Debates Críticos
Revista Interdisciplinaria de Ciencias Sociales y de la Salud

NARRATIVAS UNIVERSITARIAS SOBRE SALUD MENTAL: EXPLORANDO EL AUTOCONTROL, ACTITUD PROSOCIAL Y AUTONOMÍA EN LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA DE RÍO GALLEGOS 2023

NARRATIVES ON MENTAL HEALTH: EXPLORING SELF-CONTROL, PROSOCIAL ATTITUDES AND AUTONOMY IN THE UNIVERTSITY COMMUNITY OF RIO GALLEGOS 2023

Dra. Edecia Muriel Ojeda
Universidad Nacional de la Patagonia Austral Unidad Académica de Río Gallegos. (UNPA-UARG)
mojeda@uarg.unpa.edu.ar
https://orcid.org/0000-0002-8232-9998

Fecha de presentación: 25/03/2025
Fecha de aceptación: 10/05/2025

Resumen

La presente producción se desprende de la investigación titulada "Salud mental: voces de la comunidad universitaria, desde el cuidado de sí en relación con el género en tiempos de postpandemia-sindemia en la Universidad Nacional de la Patagonia Austral". Tuvo como objetivo conocer las voces de la comunidad universitaria de Río Gallegos desde las perspectivas de la salud mental, en relación con el género en el proceso de la postpandemia-sindemia en la búsqueda de nuevas alternativas del cuidado de sí y de los otros. La metodología utilizada un enfoque cualitativo, descriptivo y transversal. La población y muestra, constituida por los tres claustros que componen la comunidad universitaria. El instrumento la entrevista a profundidad. Este abordaje se consideró necesario e imprescindible para obtener las voces y vivencias de los participantes en torno al cuidado de sí, el modo en que enfrentaron las consecuencias emocionales de la pandemia y cómo reconstruyen vínculos en la actualidad. Los resultados más relevantes vinculan la salud mental, desde una perspectiva positiva, con el autocontrol emocional, expresados en la capacidad de autorregulación y manejo del estrés. Una marcada actitud prosocial, visible en comportamientos solidarios, empáticos y de apoyo mutuo. Por último, aunque vivieron momentos de insatisfacción sobresalió el manejo de la autonomía, vinculada al logro de metas, el reconocimiento de fortalezas y la valoración del entorno. Estos hallazgos permiten visibilizar recursos individuales y colectivos que contribuyen al fortalecimiento de la salud mental desde una perspectiva integral en esta comunidad.

Palabras clave: Salud mental, Autocontrol, Actitud prosocial, Autonomía.

Abstract

This research titled "Mental Health: Voices from the University Community, on Self-Care in Relation to Gender in Times of Post-Pandemic Syndemic at the National University of Southern Patagonia". The objective was to understand the perspectives of the university community in Río Gallegos regarding mental health and regarding gender in the context of the post-pandemic/syndemic, aimed at identifying new approaches to self-care and caring for others. The study employed a qualitative, descriptive, and cross-sectional approach. The study population and sample were composed of members from the three constituent groups of the university community. Qualitative interviews served as the core methodological instrument. This strategy was considered indispensable for eliciting participants' reflections and lived experiences concerning self-care, the way they faced the emotional consequences of the Pandemic, and how they are currently rebuilding social bonds. Key findings connect positive mental health with emotional self-control, as closely related to emotional self-regulation and the capacity to manage stress. A strong prosocial attitude was evident through solidarity, empathy, and mutual support. Finally, despite experiencing moments of dissatisfaction, participants demonstrated strong autonomy, linked to goal attainment, acknowledgment of personal strengths, and valuing their environment. These results make visible the personal and collective strengths that support the promotion of mental health through a comprehensive lens in this community.

Keywords: Mental health, Self-control, Prosocial attitude, Autonomy.

1- Introducción

> "*La salud mental no es simplemente la ausencia de trastornos mentales. Es la capacidad de amar, trabajar, crear vínculos y mantener una relación pacífica con uno mismo*". (André, 2011, p. 42)

Antes del surgimiento de la pandemia por COVID-19, la salud mental ya se reconocía como una problemática prioritaria en el ámbito de la salud pública. La declaración de emergencia sanitaria a nivel mundial en 2020 sacudió profundamente a la humanidad, generando un clima de incertidumbre, temor y desorganización social. La vida cotidiana, tal como se conocía, se transformó bruscamente. Este contexto produjo un fuerte impacto en la salud mental individual y colectiva, provocando experiencias de sufrimiento, ansiedad, pérdida, también desafíos en la vida familiar y académica.

