

INVESTIGACIONES TECNOLÓGICAS Y SU EFECTO EN EL BIENESTAR MENTAL DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DESDE LA PERSPECTIVA DE SALUTOGÉNESIS

TECHNOLOGICAL RESEARCH AND ITS EFFECT ON THE MENTAL WELL-BEING OF UNIVERSITY STUDENTS FROM THE PERSPECTIVE OF SALUTOGENESIS

Jeannette Katherine Güipe García

Universidad Politécnica Territorial del Estado Bolívar- UPTBOLIVAR. Bolívar, Venezuela

Instituto Universitario de Tecnología Antonio José de Sucre-IUTAJS. Bolívar, Venezuela

 <https://orcid.org/0000-0002-8441-8804>

jeannettekguipe@gmail.com

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar

Recibido: 05-01-2025

Aceptado: 24-05-2025

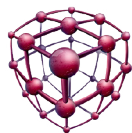
Resumen

Este estudio tiene por propósito investigar la correlación entre el desarrollo de la investigación tecnológica y la salud mental de los estudiantes universitarios en dos instituciones universitarias en Ciudad Bolívar, Estado Bolívar, Venezuela. Se identifica como un estudio cualitativo con diseño no experimental en dirección al paradigma constructivista, concentrándose en los relatos individuales de los estudiantes. El enfoque cualitativo permite explorar las percepciones y experiencias de veinticinco estudiantes que participan activamente en proyectos de investigación, ya que esta es la población y muestra. Para la recolección de datos se utilizan entrevistas semiestructuradas y grupos focales, ya que estas herramientas ayudan en la recopilación de datos sobre el sentido de coherencia, los mecanismos de afrontamiento del estrés en el trabajo académico y los efectos del trabajo en equipo en el bienestar emocional. Los resultados muestran que la participación en esfuerzos de investigación tecnológica es un factor protector del estrés académico y mejora la creatividad emocional y la resiliencia. También enfatiza que el trabajo colaborativo es constructivo para crear una comunidad y apoyo social entre los participantes, lo que tiene un efecto positivo en su salud mental. Estos resultados destacan la necesidad de que las instituciones incorporen actividades de investigación en el currículo académico a lo largo del curso de estudio del estudiante, ya que tiende a mejorar la salud emocional de los mismos. Desde una perspectiva salutogénica, esta investigación ofrece una justificación sólida para los próximos intentos destinados a fomentar la salud mental en contextos educativos.

Palabras clave: Bienestar mental, salutogénesis, investigaciones tecnológicas, estudiantes universitarios, Ciudad Bolívar, resiliencia emocional.

Abstract

This study investigates the correlation between the development of technological research and the mental health of university students in two university institutions in Ciudad Bolívar, Bolívar State, Venezuela. It is identified as a qualitative study with a non-experimental diachronic design in the direction of the constructivist paradigm, focusing on the individual accounts of the students. The qualitative approach allows exploring the perceptions and experiences of twenty-five students who actively participate in research projects, since this is the population and sample. For data collection, semi-structured interviews and focus groups are used, since these tools help in collecting data on the sense of coherence, stress coping mechanisms in academic work, and the effects of teamwork on emotional well-being. The results show that participation in technological research efforts is a protective factor for academic stress and improves emotional creativity and resilience. It also emphasizes that collaborative work is constructive in creating a community and social support among participants, which has a positive effect on their mental health. These results highlight the need for institutions to incorporate research activities into the academic curriculum throughout a student's course of study, as it tends to improve students' emotional health. From a salutogenic perspective, this research provides a strong rationale for



future attempts aimed at fostering mental health in educational contexts.

Keywords: Mental well-being, salutogénesis, technological research, university students, Ciudad Bolívar, emotional resilience.

