciones anteriores, hay tres constructos que vinculan las investigaciones realizadas: Adversidad, Capacidad y Proceso. Estos tres

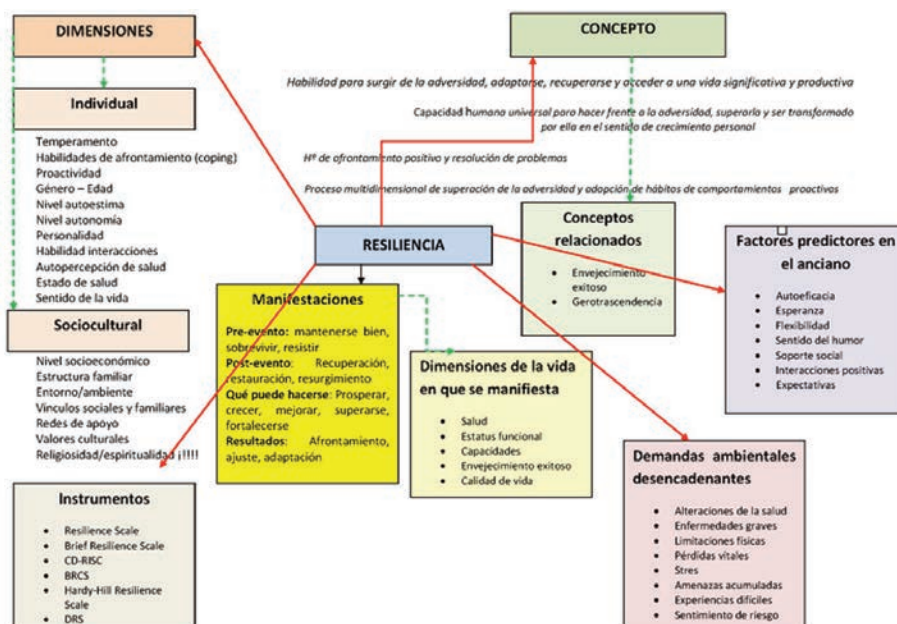
constructos forman el armazón conceptual del término Resiliencia.

El término resiliencia se ha centrado en la infancia y en los adultos de mediana edad. Sin embargo ha sido en la última década –posiblemente coincidiendo con el aumento de la esperanza de vida y el incremento de la población envejecida- cuando han surgido estudios en los que se profundiza sobre el tema en la franja etaria de la vejez.

Aunque las investigaciones previas coinciden con las realizadas en población mayor en algunos aspectos, existen en las personas ancianas determinadas especificidades relacionadas con una historia de vida más amplia y con la problemática de salud que suele ir apareciendo con el paso de los años vividos. Así, cobran especial relevancia en las personas mayores, aspectos tales como la autopercepción de salud y de autonomía física y personal, la función cognitiva, el sentido de coherencia vital o la espiritualidad⁸.

La figura 2, muestra un primer esbozo del mapa conceptual que estamos elaborando tras la lectura de los artículos que tratan de la resiliencia en el envejecimiento desde un punto de vista teórico.

Figura 2.
Mapa conceptual resiliencia.



El mapa esquematiza las principales características y dimensiones de la resiliencia en el anciano. Entre los factores externos, se señalan numerosos factores

relacionados con la familia: como es el impacto que la estructura familiar pueda tener sobre la persona, el ambiente que se desarrolla en el entorno familiar, los vínculos sociales y familiares, las redes de apoyo, entre las que destaca de nuevo, la familia. Los valores culturales, religiosos y espirituales, muchas veces transmitidos, compartidos y vividos en el ámbito familiar. Ésta puede actuar como facilitador o por el contrario, como barrera para desarrollar una actitud resiliente en el anciano, y para alcanzar la resiliencia en el envejecimiento.

También se pueden entrever la relevancia de la familia para promover una actitud resiliente, por ejemplo, contribuyendo a adquirir y mantener el sentido de la vida, a promover y proteger la salud, etc.

La revisión realizada sobre el concepto de Resiliencia, no siendo exhaustiva, nos ha permitido desvelar que las personas mayores con una autopercepción positiva de sí mismos y de sus capacidades de autogestión, son más propensas a comportamientos resilientes. Además, el estudio del tema de la resiliencia, forma parte de la psicología positiva, abriendo nuevos horizontes a la comprensión del fenómeno del afrontamiento frente a las crisis que se producen en la vejez. No obstante, y dada la breve historia investigadora en este grupo de edad, consideramos que es necesario continuar investigando para adecuar el concepto de Resiliencia que recoge la literatura, a las situaciones propias que experimentan las personas mayores y sus familias.