En medio de ese escenario crítico, emergieron múltiples respuestas emocionales. Algunas personas transitaron un proceso marcado por el miedo o la evasión, mientras que otras desarrollaron estrategias de autocontrol emocional, entendidas como la capacidad de manejar el estrés, los pensamientos negativos y las conductas impulsivas. Asimismo, muchas personas expresaron una actitud prosocial, demostrando empatía, solidaridad y apoyo mutuo dentro de sus entornos inmediatos, lo cual fortaleció los vínculos comunitarios. En paralelo, el hecho de sostener el estudio, el trabajo, los vínculos y el cuidado de sí y de otros, promovió en muchos casos una sensación de satisfacción personal, incluso frente a la adversidad.

Desde esta perspectiva, la investigación "Salud mental: voces de la comunidad universitaria, desde el cuidado de sí en relación con el género en tiempos de postpandemia-sindemia en Río Gallegos", se propuso describir, desde las experiencias subjetivas de estudiantes, docentes y personal universitario de la Universidad Nacional de la Patagonia Austral - Unidad Académica Río Gallegos (UNPA-UARG), cómo vivieron la salud mental en relación con el cuidado de sí, el género, la experiencia sindémica y las dimensiones de autocontrol, actitud prosocial y autonomía. Con un enfoque cualitativo, descriptivo y transversal. Se implementó la entrevista en profundidad como técnica principal de recolección de datos.

El análisis se realizó con un software cualitativo. Los resultados evidencian relaciones que combinan sufrimiento emocional, desequilibrio familiar y estrategias de afrontamiento, junto con prácticas de autocuidado, solidaridad y recuperación del bienestar subjetivo. Así, se visibilizan recursos personales y colectivos que permiten comprender la salud mental como un proceso dinámico, situado y atravesado por el género y la experiencia comunitaria.

2- Marco Teórico

2-1 Salud mental y equilibrio en tiempos de postpandemia

La salud mental de la humanidad atravesó momentos de profundo desequilibrio durante la pandemia y en su tránsito hacia la postpandemia. Diversos factores actuaron como determinantes que alteraron la homeostasis física, emocional y social. Sin embargo, frente a estas adversidades, los individuos también desplegaron estrategias para recuperar el equilibrio mental y emocional, es decir, para cultivar la capacidad de autorregularse, adaptarse y reencontrar bienestar en medio de la crisis.

Autores como Daniel Siegel (2017), Mariano Sigman (2024) y Christophe André (2011) abordan la salud mental desde perspectivas neurocientíficas, psicológicas y filosóficas. Coinciden en que la toma de decisiones, la conciencia de uno mismo y el comportamiento humano están profundamente ligados al funcionamiento del cerebro, el cual posee una notable plasticidad y capacidad de transformación a partir de la experiencia, la atención plena, el afecto y la reflexión.

En períodos críticos, como la pandemia y su prolongación en el tiempo, la salud mental fue puesta a prueba. Según Siegel (2017), el equilibrio mental opera como una base interna que permite:

- No ser arrastrados por el miedo, la tristeza o la ira.
- Conservar la capacidad de tomar decisiones conscientes.
- Conectar con recursos de apoyo internos y externos.
- Construir y sostener vínculos saludables.

Siegel introduce el concepto de mindsight o "visión mental", que implica la integración de diferentes funciones del cerebro (razón, emoción, memoria, cuerpo) como condición para una salud mental armónica. Desde esta mirada, el cerebro humano es comprendido como el órgano más complejo, centro del pensamiento, los sentidos, la memoria y el aprendizaje (KidsHealth Medical Experts, 2023).

Durante el aislamiento y la cuarentena, surgieron múltiples expresiones del sufrimiento psíquico como ansiedad, enojo, tristeza, miedo e incertidumbre. No obstante, también surgieron respuestas resilientes: muchas personas cultivaron el optimismo, la esperanza y la transformación personal y colectiva. Como señala Leonardo Frías (2021), cuando el ser humano logra salir de su "caparazón" desarrolla con más fuerza habilidades como la compasión y la empatía. Esta realidad se manifestó tanto durante como después de la pandemia, en acciones solidarias y vínculos más afectivos con uno mismo, con la familia y con los demás.