Introducción

La vinculación entre las investigaciones tecnológicas y el bienestar mental de los estudiantes universitarios, en dos universidades de Ciudad Bolívar, Estado Bolívar, Venezuela se ha vuelto un asunto clave en educación actual. En un medio donde la presión y estrés educativo es más común, se necesitan hacer estudios sobre como las vivencias reales pueden influir en la salud mental los estudiantes. El bienestar no es sólo un estado soñado, sino una necesidad que hay que trabajar activamente por medio de didácticas educativas innovadoras.

Observamos que, la teoría de Kolb expone el aprendizaje como un proceso dinámico que se fortalece de experiencias concretas, además ayuda a desarrollar habilidades críticas y creativas que son esenciales para su bienestar integral (Catala et al., 2020). Al participar en investigaciones tecnológicas, los estudiantes atraviesan las distintas fases del ciclo de Kolb, lo que les proporciona herramientas valiosas para gestionar el estrés y fomenta un ambiente de aprendizaje positivo.

Por otra parte, la Teoría del Sentido de Coherencia (SOC) aporta un marco esencial de comprensión ¿cómo los estudiantes pueden enfrentar el estrés mediante la comprensibilidad, manejabilidad y significatividad en su educación? En el contexto de las investigaciones tecnológicas fortalece el sentido de coherencia y prepara a los estudiantes para afrontar los desafíos académicos contemporáneos con mayor resiliencia. (Antonovsky y Sagy 2018).

Además, la teoría del aprendizaje social de Bandura resalta la importancia de las interacciones sociales en el desarrollo emocional y la resiliencia. El trabajo colaborativo y el apoyo social son elementos clave que contribuyen a mitigar el estrés académico y fomentar un sentido de comunidad entre los estudiantes. El modelo de estrés de Folkman y Moskowitz, subraya la necesidad de implementar estrategias adecuadas para afrontar las exigencias académicas. Un fuerte sentido de coherencia permite a los estudiantes adoptar estrategias efectivas que no solo disminuyen el estrés, sino que también enriquecen su capacidad de aprendizaje (Paris y Omar, 2009).

Con base en lo anterior, surge la interrogante: ¿De qué manera puede el desarrollo de investigaciones tecnológicas facilitar la gestión del conocimiento en el ámbito universitario y contribuir al bienestar mental de los estudiantes desde una perspectiva salutogénica? Así, nos planteamos como objetivo general analizar la relación entre el desarrollo de investigaciones tecnológicas y su influencia en el bienestar mental de los estudiantes universitarios, enfatizando su impacto en la gestión del conocimiento. Para alcanzar esta finalidad, nos proponemos los siguientes objetivos específicos:

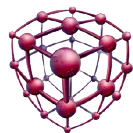
Examinar cómo la elección del tema de investigación por parte de los estudiantes impacta su sentido de coherencia y sus habilidades para gestionar el estrés académico.

Analizar la conexión entre la creatividad en los proyectos investigativos y las estrategias de resiliencia emocional empleadas por los estudiantes, resaltando su papel en la promoción del bienestar mental.

Investigar cómo las dinámicas colaborativas durante las investigaciones influyen en el apoyo social y bienestar mental de los estudiantes, subrayando la relevancia del capital social y los aspectos salutogénicos en contextos académicos.

Metodología:

Esta investigación se clasifica como cualitativa, con un enfoque fenomenológico que busca desentrañar un fenómeno social a través de la exploración profunda de las experiencias humanas. Este enfoque es fundamental para comprender el impacto de las actividades académicas en la salud mental de los estudiantes, permitiendo captar la riqueza y complejidad de sus percepciones individuales.



El diseño de la investigación es no experimental y transversal, lo que implica que se observa a los participantes en un único momento temporal. Esta estructura permite una comprensión más integral y detallada de sus experiencias, sin manipular variables externas. El instrumento principal utilizado para la recolección de datos son la entrevista semiestructurada, complementadas con grupos focales. Estas herramientas facilitan el diálogo y la expresión personal, brindando a los participantes un espacio seguro para compartir sus relatos y reflexiones.

