

PROYECTO PARA FORTALECER HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE MEDICINA ANTE LA PANDEMIA DE COVID-19

*PROJECT TO STRENGTHEN SOCIO-EMOTIONAL SKILLS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING
IN MEDICINE STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC*

Lilia Denisse Peña Salazar⁷

Nadosly de la Caridad de la Yncera Hernández⁸

Universidad de Quintana Roo, México.

Recibido: 21 de mayo de 2021

Aceptado: 5 de julio de 2021

Publicado: 31 de enero de 2022

Cómo citar este artículo:

Peña Salazar, L.D; de la Yncera Hernández N.C. (2022). Proyecto para fortalecer habilidades socioemocionales y bienestar psicológico en estudiantes de medicina ante la pandemia de covid-19. Revista cubana de Psicología, 4 (5), 48-60. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

La pandemia de COVID-19 ha provocado una gran afectación en las universidades, no solo en el desarrollo del proceso docente-educativo, sino también en el bienestar de sus miembros. Específicamente, en este artículo se hará referencia a la propuesta de un proyecto de investigación en una comunidad educativa de la Universidad de Quintana Roo, que responderá a la siguiente problemática: ¿Qué intervenciones se deberán generar para fortalecer las habilidades socioemocionales y el bienestar psicológico en los estudiantes de medicina ante la pandemia de COVID-19? Se describirán los elementos que deberán tenerse en cuenta para ejecutar el proyecto propuesto: material y métodos, las técnicas que se utilizarán, los participantes,

⁷ PEÑA SALAZAR, LILIA DENISSE. Máster. Profesora de tiempo completo en la División de Ciencias de la Salud de la Universidad de Quintana Roo (Chetumal, Quintana Roo, México). psalazardenisse@uqroo.edu.mx

⁸ DE LA YNCERA HERNÁNDEZ, NADIOSLY DE LA CARIDAD. Profesora investigadora de tiempo completo en la División de Ciencias de la Salud de la Universidad de Quintana Roo. (Chetumal, Quintana Roo, México). nadoslyncera@uqroo.edu.mx

aspectos éticos, infraestructura disponible, financiamiento y productos esperados. Se enfatiza la valiosa oportunidad de relacionar este proyecto con el Programa Universitario de Atención Primaria de Salud que está vigente en el contexto donde se ejecutará.

Palabras clave: bienestar psicológico, COVID-19, habilidades socioemocionales, Programa de Atención Primaria de Salud.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has caused a great affectation in universities, not only in the development of the teaching-educational process, but also in the welfare of its members. Specifically, this article will refer to the proposal of a research project in an educational community of the University of Quintana Roo, which will respond to the following problem: What interventions should be generated to strengthen socioemotional skills and psychological well-being in medical students in the face of the pandemic of COVID-19? The elements to be taken into account to execute the proposed project will be described: material and methods, techniques to be used, participants, ethical aspects, available infrastructure, financing and expected products. Emphasis will be placed on the valuable opportunity to relate this project to the University Primary Health Care Program that is in force in the context where it will be executed.

Keywords: *psychological well-being, COVID-19, socio-emotional skills, Primary Health Care Program.*

INTRODUCCIÓN

Hace casi dos años que la pandemia de COVID-19 transformó, a pasos acelerados, la enseñanza a nivel mundial. Las instituciones de educación superior optaron por retirar a la comunidad educativa de los espacios universitarios como una medida sanitaria para prevenir y mitigar el contagio (Organización Mundial de la Salud, 2020). Como señalan Román *et al.* (2020): “La situación de pandemia trajo aparejados cambios en la mayoría de las actividades, tanto en escuelas como en universidades, pasaron de la modalidad presencial a la modalidad *online* en pocas semanas” (p. 85).

Estas acciones supusieron un cambio radical en las actividades laborales y académicas. Tal es el caso de la División de Ciencias de la Salud de la Universidad de Quintana Roo, donde, en cuestión de días, se sustituyeron las aulas y la modalidad presencial por comunidades virtuales de aprendizaje (Yncera

Hernández y Peña Salazar, 2020). Ante este evento atípico era inevitable la crisis e incertidumbre en el proceso docente-educativo.