En definitiva, la salud mental es inherente al ser humano, vital como el torrente sanguíneo que irriga nuestros órganos. Desde una perspectiva compleja, la pandemia y la postpandemia dieron lugar a múltiples narrativas, vivencias y significados sobre la salud mental, que hoy resultan clave para comprender los desafíos, aprendizajes y reconstrucciones emocionales que dejaron esta experiencia global.

3- Metodología

Con el propósito de explorar las experiencias vividas y sentidas durante el tránsito hacia la postpandemia, esta investigación adoptó un enfoque cualitativo, de tipo descriptivo y de corte transversal. Esta perspectiva metodológica permitió captar con mayor profundidad las vivencias subjetivas de los participantes, favoreciendo una comprensión situada de los fenómenos relacionados con la salud mental en contexto.

La población de estudio estuvo conformada por miembros de la comunidad universitaria de la UNPA-UARG, pertenecientes a los tres claustros: estudiantes, docentes y personal no docente. La muestra fue seleccionada mediante un muestreo propositivo y por conveniencia, considerando criterios de diversidad y disponibilidad.

Como técnica de recolección de datos

se empleó la entrevista en profundidad, guiada por un cuestionario semiestructurado con preguntas abiertas, organizado en torno a cuatro dimensiones temáticas: Salud mental desde una perspectiva positiva; Cuidado y cuidado de sí; Género; Sindemia.

Cabe señalar que, previamente a su aplicación general, se realizó una prueba piloto que permitió ajustar aspectos relacionados con la comprensión, claridad y duración de las preguntas. La muestra final se conformó por 35 participantes. Cada entrevista fue codificada de la siguiente manera: Número de entrevista (Ej. 01); Claustro al que pertenece: Docente (D), Estudiante (E), No docente (ND); Género: Femenino (F) o Masculino (M). Un ejemplo: (01CE-GF) corresponde a la entrevista número 1, a una estudiante mujer del claustro estudiantil. Una vez realizadas las entrevistas, se procedió a la desgrabación textual completa de cada una. Posteriormente, se realizó la categorización inicial de los datos de acuerdo con las dimensiones del guión, para luego ser ingresadas en el software de análisis cualitativo ATLAS.ti. Los resultados se presentan en forma de tramos narrativos, seleccionados por su valor expresivo y por representar categorías emergentes relevantes para los objetivos del estudio.

4- Resultados

La investigación se centra en los relatos de los y las participantes acerca de sus vivencias durante la pandemia y su tránsito hacia la postpandemia, con especial énfasis en tres dimensiones: autocontrol, actitud prosocial y la autonomía.

Uno de los primeros interrogantes planteados en las entrevistas fue invitarles a expresar cómo conceptualizan la salud mental. A partir de sus respuestas, se observa una notable homogeneidad en las representaciones compartidas, que permite identificar una visión integrada del concepto. Las narrativas recabadas evidencian que los participantes conciben la salud mental como un estado de equilibrio e interconexión entre lo físico, lo mental, lo social y lo espiritual. Esta definición, expresada de manera clara y coherente, refleja una comprensión amplia y holística, alejada de los procesos patológicos.

4-1 Concepto de Salud Mental: voces de los participantes

- "*Un equilibrio entre los sentimientos, los pensamientos y las reacciones, que uno puede tener ante las situaciones que la vida le representa*".(27-CD-GF,2023)
- "*Tiene que ver con una cierta situación de equilibrio donde no hay algo que te impide interactuar en la vida cotidiana", sin caer en extremos de "angustia" u "obsesión*".(31CD-GM, 2023)
- *"Define la salud mental como "el cuidado de la mente", conectando su estado mental con la salud física".* (14CE.GF, 2023).

Se interpreta que estas narrativas representan más que una simple conceptualización: constituyen representaciones subjetivas profundas sobre el valor de la salud mental, especialmente en momentos de crisis. A través de sus relaciones, los y las participantes expresan una conexión afectiva significativa con el acto de resguardarse emocionalmente lo que permite identificar categorías emergentes vinculadas al cuidado de sí, la regulación emocional y el sostenimiento mutuo.