La población objeto de estudio está compuesto por veinticinco estudiantes activos en proyectos tecnológicos, lo que se considera una población finita. Este tamaño limitado permite realizar un análisis más exhaustivo y específico, asegurando que las experiencias recopiladas sean representativas de las vivencias individuales. Al centrar la investigación en esta muestra particular, se fortalece tanto la validez como la pertinencia de los hallazgos dentro del contexto académico.

Para el análisis de la información recaudada, se emplea una técnica de codificación temática. Esto implica identificar patrones, categorías y temas recurrentes que emerjan de las transcripciones de las entrevistas y discusiones en grupos focales. Se busca organizar los datos en categorías que reflejen las diferentes dimensiones del impacto académico en la salud mental, permitiendo así una interpretación más profunda y contextualizada. Este enfoque no solo facilitará la identificación de tendencias comunes entre los participantes, sino que también permitirá resaltar experiencias y perspectivas individuales.

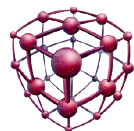
Se utiliza la codificación abierta, al analizar las transcripciones de entrevistas y grupos focales. Durante este proceso, emergieron diversas categorías relacionadas con la salud mental, como: aspecto emocional, satisfacción académica, motivación hacia la investigación, apoyo psicológico, comportamiento estudiantil, además de esperanza y futuro. Estas categorías permitieron identificar aspectos tanto positivos como negativos en el contexto educativo. Luego se procede con la codificación axial, donde se entrelazó estas categorías con la perspectiva de salutogénesis. Exponiendo que las conexiones sociales y de salud integral se erigen como bastiones de apoyo emocional, cruciales para mitigar el estrés académico, entre otros. Esta revelación le permitió vislumbrar que no solo se deben abordar los problemas asociados con la investigación tecnológica, sino también celebrar y potenciar aquellos factores que alimentan la salud y el bienestar.

Para garantizar la validez del análisis cualitativo, se implementó la triangulación, utilizando la entrevista y los grupos focales para recopilar datos sobre el tema salutogénico. Al comparar los resultados, se obtuvo una visión más completa y robusta de la influencia de la salud integral en estudiantes universitarios. Se compartieron hallazgos preliminares, permitiendo que los estudiantes reflexionaran sobre si sus experiencias habían sido correctamente interpretadas. Este paso fue crucial para asegurar que el análisis reflejara fielmente sus vivencias.

Finalmente, a través de este análisis profundo, se pudo identificar no solo los desafíos asociados, sino también las oportunidades para mejorar el bienestar mental. Esto es fundamental desde una perspectiva salutogénica, ya que permite desarrollar estrategias efectivas como un recurso positivo en el entorno educativo. A través de este enfoque fenomenológico, se busca no solo identificar los efectos de las actividades académicas en la salud mental, sino también comprender como los estudiantes interpretan y dan sentido a sus propias experiencias. De este modo, se espera contribuir al desarrollo de estrategias más efectivas para apoyar el bienestar emocional y psicológico en el entorno educativo.

Resultados y Discusión

En este análisis emergen categorías clave, observadas en la Tabla Nº 1, y que revelan el profundo impacto del bienestar estudiantil en el rendimiento académico. La interconexión entre el estado emocional, la satisfacción académica y la motivación hacia la investigación es crítica; cada uno de estos factores no solo influye en el rendimiento, sino que también define la

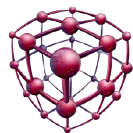


experiencia educativa en su totalidad. La salud emocional se erige como un pilar fundamental, ya que factores como la carga académica excesiva y la presión por sobresalir alimentan el estrés y la depresión, creando un ciclo vicioso que deteriora la concentración y las calificaciones.