Como profesoras investigadoras de esta institución mexicana, observamos, en un primer momento, la carencia de herramientas metodológicas para dar continuidad a las clases a través de plataformas digitales. También los estudiantes presentaron dificultades similares, así como problemas de conectividad, desajustes económicos familiares, estrés, entre otros. Ante estos retos, la Universidad de Quintana Roo (UQRoo) promovió una serie de capacitaciones para la implementación de las comunidades virtuales de aprendizaje con la finalidad de dar continuidad a las clases y al trabajo administrativo. Por otra parte, los estudiantes también recibieron apoyo para la familiarización con esta nueva modalidad de estudio (Universidad de Quintana Roo, 2020).

Asimismo, se puso en marcha el programa “Solidarios ante el COVID-19”, mediante el cual se le entregaron *chips* para teléfonos celulares a los estudiantes que no tenían acceso a Internet desde sus domicilios, para que se pudieran conectar a las clases sin ningún costo (Negrete, 2020). Otras de las acciones de este programa fue la aportación voluntaria de un porcentaje de los salarios del personal docente y administrativo para becar a estudiantes durante el año 2020 (Universidad de Quintana Roo, 2020).

También la pandemia ha tenido implicaciones psicosociales en la comunidad de estudiantes de la División de Ciencias de la Salud de la UQRoo, las cuales han sido identificadas mediante la labor de docencia, tutoría y de investigación de sus profesores. Entre las más representativas se pueden mencionar: dificultades para la concentración, atención y regulación emocional, problemas en el manejo del estrés, insomnio, ansiedad, depresión, trastornos de conducta alimentaria, sobrecarga de actividades, entre otras. Consecuentemente, ha habido algunos casos de solicitudes de bajas temporales y de deserción escolar.

En otros contextos, González *et al.* (2020) evaluaron el impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos e identificaron la presencia de estrés, síntomas psicosomáticos, problemas para dormir, disfunción social en la actividad diaria, depresión y ansiedad. Asimismo, Pachay-López y Rodríguez-Gómez (2021) identifican que la deserción escolar se ha acrecentado en tiempos de pandemia, principalmente a falta de recursos económicos ante el desempleo de los padres, lo que obliga a los estudiantes a optar por el trabajo, dejando a un lado sus estudios académicos.

Teniendo en consideración estos hallazgos, se realiza la propuesta de implementar un Proyecto de Investigación-Acción en la División de Ciencias de la Salud de la Universidad de Quintana Roo, coordinado por una de las autoras del artículo, la Mtra. Lilia Denisse Peña Salazar. A partir de este se comprenderá cómo se manifiestan las habilidades socioemocionales y el bienestar psicológico en

estudiantes de medicina ante la pandemia de COVID-19, para generar intervenciones encaminadas a su fortalecimiento a través de un Programa de Atención Primaria de Salud. En las páginas que se presentan a continuación se argumentarán los antecedentes y los fundamentos teórico-metodológicos de esta propuesta.

DESARROLLO

En la educación médica cada día cobra mayor interés estudiar los factores positivos involucrados en la salud y el bienestar, ya que se ha logrado constatar que una educación orientada hacia el bienestar mejora la motivación, el aprendizaje y el pensamiento creativo en los estudiantes (Delgado *et al.*, 2020). Asimismo, la empatía hacia los demás y la actitud hacia el autocuidado generan un impacto positivo en la atención de los pacientes; favoreciendo algunas condiciones de salud y también los procesos de recuperación (Campos Rivera, 2018).

El siglo XX representó una oleada de retos para las ciencias de la salud, en específico para la medicina, que buscaba una práctica más humanizada y centrada en el paciente, otorgándole a este un papel activo en su propio proceso de salud. Esto trajo consigo grandes desafíos, como la modificación de algunas prácticas que, hasta ese momento, no se consideraban como objeto de estudio en los avances de la medicina: la escucha empática, las relaciones horizontales, priorizar la prevención y la promoción antes que el diagnóstico de patologías, es decir, una medicina más focalizada en el proceso de salud que en el de la enfermedad.