Desde este enfoque, resulta pertinente recuperar el pensamiento de Brené Brown (2021) quien plantea que el equilibrio emocional y la conexión humana no son un lujo, sino una necesidad esencial para la supervivencia emocional. En sus palabras: *"La verdadera pertenencia no exige que cambiemos quiénes somos; exige que seamos quiénes somos"* (Brown, 2021, p.43). Se pone en valor la autenticidad emocional y la contención como pilares fundamentales para la salud mental colectiva.

Asimismo, desde la mirada de Michel Foucault (1984), el *cuidado de sí* no es un acto individualista, sino una práctica ética que implica atención, autorreflexión y transformación. En tiempos de pandemia y postpandemia, este cuidado adquiere una dimensión relacional: cuidarse para cuidar, sostenerse para sostener.

4-2 Salud Mental desde un enfoque positivo

En coherencia con este enfoque, se profundizó en categorías vinculadas a una comprensión positiva de la salud mental, centrada en tres dimensiones fundamentales: autocontrol emocional, actitud prosocial y

autonomía. Estos elementos constituyen pilares esenciales de la salud mental positiva, ya que permiten comprender cómo las personas no solo enfrentan la adversidad, sino cómo desarrollan recursos internos y relacionales para sostener el bienestar.

Las contribuciones de los y las participantes, expresadas a través de sus relatos, permitieron identificar momentos clave en los que estas dimensiones se hicieron presentes. Sus relaciones dan cuenta de estrategias de regulación emocional ante situaciones de estrés, conductas solidarias y de ayuda mutua, así como de acciones orientadas a la búsqueda de sentido, logro personal y valoración del entorno .

Actitud Prosocial

- "*Cuando yo no tenía que trabajar, mi vecina de enfrente tenía que ir a trabajar sí o sí, entonces su nena, que tenía nueve años... Sí, tenía nueve añitos, me la dejó durante todo el año ese de la pandemia, cuando ella ya pudo, necesariamente tuvo que salir porque no tenía ingresos, yo le cuidaba a su hija y se la cuidaron durante toda la pandemia*". *Además, menciona haber confeccionado y repartido tapabocas entre sus vecinos, lo cual refleja una preocupación por el bienestar de la comunidad.* (15CND, 2023)
- "*Y comprábamos cosas en el supermercado. Y un vecino del barrio pasaba a comprar y las llevaba*" (35CD-GF, 2023)

Las narrativas evidencian el compromiso de los participantes con su entorno, actuando como sujetos que no solo se sostienen a sí mismos, sino que también contribuyen al bienestar colectivo. En relación con este concepto, Walter A. Gallegos (2015), citando a Epps, Park, Huston y Ripke (2003) y Beck, Hasting, Daley y Stevenson (2004), definen la conducta prosocial como aquella acción voluntaria de ayuda dirigida hacia otros, sin esperar una recompensa inmediata. A su vez, Martorell et al. (2011) amplían esta definición señalando al desarrollo emocional, la madurez y la configuración de la personalidad, elementos clave para comprender la salud mental desde una perspectiva positiva.

Autocontrol

Otra dimensión explorada en la investigación fue el autocontrol, entendido como la capacidad de autorregulación emocional y conductual que permite sostener el equilibrio interno y preservar la homeostasis frente a situaciones desafiantes. Esta categoría emergió con fuerza en los relatos, evidenciando cómo los participantes buscaron mantener la calma, la reflexión y la contención personal en momentos de tensión. Una de las narrativas lo expresa de la siguiente manera:

> *"Yo ante la desesperación… digamos, tener que estar encerrado, no poder salir... Sí, genero un poco de ansiedad, ¿no? Y vamos a decir esa desesperación de cuándo va a terminar esto y todo eso…"* . (13CE-GM, 2023)

Es importante destacar que surgieron expresiones atravesado de momentos de crisis, dolor, sufrimiento e incertidumbre. Sin embargo, como señalan diversos autores de la psicología positiva, "*no está mal sentirse mal*". El desafío es poder reconocer esas emociones y saber hasta dónde afecta y por cuánto tiempo se sostienen. En este marco, el autocontrol aparece como un mecanismo regulador interno, una especie de balanza intrínseca. Tal como lo evidencia la siguiente narrativa:

> *"…yo trabajaba desde las 9 de la mañana. Pues más o menos hasta las 3 de la tarde y después de las 3 de la tarde cerraba la compu…, y seguía con otras cosas…"* (15CND,2023).