Asimismo, la satisfacción académica es esencial; una percepción negativa del currículo y las metodologías puede disminuir la motivación y aumentar la deserción. Por último, el acceso a recursos psicológicos y la percepción del apoyo son determinantes en la salud mental; la falta de conocimiento sobre estos recursos puede agravar problemas emocionales y generar un ambiente académico divisivo. Es imperativo que las instituciones educativas reconozcan estos desafíos y adopten estrategias proactivas para fomentar un entorno emocionalmente saludable y centrado en el estudiante. Se observa el desglose en la tabla 1:

Tabla 1:
Analítico de la triangulación de categorías:

Categorías	Estado	Orientaciones	Claves	Aporte del Investigador
Aspecto Emocional	Estado emocional:	Las preguntas relacionadas con el bienestar emocional y el manejo del estrés fueron clave.	Estresado Estresado y frustrado Deprimido Deprimido y frustrado	Sugiere, la necesidad de profundizar en las causas del estrés y la depresión, preguntando sobre factores académicos y personales que contribuyan a estas emociones.
Satisfacción Académica	Estado de conformidad:	Incluye preguntas sobre la satisfacción con el currículo y la metodología de enseñanza.	Conforme Inconforme	Fueron importantes, los aspectos específicos que generan inconformidad, como la carga de trabajo o la falta de apoyo.
Motivación hacia la Investigación	Estado de motivación:	Incluye preguntas sobre la motivación y la vinculación con la investigación.	Desmotivado y desvinculado a investigar. Vinculado y motivado a investigar.	La percepción que tienen los estudiantes sobre la investigación fue crucial, así como la disposición a cambiar el enfoque de investigación para sentirse más motivados y conectados.
Apoyo Psicológico	Estado de terapia:	Incluye preguntas sobre el acceso y la percepción del apoyo psicológico en el campus.	Estudiantes que no o si reciben terapias psicológicas o psiquiátricas.	Esto conduce a abrir un diálogo sobre la importancia de estos servicios y cómo podrían mejorarse.
Comportamiento Estudiantil	Estado de violencia:	Preguntas se enfocaron sobre las dinámicas sociales y comportamientos observados, y proporcionaron información valiosa.	Estudiantes con o sin acciones violentas.	Es fundamental determinar si hay conflictos entre estudiantes o si se sienten aislados.
Esperanza y futuro	Estado de esperanza:	Preguntas sobre sus aspiraciones y metas futuras fueron importantes.	Estudiantes esperanzados o desesperanzados.	Indagar qué les genera esperanzas, permite ayudar a identificar factores positivos que se pueden potenciar.



Interacciones:

El análisis de la discusión pone de manifiesto una compleja red de interacciones entre el estado emocional y el rendimiento académico de los estudiantes, resaltando la urgencia de implementar intervenciones integrales. Parafraseando a Moreano et al (2023) plantean que nuestras emociones influyen en cómo pensamos, aprendemos y recordamos información.

Cuando un estudiante experimenta emociones intensas, ya sean positivas o negativas, estas pueden afectar su capacidad para concentrarse y procesar la información de manera efectiva. En el contexto educativo, es fundamental reconocer esta relación para implementar estrategias que ayuden a los estudiantes a manejar sus emociones. Proponer alternativas y técnicas para regular sus estados emocionales puede ser clave para crear un ambiente de aprendizaje más efectivo.

Enseñar a los estudiantes a modular sus emociones les brinda herramientas que mejoran su bienestar y potencian su aprendizaje, promoviendo un enfoque integral en la educación que abarca tanto lo académico como lo emocional. La alta prevalencia de síntomas como depresión y estrés revela la vulnerabilidad de esta población y representa un desafío para las instituciones educativas. Es crucial que estas reconozcan que el bienestar emocional es un componente esencial de la experiencia académica, no un lujo opcional.