2) Artículos sobre escalas de resiliencia:

En cuanto al análisis de los artículos sobre “escalas se han identificado las principales escalas para medir la resiliencia aplicadas en la población anciana. Algunas de ellas, adaptadas y validadas en dicha población. Entre las escalas revisadas, se encuentran:

- Resilience Scale, desarrollada y validada por primera vez, por Wagnild y Young, en 1993⁹. Aplicada en 810 ancianos en la comunidad. Y en 2009, Wagnild publicó una guía de uso de la escala (“The Resilience Scale User’s Guide”, de 25 ítems)¹⁰. Esta escala sigue aplicándose, y en el ámbito de las personas ancianas (Resnick et al 2011, Beutel et al 2009, Cohen et al 2004, Ferreira et al 2012)¹¹. Además ha sido adaptada a otros idiomas: al Sueco¹² y al Portugués¹³.
- Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), de 25 ítems¹⁴. Elaborada por Connor y Davidson en 2003, en Durham, North Carolina. Y una versión abreviada de la misma: CD-RISC (abreviated)¹⁵, de 10 ítems. Esta última ha sido validada en mayores no institucionalizados¹⁶.
- British Resilience Coping Scale (BRCS)¹⁷, de 4 ítems, adaptada al castellano en la población anciana¹⁸.
- Hardy-Hill Resilience Scale¹⁹, de 9 ítems.
- Y Dispositional Resilience Scale (DRS)²⁰, adaptada a la población adulta²¹.

Estas escalas se han creado para medir la resiliencia. Entre los temas que tratan, sobre todo se centran en la capacidad para afrontar las dificultades y problemas, o actitud habitual ante las mismas. Así como la recuperación, crecimiento o mejora personal una vez que se han superado.

Actualmente estamos analizando las propiedades psicométricas de cada escala y sus adaptaciones y aplicación en la población anciana, y en concreto, en castellano, para poder escoger la que se considere más adecuada para el presente estudio.

Más adelante, también revisaremos las escalas sobre resiliencia familiar, para ver si la intervención que desarrollaremos para potenciar la resiliencia en el anciano, también tiene un impacto positivo en la resiliencia familiar.

3) Artículos sobre intervenciones:

En el tercer grupo de artículos: aquellos que realizan intervenciones sobre el anciano para medir o incrementar la resiliencia en el envejecimiento, hemos identificado los temas que tratan, y si tienen en cuenta el capital familiar en las intervenciones para potenciar la resiliencia en el anciano. Entre éstos, se encuentran estudios sobre el afrontamiento ante situaciones vividas por ancianos de la misma generación y cultura: como guerras vividas²² o desastres naturales²³. Estudios sobre la resiliencia en situaciones experimentadas con frecuencia en la edad anciana, como la viudez²⁴, soledad²⁵, enfermedad²⁶, o discapacidad²⁷. Así como estudios que analizan la diferencia entre el nivel de resiliencia en ancianos, según el sexo, y otros sobre la relación entre resiliencia y envejecimiento saludable.

En este grupo de artículos, estamos consiguiendo el texto completo de los mismos, así como revisando y caracterizando primeramente aquellos en cuyo resumen mencionan el uso de alguna escala para medir la resiliencia en ancianos.

Conclusiones

La resiliencia en el envejecimiento se enmarca en el ámbito de la psicología positiva, analiza las experiencias positivas de las personas y como desarrollan la capacidad de superación ante las dificultades y problemas que acontecen en la vejez. Las abundantes definiciones que hay del término han permitido realizar escalas que tienen el objetivo de medir este término o de alguno de los factores que lo determinan, sin embargo las intervenciones específicas para incrementar la resiliencia en el envejecimiento que se han estudiado y descrito en la literatura son menores. Con este proyecto se podrá plantear en el futuro una intervención que potencie el desarrollo de este proceso resiliente. Trabando muy directamente con los recursos internos y externos tanto del anciano, como de su familia.