Paralelamente, la educación abandonaba su enfoque tradicional, centrado en el profesor, para incorporar nuevas pedagogías que colocaran al estudiante como el principal actor clave en su proceso de aprendizaje. Es así que, hoy en día, muchas universidades adoptan un modelo por competencias que integra los pilares de la educación: saber saber, saber hacer, saber ser y saber convivir. Los dos primeros corresponden a la adquisición teórico-práctica de los saberes; saber convivir, al trabajo colaborativo y cooperativo que han de desarrollar los estudiantes, y, por último, saber ser, obrar con creciente capacidad de autonomía, juicio y responsabilidad personal (Delors, 1996).

Con la adopción de un modelo por competencias en la educación médica, fue necesario desglosar cuáles eran esas habilidades que estos habrían de poseer para el buen ejercicio de su profesión. La Asociación Mexicana de Facultades y Escuelas de Medicina (AMFEM) brinda una serie de competencias y dominios que han de estar presentes (Abreu Hernández *et al.*, 2008). Aunque en todas las descritas en el documento se transversaliza el “saber ser” y “saber convivir”, se profundiza más en la dimensión “compromiso con

los pacientes, sus familias, la comunidad y sociedad en general”. Esta describe varios aspectos esenciales que delimitan cómo se han de desarrollar estos dos saberes:

Demostrar altruismo, responsabilidad, empatía, honestidad, comprensión, calidez, sensibilidad y actitud de servicio; respetando la dignidad y autonomía de las personas, manteniendo relaciones sanas; conociéndose a sí mismo, cuidar de su propia salud, promoviendo su calidad de vida, demostrando resiliencia y capacidad de superar los problemas que se presenten en su práctica profesional. (p. 20)

Todos estos aspectos o condiciones corresponden al desarrollo de habilidades socioemocionales, las cuales pueden ser definidas en términos de un conjunto de herramientas que permite a las personas conocerse y comprenderse a sí mismas, entender y regular sus emociones, establecer y alcanzar metas positivas, sentir y mostrar empatía hacia los demás, establecer y mantener relaciones interpersonales positivas, tomar decisiones responsables y desarrollar el sentido de comunidad.

La formación de las habilidades socioemocionales es una innovación educativa que se justifica en las necesidades sociales. Estas se consideran como una competencia básica para la vida, y su finalidad es contribuir a un mejor bienestar personal y social (Bisquerra, 2003), más en tiempos de crisis, como la generada por la pandemia de COVID-19, donde se exacerbaban emociones como el miedo a enfermarse y a la muerte, la incertidumbre económica, las carencias afectivas y de contacto físico, entre otras.

También en la educación médica se ha priorizado el fortalecimiento de las competencias socioemocionales, debido al alto nivel de exigencia que la carrera demanda y el impacto que tiene en el comportamiento, rendimiento académico y bienestar de los estudiantes (Leo *et al.*, 2019). La necesidad de desarrollar estas habilidades se justifica por la relación estrecha que existe entre las emociones, el pensamiento, la autoestima, la toma de decisiones, el comportamiento humano y valores como el respeto, la tolerancia, la solidaridad, la honestidad y la responsabilidad (Fernández *et al.*, 2006).

Al fortalecer las competencias socioemocionales de los estudiantes, se estará potenciando su salud y bienestar. Cabe señalar, como apunta Tizón (2020), que “el concepto de salud socioemocional, o también conocido como salud emocional y social, no surge a raíz de la pandemia, sino que este se hace más visible ante el aumento de estresores psicosociales derivados de la adopción de las medidas sanitarias, la percepción de riesgo y los medios de comunicación” (p. 9).

En este análisis, se retoma el Modelo Pentagonal de Competencias Emocionales de Bisquerra, el cual asocia las competencias emocionales con los conocimientos, habilidades, aptitudes y actitudes que se

requieren para poder comprender, expresar y regular de manera positiva los eventos emocionales a los que se enfrentan las personas. Se integran en cinco competencias: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades de vida y bienestar (Bisquerra y Pérez, 2007).