La necesidad de un enfoque proactivo: No basta con reaccionar ante crisis inmediatas; es fundamental desarrollar programas sostenibles que proporcionen apoyo psicológico y promuevan el crecimiento personal. Según Macías & Rodríguez (2021) refieren a Álvarez, (2018) quien sustenta que:

La investigación enmarca a la formación permanente proactiva como una línea de gestión de las propias organizaciones de educación superior que invitan a replantear los procesos epistemológicos, ontológicos, praxiológicos y metodológicos, a manera de reinventar la universidad para la transformación social de los pueblos, comunidades, sociedades y sus contextos; en sí la transformación debiendo ser entendida en relación al diálogo intercultural que cohesiona las ciencias, los saberes, las formas de vida, las sensibilidades, las subjetividades y las artes, que cambian y se armonizan constantemente en el tiempo (p.344).

Esto implica dotar a los estudiantes con herramientas efectivas para gestionar sus emociones y enfrentar los desafíos académicos a largo plazo. La formación en competencias emocionales, como la regulación del estrés, la gestión emocional y la resolución de conflictos, resulta crucial para empoderar a los estudiantes y facilitar su navegación en un entorno académico cada vez más exigente.

Interconexión de factores sociales y emocionales: Es esencial abordar la interrelación entre los factores sociales y emocionales que afectan el bienestar estudiantil. La presión académica, combinada con expectativas sociales desmedidas y escasez de recursos adecuados, puede generar un ciclo tóxico que perpetúa el malestar emocional. Según Chávez, y Salazar (2024) refieren a Sánchez (2021) al exponer que:

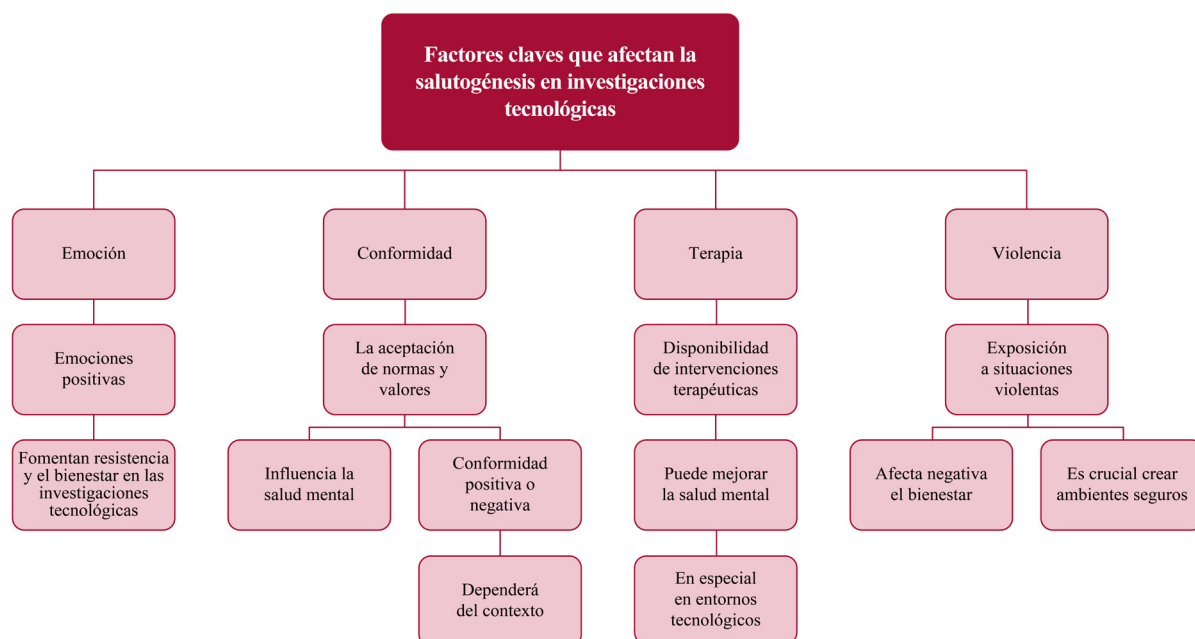
En la cotidianidad de los contextos escolares se observan situaciones preocupantes asociadas a las problemáticas que afectan a los adolescentes, como el estrés, la ansiedad y la depresión, factores determinantes del rendimiento académico y que condicionan el comportamiento (Echeburúa, 2012). En este sentido, Moscoso y otros (2021) se refieren a otras problemáticas identificadas en el entorno estudiantil que se relacionan con inestabilidades emocionales, baja autoestima y falta de interés por el desarrollo de las tareas escolares, entre otras que se convierten en un reto para los educadores. Por otra parte, dentro de los aspectos que tienen que ver con la inteligencia emocional en el campo educativo también se encuentra la empatía, por medio de la cual los estudiantes pueden percibir y comprender las vivencias ajenas, lo cual es clave para prevenir la exclusión y la violencia (p.147).