Este testimonio evidencia cómo, en situaciones límite, el ser humano despliega habilidades de autorregulación, organización y reflexión. Que permiten mantener cierto orden y preservar su bienestar. A través de la introspección y el manejo del tiempo, muchas personas lograron generar rutinas que no solo los sostuvieron a ellos mismos, sino que también funcionaron como modelos para quienes los rodeaban.

Autonomía

La autonomía como una de las experiencias más significativas durante el confinamiento, evidenciando la capacidad de los y las participantes para tomar decisiones conscientes, reorganizar sus espacios

personales, establecer límites saludables y asumir el control sobre sus propios procesos de adaptación.

Este eje se hizo especialmente visible en las relaciones de estudiantes universitarios, quienes debieron adaptarse a una modalidad de cursado virtual, gestionar el tiempo sin la estructura tradicional y mantener el compromiso académico en condiciones adversas. Así lo expresa una de las participantes:

> *"…Pude organizarme y priorizar mis estudios durante el período virtual…". Comenta que logró adaptar sus hábitos y rutinas de manera autónoma para enfocarse en su formación académica.* (14CE-GF, 2023)

Esta voz da cuenta de una reorganización interna y externa, que implicó no solo modificar horarios o ambientes físicos, sino también construir una actitud reflexiva y activa frente a la situación. La autonomía, en este sentido, se convirtió en una herramienta clave para sostener el equilibrio y proyectar continuidad, incluso en un contexto de encierro. Desde la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (2000), la autonomía es una de las necesidades psicológicas básicas que favorecen la motivación intrínseca, el bienestar y la autorrealización. En situaciones de crisis, como la pandemia, esta necesidad cobra aún más relevancia, ya que permite afianzar el sentido de agencia personal y construir resiliencia. Además, algunos participantes señalaron que el ejercicio de la autonomía no se limitó al ámbito académico, sino que también se expandió a la organización del hogar, el autocuidado emocional, la búsqueda de espacios personales y la capacidad de poner límites saludables a la sobrecarga digital. Estas prácticas, en muchos casos, funcionaron como estrategias de preservación del bienestar subjetivo, favoreciendo un equilibrio entre las exigencias externas y las necesidades internas.

5- Discusión

El abordaje de la salud mental implica una mirada compleja e interdisciplinaria, especialmente cuando se sitúa en tiempos de crisis como fue la pandemia de COVID-19 en 2020. A partir de este escenario disruptivo, comenzaron a surgir numerosos estudios que no solo se enfocaron en las consecuencias negativas sobre el bienestar psicológico, sino también en los factores protectores, de adaptación y de crecimiento postraumático.

En este sentido, una investigación desarrollada en Austria y Finlandia con una muestra de 6.071 estudiantes austriacos y 1.653 finlandeses, exploraron la relación entre la satisfacción de necesidades psicológicas básica, competencia, autonomía y relación, y el bienestar emocional (Holzer, Lüftenegger et al., 2020). Los resultados mostraron que la necesidad de competencia fue el predictor más fuerte de emociones positivas, mientras que la autonomía dejó un papel central en el sostenimiento de la motivación intrínseca para el aprendizaje, incluso en condiciones de adversidad como el confinamiento. De forma complementaria, otro estudio realizado por Torinomi, Lindenberg et al. (2022) con 1.938 estudiantes universitarios analizaron los factores de protección asociados a la salud mental durante la pandemia. Bajo el título el título *"Predictores de la salud mental de los estudiantes durante la pandemia de COVID-19: El impacto de las estrategias de afrontamiento, el sentido de coherencia y el apoyo social"*, la investigación concluyó que variables como el apoyo social percibido, el sentido de coherencia (SOC) y las estrategias de afrontamiento adaptativas que se asociaron significativamente a mejores niveles de salud mental y menor sintomatología emocional.