En cuanto al concepto de bienestar psicológico, este puede ser entendido como un constructo multidimensional. Se identifica como un factor de motivación intrínseca que se relaciona con aspectos del funcionamiento físico, psíquico y social, y cómo los individuos juzgan la totalidad de su vida en términos favorables (Lozano Álvarez y García y García, 2016). El Modelo de Ryff de Bienestar Psicológico incluye dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas, así como comportamientos relacionados con la salud en general que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo. Ryff (1989) plantea seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.

A través de acciones de promoción de la salud dirigidas a la comunidad de estudiantes de medicina se podría fortalecer la formación de habilidades socioemocionales y su bienestar psicológico. Esta proyección requiere de la participación efectiva y concreta de la comunidad en la fijación de prioridades, toma de decisiones y elaboración y puesta en marcha de estrategias de planificación, para alcanzar un mejor nivel de salud, así como favorecer el desarrollo personal y social, en tanto que proporcione información, educación sanitaria y perfeccione las aptitudes indispensables para la vida (Reyna, 2018). La Organización Mundial de la Salud (2016) define la promoción de la salud como una serie de intervenciones sociales y ambientales destinadas a beneficiar y proteger la salud y la calidad de vida individuales mediante la prevención y solución de las causas primordiales de los problemas de salud. En 1986 se planteó en la Carta de Ottawa que para la promoción de la salud se requiere la creación de entornos que, con un enfoque positivo y proactivo, potencien la capacidad de las personas, comunidades y poblaciones para mantener la salud y el bienestar.

Como parte de las acciones encaminadas para la promoción de la salud, en América Latina muchas instituciones de educación superior, tanto privadas como públicas, forman una red interinstitucional denominada Red Iberoamericana de Universidades Promotoras de la Salud, con el fin de fomentar la salud y el bienestar en las comunidades educativas.

En México, se consolidó la Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud (RMUPS), la cual tiene como objetivo formar individuos integralmente sanos, que sean agentes generadores de cambio y se comprometan con su entorno, contribuyendo al desarrollo humano y social, mejorando las condiciones de salud; fortaleciendo así una cultura de salud integral. La RMUPS representa un espacio para compartir

iniciativas, intercambio de ideas y trabajo en comunidad relacionado con la salud, el bienestar y la equidad, con el objetivo de cosechar un futuro más saludable.

Durante el 2017, la Universidad de Quintana Roo participó en la RMUPS con programas de talleres de habilidades para la vida, que abordaban temas como el autoconocimiento, la comunicación asertiva, las relaciones interpersonales, la empatía y el manejo de emociones. Además, se realizaron ferias de la salud para el fomento de la activación física, prevención de adicciones y el autocuidado (Universidad de Quintana Roo, 2017).

Sin embargo, la vinculación de la universidad con la sociedad sucedió dos años antes, con la creación del Programa de Atención Primaria de Salud (APS), que contempla dos ejes rectores (Fajardo *et al.*, 2019):

- Lo formativo: su intención es consolidar un programa con enfoque en competencias, que, a través de la práctica comunitaria, los estudiantes participen de forma multidisciplinaria y colaborativa en la generación de estrategias de intervención contextualizadas y centradas en la protección, prevención, educación y promoción de la salud.
- Beneficio de la comunidad: tiene el propósito de generar una nueva cultura de salud y, con ello, contribuir a la adopción de patrones de consumo y estilos de vida saludables, propiciando que las personas sean partícipes y responsables del autocuidado de su salud. (p.10)

Es así como el Programa de APS, desde un enfoque positivo y centrado en potenciar en las comunidades el bienestar físico, psicológico y social, participa en la promoción y educación para la salud, no solo de la población, sino también de sus participantes (Yncera Hernández y Peña Salazar, 2019). Por tanto, constituye un espacio de inigualable valor para fortalecer las habilidades socioemocionales y el bienestar psicológico de los estudiantes de medicina que participan.