En este contexto, las instituciones educativas deben asumir la responsabilidad de crear un ambiente que no solo reconozca estos desafíos, sino que también promueva la resiliencia. Fomentar relaciones positivas entre estudiantes y educadores puede ser un pilar fundamental en la construcción de una comunidad solidaria.

Talleres de habilidades emocionales: La implementación de talleres enfocados en habilidades emocionales y la creación de espacios seguros para el diálogo son pasos concretos que pueden transformar significativamente la salud mental estudiantil. Estos entornos permiten a los estudiantes compartir sus experiencias sin temor al juicio, contribuyendo así a reducir el estigma asociado con las dificultades emocionales. Además, estos talleres pueden incluir actividades prácticas que faciliten la aplicación real de lo aprendido en su vida cotidiana. La figura N° 1 ilustra cómo las emociones, conformidad, terapia y violencia están interrelacionados en el contexto educativo, lo que ayuda a comprender su influencia en la salutogénesis. Es fundamental investigar las causas de las emociones negativas de los estudiantes, que a menudo están vinculadas a la presión académica y conflictos interpersonales. Esto sugiere que el modelo curricular actual podría ser inadecuado, lo que requiere una revisión hacia un enfoque más personalizado. Un currículo flexible y adaptado podría aliviar la carga emocional y fomentar un ambiente de aprendizaje inclusivo donde los estudiantes se sientan valorados.

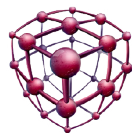
Figura N° 1:

Salutogénesis al Desarrollar Investigaciones Tecnológicas



La escasa motivación hacia la investigación es otro hallazgo preocupante. Muchos estudiantes parecen desconectados del proceso investigativo, lo que sugiere que las metodologías empleadas no logran captar su interés ni ofrecerles relevancia. Innovar en las prácticas pedagógicas es esencial para hacerlas más atractivas, integrando temas contemporáneos y experiencias prácticas que alineen los intereses estudiantiles con los objetivos académicos. Esto podría revitalizar su curiosidad y compromiso con el aprendizaje, transformando la experiencia educativa en algo más significativo.

El acceso limitado al apoyo psicológico constituye un punto crítico en esta problemática. La necesidad de asistencia profesional es evidente, pero muchos estudiantes no buscan ayuda activa, lo que refleja un estigma persistente en torno a la salud mental y una falta de información sobre los recursos disponibles. Promover una cultura institucional que valore el bienestar mental y normalice la búsqueda de apoyo es fundamental para cambiar la percepción sobre la salud



psicológica en el entorno educativo. Esto puede contribuir a crear un espacio seguro donde los estudiantes se sientan cómodos al expresar sus inquietudes.

Finalmente, el comportamiento estudiantil, incluyendo acciones violentas o apáticas, exige atención inmediata. Es esencial analizar las dinámicas sociales dentro del campus universitario para comprender si estos comportamientos son resultado de conflictos interpersonales o del aislamiento social experimentado por muchos estudiantes. Implementar programas que fomenten la cohesión social y el diálogo abierto puede ser clave para mitigar estos problemas. Además, abordar la alarmante falta de esperanza hacia el futuro entre los estudiantes es vital para fomentar un sentido renovado de propósito y optimismo, creando así un entorno educativo más positivo y estimulante para todos.