Notes

- ¹ Laforest, J. (1991); Laforest, J. (2002).
² Ibid; Guardini, R., Mardomingo, J. y López Quintás, A. (1998).
³ Whitemore, R. y Knafl, K. (2005).
⁴ Lavretsky e Irwin (2007).
⁵ Grotberg (1985)
⁶ Jiménez Ambriz M.G. (2010)
⁷ Ong, A. y Col. (2009).
⁸ Van Kessel, G. (2013)
⁹ Wagnild, G.M. y Jung, H.M. (1993)
¹⁰ Cfr. https://www.resiliencescale.com/en/rstest/rstest_14_en.html
¹¹ Beutel, M. E., Glaesmer, H., Decker, O., Fischbeck, S., & Brähler, E. (2009); Cohen, M., Baziliansky, S., y Beny, A. (2004); Ferreira, V. y col (2012); Resnick, B.A. e Inguito, P.L. (2011).
¹² Lundmand y col. (2007)
¹³ Pesce y col. (2005)
¹⁴ Connor, K.M y Davidson, J.R.T. (2003)
¹⁵ Campbell-Sills, L. y Stein, M.B. (2007)
¹⁶ Serrano-Parra y col. (2013)
¹⁷ Sinclair, V.G. y Wallston, K.A. (2004)
¹⁸ Tomas, J.M., Meléndez, J.C., Sancho, P. y Mayordomo, T. (2012)
¹⁹ Hardy, S.E., Concato, J. y Gill, T.M. (2004)
²⁰ Bartone, P.T. y col. (1989)
²¹ Rossi, N.E. y col. (2007)
²² (Kuwert, P. y col. 2009; Greene, R.R. y col 2012; Lamet, A. Y Jg D. 2004; Lamet, A. y col. 2009;)
²³ (Busapathumrong, P. 2013; Hros-towski, S y Timothy, R. 2012)
²⁴ (Bennett, K. 2010; Hahn, E. y col 2011; Holm A.L. y Severinsson, E. 2012)
²⁵ (Adams, Kb. y col.l 2004)
²⁶ (Puterman, E. y Elissa, E. 2012)
²⁷ (Heyl, V. Y Hans-Werner, W. 2001)

Referencias Bibliográficas

- Adams, Kb, S Sanders, and Ea Auth (2004), "Loneliness and Depression in Independent Living Retirement Communities: Risk and Resilience Factors", *Aging & Mental Health*, vol. 8, nº 6 (November), pp.475-85.
- Bartone, P. T., Ursano, R. J., Wright, K. M., & Ingraham, L. H. (1989). "The impact of a military air disaster on the health of assistance workers. A prospective study". *The Journal of Nervous and Mental Disease*, vol. 177, nº6, pp. 317-328.
- Bennett, Kate M (2010), "How to Achieve Resilience as an Older Widower: Turning Points or Gradual Change?" *Ageing & Society*, vol. 30, nº. 3 (April), pp. 369-82. doi:10.1017/S0144686X09990572.
- Beutel, M. E., Glaesmer, H., Decker, O., Fischbeck, S., & Brähler, E. (2009). Life satisfaction, distress, and resiliency across the life span of women. *Menopause* (New York, N.Y.), vol. 16, nº 6, pp. 1132-1138. doi:10.1097/gme.0b013e3181a857f8
- Busapathumrong, Pattamaporn (2013), "Disaster Management: Vulnerability and Resilience in Disaster Recovery in Thailand", *Journal of Social Work in Disability & Rehabilitation*, vol. 12, nº. 1/2 (March), pp. 67-83. doi:10.1080/1536710X.2013.784176.
- Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007), "Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience", *Journal of Traumatic Stress*, vol 20, nº 6, pp. 1019-1028. doi:10.1002/jts.20271
- Cohen, M., Baziliansky, S., & Beny, A. (2014), "The association of resilience and age in individuals with colorectal cancer: an exploratory cross-sectional study", *Journal of Geriatric Oncology*, vol. 5, nº 1, pp. 33-39. doi:10.1016/j.jgo.2013.07.009
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003), "Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)", *Depression and Anxiety*, vol. 18, nº 2, pp. 76-82. doi:10.1002/da.10113
- Dolores Serrano-Parra, M., Garrido-Abejar, M., Notario-Pacheco, B., Bartolomé-Gutiérrez,