ASPECTOS METODOLÓGICOS

El objetivo general de la presente propuesta estaría encaminado a comprender cómo se manifiestan las habilidades socioemocionales y el bienestar psicológico en los estudiantes de medicina ante la pandemia de COVID-19, para generar intervenciones encaminadas a su fortalecimiento a través del Programa de Atención Primaria de Salud. Por su parte, los objetivos específicos se relacionan con las acciones siguientes:

- Caracterizar las habilidades socioemocionales presentes en los estudiantes de medicina incorporados al programa de APS de la División de Ciencias de la Salud de la Universidad de Quintana Roo.
- Identificar los factores que facilitan o dificultan el bienestar psicológico en los estudiantes de medicina incorporados al programa de APS.
- Generar intervenciones encaminadas al fortalecimiento de las habilidades socioemocionales y del bienestar psicológico de los estudiantes de medicina incorporados al programa de APS, ante la pandemia por COVID-19.

Material y métodos

La presente investigación estará orientada con base en una metodología cualitativa. De acuerdo con los objetivos planteados, el proyecto está encaminado a poner en práctica acciones relacionadas con las habilidades socioemocionales, las cuales se fundamentarán a partir de los resultados alcanzados en la investigación. Por tanto, la investigación-acción permite la expansión del conocimiento y genera respuestas concretas a problemáticas, requiere de una acción como parte integrante del mismo proceso de investigación, y se investiga también sobre las propias acciones (Colmenares, 2011).

Para el análisis de los resultados, se empleará el procedimiento de la Teoría Fundamentada, el cual indica que, a partir de someter los datos recopilados a un proceso de análisis por codificación y categorización, se transforman los datos y luego se traducen en categorías a partir de una co-construcción, al reorganizarlos en otra forma de lenguaje y de análisis. Se realiza una categorización-codificación deductiva desde la búsqueda en el texto de categorías preestablecidas y se enlistan (Strauss y Corbin, 2002).

También se empleará la etnografía, por su orientación al trabajo de campo, que permite la reflexividad, la observación participante y las entrevistas. Se utilizarán técnicas de observación participante, entrevista semiestructurada y grupos de discusión con técnicas participativas en modalidad de talleres, considerando siempre los principios éticos de autonomía, al respetar la libertad de los estudiantes de participar en el estudio.

Participantes

Para la selección de los participantes se emplearán la técnica de muestreo de tipo no probabilística e intencional y la técnica de bola de nieve. Los criterios de inclusión serán los siguientes:

- Ser estudiante de la licenciatura en Medicina de la División de Ciencias de la Salud de la Universidad de Quintana Roo.
- Estar incorporado al programa de Atención Primaria a la Salud de la División de Ciencias de la Salud de la Universidad de Quintana Roo.
- Haber aceptado la participación mediante la firma del consentimiento informado que esclarece los objetivos, procedimientos y aspectos éticos de la investigación, así como la posibilidad de revocar su consentimiento, respetando el principio de voluntariedad.

Aspectos éticos

Para la puesta en marcha del proyecto se realizará el registro ante las instancias oficiales de la universidad para, posteriormente, ser sometido a evaluación por el Comité de Ética, que realizará observaciones o su aprobación.

Infraestructura disponible

Se cuenta con mobiliario y equipo de cómputo para la elaboración del proyecto, así como los espacios físicos, como es el laboratorio de Atención Primaria de Salud, la sala de profesores y espacios de usos múltiples dentro de las instalaciones de la División de Ciencias de la Salud.

Financiamiento del proyecto

La Secretaría de Educación Pública, a través del Programa para el Desarrollo Profesional Docente, ofrece un estímulo económico para los profesores de tiempo completo de nuevo ingreso de educación superior, por el cual se deberá concursar una vez que la responsable del proyecto gane la plaza de profesora investigadora de tiempo completo.

Incidencia del proyecto en documentos estratégicos institucionales o cuerpos académicos

Esta propuesta está alineada al Programa Universitario de Atención Primaria a la Salud y su desarrollo se encamina a los propósitos de la universidad expresados en su modelo educativo para la formación integral del educando (Pech Vázquez, 2010, p. 22), las competencias definidas por la AMFEM (Abreu Hernández *et al.*, 2008) y adoptadas en el perfil de egreso de los estudiantes de medicina de la universidad (Universidad de Quintana Roo, s/f), así como con los objetivos del Programa Institucional de Tutorías de la UQRoo (Universidad de Quintana Roo, 2014).