Conclusión

La elección de un tema en investigaciones tecnológicas tiene un efecto profundo en la conexión emocional de los estudiantes universitarios, al seleccionar áreas que realmente les apasionan, como la inteligencia artificial, la mecánica, arte, diseño, la informática o la biotecnología, no solo se involucran en un proceso de aprendizaje, sino que también experimentan satisfacción y emociones que alimenta su motivación hacia la investigación. Esta motivación intrínseca es crucial, ya que permite que los estudiantes entren de lleno en sus proyectos, convirtiendo la investigación en una experiencia enriquecedora y significativa.

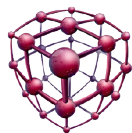
Cuando los estudiantes eligen temas que resuenan con sus intereses personales y académicos, se genera un sentido de propósito claro, el cual actúa como un motor que impulsa su dedicación y esfuerzo hacia el logro de sus objetivos académicos. En este contexto, la presión académica, que a menudo puede ser abrumadora, se transforma en energía creativa en algunos casos, cuando el efecto es positivo; en lugar de sentirse estresados o desmotivados por las exigencias del programa educativo, los estudiantes encuentran inspiración en las posibilidades que ofrecen sus áreas de investigación elegidas.

Además, esta conexión emocional con el tema elegido promueve la resiliencia emocional. Los estudiantes que están genuinamente interesados en su campo de estudio tienden a desarrollar una actitud más positiva frente a los desafíos y obstáculos que puedan encontrar durante su proceso investigativo. En lugar de ver las dificultades como barreras insuperables, las perciben como oportunidades para aprender y crecer. Esta mentalidad no solo les ayuda a superar momentos difíciles, sino que también fomenta una cultura de innovación y creatividad.

Otro aspecto importante es cómo esta conexión emocional puede influir en la calidad del trabajo realizado. Cuando los estudiantes están apasionados por lo que hacen, son más propensos a dedicarse a la investigación con un enfoque crítico y analítico. Se involucran más profundamente en sus proyectos, buscando soluciones creativas y originales a los problemas que enfrentan. Esto no solo mejora su rendimiento académico, sino que también contribuye al avance del conocimiento en sus respectivos campos.

Asimismo, el impacto positivo de elegir un tema apasionante se extiende más allá del ámbito académico. Los estudiantes tienden a compartir su entusiasmo con sus compañeros, creando un ambiente colaborativo donde las ideas fluyen y las discusiones se vuelven más dinámicas e inspiradoras. Esta interacción social no solo fortalece el aprendizaje colectivo, sino que también construye redes profesionales valiosas para el futuro.

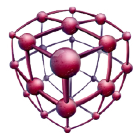
Finalmente, al fomentar una conexión emocional con su área de investigación elegida, se cultiva una nueva generación de profesionales comprometidos e innovadores. Estos individuos no solo buscan soluciones tecnológicas efectivas, sino que también están motivados por un deseo genuino de hacer del mundo un lugar mejor a través de sus contribuciones científicas y tecnológicas. Además, la creatividad emerge como un motor esencial en estos proyectos, estrechamente ligada al apoyo psicológico que reciben. Fomentar un ambiente donde se valoren las ideas innovadoras permite a los estudiantes abordar desafíos complejos con confianza.



Este enfoque no solo les ayuda a superar obstáculos técnicos, sino que también promueve un comportamiento estudiantil proactivo. Con el respaldo de sus compañeros y mentores, desarrollan una resiliencia emocional robusta, convirtiendo cada contratiempo en una oportunidad para aprender y fortalecerse.