Estos hallazgos, junto con las narrativas recogidas en la presente investigación en la comunidad universitaria de la UNPA-UARG, permiten afirmar que el ser humano busca activamente formas de reconstruirse y hacer frente a las inclemencias de su entorno, incluso desde lo cotidiano. Conceptos como el autocontrol, la actitud prosocial y la autonomía no solo emergen como categorías narrativas en este estudio, sino que además se consolidan como predictores clave de salud mental positiva. Estas dimensiones, lejos de ser abstractas, se expresan en decisiones concretas, vínculos sostenidos, organización del tiempo y estrategias de cuidado, lo que demuestra una resiliencia activa y consciente en la comunidad académica frente a la adversidad.

6- Conclusión

En síntesis, puede afirmarse que el cultivo de la salud mental desde un enfoque

positivo constituye una construcción posible incluso en tiempos de adversidad. Los seres humanos, aún en situaciones límite, disponen de recursos, aunque sean mínimos que les permiten adaptarse. Está realidad les permiten florecer y transformarse, cultivar habilidades significativas para la vida: la proso-cialidad, el autocontrol y la autonomía son ejemplos de ello.

Desde esta visión, las experiencias narradas por las y los participantes de este estudio confirman que, aún en momentos de crisis, es posible activar procesos de adaptación saludable, fortalecer vínculos, sostenerse emocionalmente y ejercer prácticas conscientes de cuidado de sí y de los otros, elementos fundamentales para una vida mentalmente saludable.

7- Referencias bibliográficas

André, C. (2011). *Las almas heridas: Sabiduría y terapia para aprender a vivir con serenidad.* Barcelona: Editorial Kairós.

Beck, M., Hastings, PD, Daley, SE y Stevenson, MT (2004). *Comportamiento prosocial y aceptación entre iguales: El rol de la regulación emocional y la empatía* . Desarrollo I

Brown, B. (2021). *Atlas del corazón* . Bermellón. ogue.es/living/articulos/netflix-documental-brene-brown-the-call-to-courage-se-valiente-vulnerabilidad/40095

Deci, EL y Ryan, RM (2000). *El «qué» y el «por qué» de la búsqueda de objetivos: Necesidades humanas y la autodeterminación del comportamiento* . Psychological Inquiry, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Epps, SR, Park, Y., Huston, AC, y Ripke, MN (2003). *Predicción de las trayectorias académicas y sociales de niños de bajos recursos a partir de las experiencias de cuidado infantil temprano* . Early Childhood Research Quarterly, 18(1), 1–23.

Gallegos, WA (2015). *Conducta prosocial: aproximaciones conceptuales y aplicaciones educativas* . *Revista Iberoamericana de Educación,* 69(1), 51–72.

Foucault, M. (1984). *Historia de la sexualidad III: La inquietud de sí* . Siglo XXI Editores.

Frías L (2021) *Una mirada desde la psicología. La compasión, habilidad para ayudar a salir del desconsuelo.* aceta.unam.mx/la-compasion-habilidad-para-ayudar-a-salir-del-desconsuelo/

Holzer, J., Lüftenegger, M., Korlat, S., Pelikan, ER, Salmela-Aro, K. y Schober, B. (2021). *Educación superior en tiempos de COVID-19: Satisfacción de las necesidades básicas, aprendizaje autorregulado y bienestar de los estudiantes universitarios* . Revista de Psicología Educativa , 113(6), 1292–1308. https://doi.org/10.1037/edu0000602

Kids-Health Medical Experts (2023) *El cerebro y el sistema nervioso. Learn About Primary Care Pediatrics at Nemours Childre´s Health.* https://kidshealth.org/es/teens/brain-nervous-system.html

Martorell, C., González, R., Ordóñez, A., & Capote, M. (2011). *Competencia emocional y comportamiento prosocial en adolescentes* . Anales de Psicología, 27(1), 1–8.

Marrón, B. (2021). *Atlas del corazón: Mapeando el sentido de la conexión y el lenguaje del alma* . Ed. Urano.

Siegel j. D. (2017) MINDSIGHT: La nueva ciencia de la transformación personal. Ediciones Paidós. 9788449325212.

Sigman, M (2024) La vida secreta de la mente. Nuestro cerebro cuando decidimos, sentimos y pensamos. 14 ed.Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Debate,2024. ISBN 978-987-3752-31-5.

Torinomi, C., Lindenberg, K., Kellner, M. y Kroenke, C. (2022). *Predictores de la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19: El rol de las estrategias de afrontamiento, el sentido de coherencia y el apoyo social* . Frontiers in Psychology , 13, 841720. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.841720