Línea de Generación y Aplicación del Conocimiento (LGAC) en las que se inserta la investigación

El proyecto se inserta y contribuye en la Línea de Generación y Aplicación del Conocimiento “Comunicación, educación y comunidad”. Asimismo, contribuye al fortalecimiento del Cuerpo Académico “Atención, Comunicación y Educación en Salud”, de la Universidad de Quintana Roo. A su vez, este proyecto se interrelaciona con los proyectos vigentes de los participantes del Cuerpo Académico, en temas relacionados con desarrollo y fortalecimiento de la resiliencia, desarrollo de competencias en educación nutricional, intervención comunitaria y autocuidado en Diabetes Mellitus Tipo 2.

Formación de recursos humanos

Este proyecto favorecerá el desarrollo integral de los estudiantes de medicina y el tema de investigación puede ser de interés para los médicos de pregrado que opten por modalidad de titulación por tesis.

Productos esperados

Se planifican, al menos, dos artículos en una revista científica de impacto, una tesis, la participación en eventos de divulgación y difusión como ponente en eventos nacionales e internacionales, así como el desarrollo de actividades, como la implementación de talleres.

CONCLUSIONES

Resulta pertinente la puesta en práctica de proyectos encaminados al fortalecimiento de las habilidades socioemocionales y al bienestar psicológico en los estudiantes de medicina para lograr su formación holística en el ámbito profesional y personal, brindándoles herramientas para afrontar situaciones adversas, como la actual pandemia de COVID-19 y otras crisis futuras.

El Programa Universitario de Atención Primaria de Salud, inscrito en la División de Ciencias de la Salud de la Universidad de Quintana Roo, constituye una oportunidad muy valiosa para fortalecer estas habilidades socioemocionales, tanto en los miembros de la comunidad educativa como de otras comunidades aledañas donde la institución realiza sus intervenciones de promoción de salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abreu Hernández, L. F., Cid, Á. N., Herrera, G., Lara, J. V. M., Lavaida, R., Rodríguez, C., y Sánchez J. A. (2008). *Perfil por competencias del médico general mexicano*. México D. F.: Asociación Mexicana de Facultades y Escuelas de Medicina.

- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 7-43.
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-68.
- Campos Rivera, M. (2018). *Dimensiones psicosociales del autocuidado en personas con Diabetes Mellitus Tipo 2* [tesis de doctorado]. Universidad Autónoma del Estado de Morelos, México. Recuperado de <http://riaa.uaem.mx/xmlui/bitstream/handle/20.500.12055/1394/MACRAI01T.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Colmenares, A. M. (2011). Investigación-acción participativa: una metodología integradora del conocimiento y la acción. *Voces y Silencios: Revista Latinoamericana de Educación*, 3 (1), 102-115.
- Delgado, C., Rodríguez, A., Lagunes, R., y Vázquez, F. D. (2020). Relación entre bienestar psicológico y empatía en médicos residentes en una universidad pública en México. *Investigación en Educación Médica*, 9 (34), 16-23.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI*. Ediciones UNESCO. Recuperado de https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590_spa
- Fajardo, R. de la C., Campos, M., y Concha Koh, A. (2019). Programa Universitario de Atención Primaria a la Salud. Antecedentes teórico-metodológicos. En M. Campos y L. A. Reyna (eds.), *Atención Primaria a la Salud. Comunicación, redes y experiencias de un programa universitario* (pp. 6-17). Quintana Roo: Universidad de Quintana Roo.
- Fernández, C., Díaz-Barriga, L., Gómez, P., Sánchez, A., Cortés, R., Cruz, S., y Martínez, G. (2006). *Habilidades para la vida. Guía para educar en valores*. Centro de Integración Juvenil.
- González, N. L., Tejeda, A. A., Espinosa, C. M., y Ontiveros, Z. O. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por COVID-19. doi: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.756>
- Leo, C. E., Zapata, A., y Esperón, R. I. (2019). Estudio y desarrollo de las competencias emocionales en estudiantes de medicina. Una aproximación bibliométrica. *Investigación en Educación Médica*, 8 (31), 92-102.
- Lozano Álvarez, M. M., y García y García, B. E. (2016). Escala de Bienestar Psicológico (EBP). En B. E. García y García, M. M. Lozano Álvarez e I. F. Díaz Oropeza (coords.), *Diecinueve Escalas*