Las dinámicas colaborativas juegan un papel crucial en el éxito de las investigaciones tecnológicas. Al trabajar juntos en proyectos que abordan problemas contemporáneos, como la sostenibilidad ambiental o la ciberseguridad, los estudiantes construyen redes sólidas de apoyo emocional. Este capital social no solo mejora su satisfacción académica y fomenta un sentido de comunidad, sino que también refuerza su motivación hacia la investigación. Las interacciones positivas dentro del grupo potencian su bienestar psicológico y les inspiran a mirar hacia el futuro con esperanza, conscientes de que juntos pueden lograr cambios significativos. En conjunto, estos elementos crean un ambiente propicio para el desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito tecnológico, donde la pasión por aprender se traduce en innovación y bienestar emocional.

No se puede omitir los casos donde el efecto fue negativo, con presencia de estudiantes estresados, ansiosos inseguros y frustrados que arrojan una visión negativa hacia la investigación tecnológica. Además de afectar su círculo social y personal por sentir que no posee capacidades, herramientas, entre otros elementos, que muchas veces no sabe cómo utilizarlos. Esto es reversible si aplicamos la didáctica de investigación tecnológica basada en salutogénesis.



Referencias Bibliográficas

- Catalá, A.; Condori, N.; Taboada, J.; Cotos, J. & Flores, J. (2020) Aprendizaje experiencial e introducción de estresores en el diseño de una práctica centrada en procesos de gestión En: Badía Contelles, José Manuel; Grimaldo Moreno, Francisco (eds.). Actas de las XXVI Jornadas sobre la Enseñanza Universitaria de la Informática, València, 8-9 de julio de 2020. València: Asociación de Enseñantes Universitarios de la Informática, 2020, pp. 325-328. Consultada noviembre 2024. <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/37697>
- Chávez, A. & Salazar, J. (2024). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes: aportes para la práctica educativa. RECIE. Revista Caribeña De Investigación Educativa, 8(1), 145–165. <https://doi.org/10.32541/recie.2024.v8i1.pp145-165>
- Cossetin, M.; Mantovani, M.; Moura, F.; Paes, R.; Piccinin, V.; Nunes, T. (2021) Sentido de coherencia en las enfermedades crónicas: una revisión integradora. Revista Enfermería Universitaria Vol. 18 Núm. 4 (2021): Octubre-Diciembre. 525-543. UNAM. FENO. DOI: <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2021.4>
- Cuadra, H. y Florenzano R. (2003) El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. Revista de Psicología de la Universidad de Chile, Vol. XII, N° 1: Pág. 83-96. DOI: file:///C:/Users/Windows%2010/Downloads/_mariolaborda,+Journal+manager,+17380-51077-1-CE-1.pdf
- Ledezma, L. (2018) La teoría del capital social y la teoría social cognitiva en la cantidad y calidad de conocimiento compartido. Caso de una gerencia del ININ RECAI Revista de Estudios en Contaduría, Administración e Infomática, vol. 7, núm. 19, 2018 Instituto Nacional de Investigaciones Nucleares, México. Universidad Autónoma del Estado de México. DOI: <https://www.redalyc.org/journal/6379/637968307001/html/>
- Macías, S. & Rodríguez, M. (2021). Implications of proactive lifelong learning for university teachers. Transformación, 17(2), 341-355. Epub 01 de mayo de 2021. Recuperado en 10 de mayo de 2024, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S207729552021000200341&lng=es&tlng=en.
- Moreano, E., Saltos, L., Gavilanes, W., & Andrade, J. (2023). El estado emocional y el rendimiento académico una aproximación a la realidad actual. Conciencia Digital, 6(1.4), 524-550. <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i1.4.2012>
- Ortiz, D., Jayo, L., & Ramos, C. (2020). Estructura factorial del sentido de coherencia y su relación de apego. Avaliação Psicológica, 19(3), 298-309. <https://doi.org/10.15689/ap.2020.1903.17132.08>
- Paris, L. y Omar, A. (2009) Estrategias de afrontamiento del estrés como potenciadoras de bienestar Revista Psicología y Salud, Vol. 19, Núm. 2: 167-175, julio-diciembre de 2009. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/626/1090>