- R., Solera-Martínez, M., & Martínez-Vizcaíno, V. (2013), "[Validity of the Connor-Davidson resilience scale (10 items) in a population of elderly]", *Enfermería Clínica*, vol. 23, nº 1, pp. 14-21. doi:10.1016/j.enfcli.2012.11.006
- Ferreira, Vilma, Maria, Priscilla Maria de Castro Silva, Elisângela Braga de Azevedo, Renata Cavalcanti Cordeiro, Lorena de Farias Pimentel Costa y Maria de Oliveira Ferreira Filha (2012), "Group of Elderly as a Strategy of Resilience Empowering of Its Members", *Journal of Nursing UFPE / Revista de Enfermagem UFPE*, vol. 6, nº. 9, pp.2006-12. doi:10.5205/reuol.2570-20440-1-LE.0609201.
- Greene, R.R., S. Hantman, A. Sharabi, and H. Cohen. (2012), "Holocaust Survivors: Three Waves of Resilience Research", *Journal of Evidence-Based Social Work*, vol. 9, nº. 5, pp. 481-97. doi:10.1080/10911359.2011.566797.
- Grotberg, Edith (1995). *The Internacional Resilience Project: Promoting Resilience in Children*. ERIC: ED.383424, E.E.U.U.
- Guardini, R., Mardomingo, J., & López Quintás, A. (1998), *Las etapas de la vida: su importancia para la ética y la pedagogía* (Vol. 2). Palabra, Madrid.
- Hahn, Elizabeth, A., Kelly Cichy E., David Almeida M., and William Haley E. (2011), "Time Use and Well-Being in Older Widows: Adaptation and Resilience", *Journal of Women & Aging*, vol. 23, nº. 2, (April), pp. 149-59. doi:10.1080/08952841.2011.561139.
- Hardy, S. E., Concato, J., & Gill, T. M. (2004), "Resilience of community-dwelling older persons", *Journal of the American Geriatrics Society*, vol. 52, nº 2, pp. 257-262.
- Heilemann, M. V., Lee, K., & Kury, F. S. (2003), "Psychometric properties of the Spanish version of the Resilience Scale", *Journal of Nursing Measurement*, vol. 11, nº 1, pp. 61-72.
- Heyl, Vera, and Hans-Werner Wahl (2001), "Psychosocial Adaptation to Age-Related Vision Loss: A Six-Year Perspective", *Journal of Visual Impairment & Blindness*, vol. 95, nº. 12 (December), pp.739-48.
- Holm, Anne Lise, and Elisabeth Severinsson (2012), "Systematic Review of the Emotional State and Self-management of Widows", *Nursing & Health Sciences*, vol. 14, nº. 1 (March), pp. 109-20. doi:10.1111/j.1442-2018.2011.00656.x.
- Hrostowski, Susan, and Timothy Rehner (2012), "Five Years Later: Resiliency Among Older Adult Survivors of Hurricane Katrina", *Journal of Gerontological Social Work* vol. 55, nº. 4 (May), pp. 337-51. doi:10.1080/01634372.2011.639055.
- Huang, Yunong, and Hung Wong (2013), "Effects of Social Group Work with Survivors of the Wenchuan Earthquake in a Transitional Community", *Health & Social Care in the Community*, vol. 21, nº. 3, (May), pp. 327-37.
- Jiménez Ambriz, María Guadalupe, (2011) "[Resilience, the treasure of the elderly]." *Revista española de geriatría y gerontología*, vol. 46, nº. 2: pp. 59-60. doi:10.1016/j.regg.2010.12.002.
- Kuwert, Philipp, Elmar Brähler, Heide Glaesmer, Harald Jürgen Freyberger, and Oliver Decker (2009), "Impact of Forced Displacement during World War II on the Present-Day Mental Health of the Elderly: A Population-Based Study", *International Psychogeriatrics*, vol. 21, nº 4 (August), pp.748-53. doi:10.1017/S1041610209009107
- Laforest, J. (1991), *Introducción a la gerontología. El arte de envejecer*. Herder, Barcelona.
- Laforest, J. (2002). *La vieillesse apprivoisée*. Les Editions Fides.
- Lamet, A, y Jg Dyer (2004), "Risk and Resilience: Reactions of Elderly Jewish Holocaust Survivors to Current Terrorist Events", *Journal of Multicultural Nursing & Health (JMCNH)*, vol. 10, nº. 1, pp. 66-76.
- Lamet, Ann, Lenore Szuchman, Linda Perkel y Sandra Walsh (2009), "Risk Factors, Resilience, and Psychological Distress among Holocaust and Nonholocaust Survivors in the Post-9/11 Environment", *Educational Gerontology*, vol. 35, nº. 1, (Enero), pp. 32-46. doi:10.1080/03601270802349403.
- Lavretsky, H., e Irwin M.R., (2007) "Resilience and Aging", *Aging Health*, vol. 3, pp. 309-23 <http://dx.doi.org/10.2217/1745509X.3.3.309>
- Lundman, B., Strandberg, G., Eisemann, M., Gustafson, Y., & Brulin, C. (2007), "Psychometric properties of the Swedish version of the Resilience Scale", *Scandinavian Journal*