- de Evaluación Psicológica* (pp. 77-80). Recuperado de <http://ri.ujat.mx/bitstream/20.500.12107/3118/1/19-Escalas-De-Evaluacion-Psicologica.pdf>
- Negrete, J. (2020, 28 de abril). UQRoo pone en marcha programa de apoyos para sus alumnos. *Televisa Regional*. Recuperado de <https://televisaregional.com/uqroo-pone-en-marcha-programa-de-apoyos-para-sus-alumnos/>
- Organización Mundial de la Salud. (2016). ¿Qué es la promoción de la salud? Recuperado de <https://www.who.int/features/qa/health-promotion/es/>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Alocución de apertura del director general de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. Recuperado de <https://www.who.int/es/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
- Pachay-López, M. J., y Rodríguez-Gámez, M. (2021). La deserción escolar: una perspectiva compleja en tiempos de pandemia. *Polo del Conocimiento*, 6 (1), 130-155. doi: <https://doi.org/10.23857/pc.v6i1.2129>
- Pech Vázquez, J. L. (2010). *Modelo educativo*. Quintana Roo: Universidad de Quintana Roo.
- Reyna, L. A. (2018). El juego de la comunicación en salud en México. Quintana Roo: Universidad de Quintana Roo. Recuperado de <http://risisbi.uqroo.mx/bitstream/handle/20.500.12249/1412/Reyna%20%282018%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Román, F., Forés, A., Calandri, I., Gautreaux, R., Antúnez, A., Ordhei, D., Calle, L., Poenitz, V., Correa Pérez, K. L., Torresi, S., Barceló, E., Conejo, M., Ponnet, V., y Allegri, R. (2020). Resiliencia de docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. *Journal of Neuroeducation*, 1 (1), 76-87. doi: <https://doi.org/10.1344/joned.v1i1.31727>
- Ryff, C. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069-1081.
- Strauss, A., y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la Teoría Fundamentada*. Bogotá: Editorial Universidad de Antioquia.
- Tizón, J. (2020). *Salud socioemocional en tiempos de pandemia*. Barcelona: Herder Editorial.
- Universidad de Quintana Roo. (s/f). Perfil del egresado de Licenciatura en Medicina. Recuperado de <http://www.uqroo.mx//planes-de-estudio/licenciaturas/chetumal/licenciatura-en-medicina/#3>

- Universidad de Quintana Roo. (2014). Programa Institucional de Tutorías. Recuperado de http://www.uqroo.mx/files/innovacion/tutorias/programa_institucional_de_tutorias.pdf
- Universidad de Quintana Roo. (2017, 9 de mayo). Se incorpora UQRoo a Red Iberoamericana de Universidades Promotoras de la Salud. Recuperado de <http://saladeprensa.uqroo.mx/noticias/3749-se-incorpora-uqroo-a-red-iberoamericana-de-universidades-promotoras-de-la-salud/>
- Universidad de Quintana Roo. (2020, 14 de mayo). Comunicado a nuestros estudiantes de nuevo ingreso y de reingreso de las Unidades Académicas. *Facebook*. Recuperado de <https://es-la.facebook.com/uqroo/posts/comunicado-a-nuestros-estudiantes-de-nuevo-ingreso-y-de-reingreso-de-las-unidade/3094170570645387/>
- Yncera Hernández, N. C. de la, y Peña Salazar, L. D. (2019). Atención Primaria a la Salud y resiliencia: haciendo camino al andar. En M. Campos y L. A. Reyna (eds.), *Atención Primaria a la Salud. Comunicación, redes y experiencias de un programa universitario* (pp. 141-148). Quintana Roo: Universidad de Quintana Roo.
- Yncera Hernández, N. C. de la, y Peña Salazar, L. D. (2020). Resiliencia y comunidades educativas: respuesta ante la COVID-19 en el ámbito universitario. En M. Campos y L. A. Reyna (eds.), *Atención Primaria de Salud. Aproximaciones teórico-metodológicas desde espacios formativos y comunidad* (151-172). Quintana Roo: Universidad de Quintana Roo.