- of *Caring Sciences*, vol. 21, n^º2, pp. 229-237. doi:10.1111/j.1471-6712.2007.00461.x
- Ong, A.d., Bergeman, y Boker (2009), "Resilience Comes of Age: Defining Features in Later Adulthood", *Journal of Personality*, vol. 77, n^º. 6, pp. 1777-1804. doi:10.1111/j.1467-6494.2009.00600.x.
- Pietrzak, R.H., and J.M. Cook (2013), "Psychological Resilience in Older U.S. Veterans: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study", *Depression and Anxiety*, vol. 30, n^º. 5, pp.432-43. doi: 10.1002 /da.22083.
- Pietrzak, R.H., M.B. Goldstein, J.C. Malley, A.J. Rivers, D.C. Johnson, C.A. Morgan III, and S.M. Southwick (2010), "Posttraumatic Growth in Veterans of Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom", *Journal of Affective Disorders*, vol. 126, n^º. 1-2, pp. 230-35. doi:10.1016/j.jad.2010.03.021.
- Pietrzak, R.H., D.C. Johnson, M.B. Goldstein, J.C. Malley, and S.M. Southwick (2009), "Psychological Resilience and Postdeployment Social Support Protect against Traumatic Stress and Depressive Symptoms in Soldiers Returning from Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom", *Depression and Anxiety*, vol. 26, n^º. 8, pp. 745-51. doi:10.1002/da.20558.
- Pietrzak, R.H., A.R. Russo, Q. Ling, and S.M. Southwick (2011), "Suicidal Ideation in Treatment-Seeking Veterans of Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom: The Role of Coping Strategies, Resilience, and Social Support", *Journal of Psychiatric Research*, vol. 45, n^º. 6, pp. 720-26. doi: 10.1016/j.jpsychires.2010.11.015.
- Pietrzak, R.H., and S.M. Southwick (2013), "Psychological Resilience in OEF-OIF Veterans: Application of a Novel Classification Approach and Examination of Demographic and Psychosocial Correlates", *Journal of Affective Disorders*, vol. 133, n^º. 3, pp. 560-68. doi:10.1016/j.jad.2011.04.028.
- Pietrzak, Robert, H, Jack Tsai, Paul Kirwin D, and Steven Southwick M. (2014), "Successful Aging among Older Veterans in the United States", *American Journal of Geriatric Psychiatry*, vol. 22, n^º. 6, pp. 551-63. doi:10.1016/j.jagp. 2012.11.018.
- Pietrzak, Robert H., Douglas C. Johnson, Marc B. Goldstein, James C. Malley, and Steven M. Southwick (2009), "Psychological Resilience and Postdeployment Social Support Protect against Traumatic Stress and Depressive Symptoms in Soldiers Returning from Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom", *Depression and Anxiety*, vol. 26, n^º. 8, pp.745-51. doi: 10.1002/da.20558.
- Puterman, Eli, and Elissa Epel (2012), "An Intricate Dance: Life Experience, Multisystem Resiliency, and Rate of Telomere Decline throughout the Lifespan", *Social and Personality Psychology Compass*, vol. 6, n^º. 11, pp. 807-25. doi:10.1111 /j.1751-9004. 2012. 00465. x.
- Resnick, B. A., & Inguito, P. L. (2011), "The Resilience Scale: psychometric properties and clinical applicability in older adults", *Archives of Psychiatric Nursing*, vol. 25, n^º1, pp.11-20. doi:10.1016/j.apnu.2010.05.001
- Rossi, N. E., Bisconti, T. L., & Bergeman, C. S. (2007), "The role of dispositional resilience in regaining life satisfaction after the loss of a spouse". *Death Studies*, vol. 31, n^º10, pp. 863-883. doi:10.1080/07481180701 603 246
- Serrano-Parra, Dolores, Margarita Garrido-Abejar, María, Notario-Pacheco, Blanca, Bartolomé-Gutiérrez, Raquel, Solera-Martínez, Montserrat y Martínez-Vizcaíno Vicente (2013), "Validity of the Connor-Davidson Resilience Scale (10 Items) in a Population of Elderly [Spanish]", *Enfermería Clínica*, vol.23, n^º. 1, pp. 14-21. doi:10.1016/j.enfcli.2012.11.006.
- Sinclair, V. G., & Wallston, K. A. (2004), "The development and psychometric evaluation of the Brief Resilient Coping Scale", *Assessment*, vol. 11, n^º1, pp. 94-101.
- Tomás, J. M., Meléndez, J. C., Sancho, P., & Mayordomo, T. (2012), "Adaptation and initial validation of the BRCS in an elderly Spanish sample", *European Journal of Psychological Assessment*, vol. 28, n^º4, pp. 283-289. doi:10.1027/1015-5759/a000108
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). "Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale". *Journal of Nursing Measurement*, vol. 1, n^º2, pp. 165-178.
- Whittemore, R., & Knafl, K. (2005), "The integrative review: updated methodology", *Journal of Advanced Nursing*, vol. 52, n^º5, pp. 546-553. doi:10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x