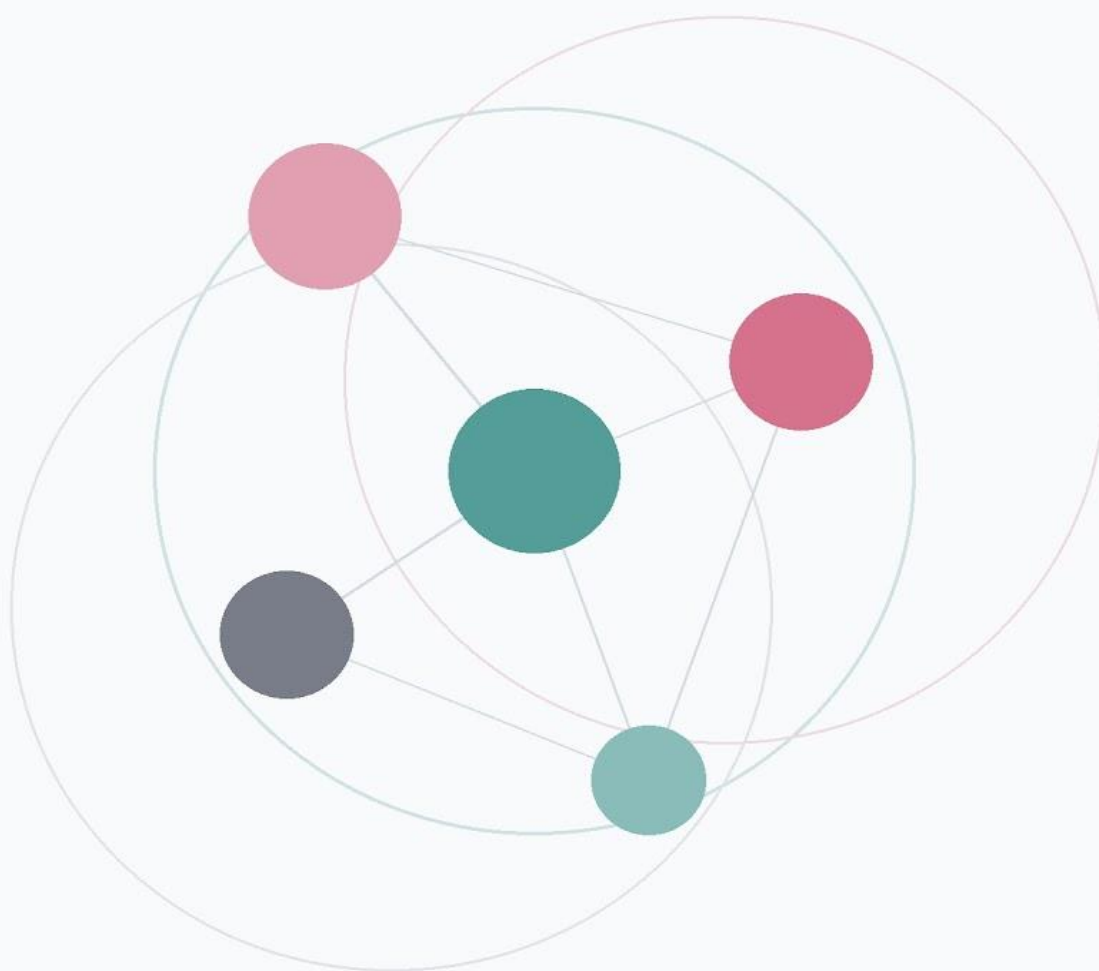


ACTAS CONGRESO CONECTIVA 26

Congreso CONECTIVA '26

Innovación Social y Salud



Mayo 2026

Edita: Formsep Open Press

[2026]

Comités del Congreso

COMITÉ ORGANIZADOR

- Dr. Juan Carlos Rodríguez Rodríguez. Universidad de Almería, España
- Dra. Josefina Rodríguez Góngora. Universidad de Almería, España
- Dra. Cecilia Ivonne Bojórquez Díaz. ITSON, México
- Dra. Carmen Gloria Burgos Videla. Universidad de Atacama, Chile
- Gdo. José Antonio Rodríguez Rodríguez. Universidad de Almería, España
- Gda. Julia Martínez Gonzálvez. Universidad de Almería, España
- Dra. Marisol Cipagauta Moyano. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Colombia
- Lda. Noemí Martínez de San Vicente López. Diputación de Almería, España
- Dr. Delfín Ortega Sánchez. Universidad de Burgos, España
- Dra. Itziar Alonso Arbiol. Universidad del País Vasco, España

COMITÉ CIENTÍFICO

- Dra. Eneida Ochoa Avila. ITSON, México
- Dr. Carlos Alberto Mirón Juárez. ITSON, México
- Dra. Ana Dolores Tanori Bernal. ITSON (Unidad Obregón), México
- Dra. Claudia García Hernández. ITSON (Unidad Obregón), México
- Dra. Mirsha Alicia Sotelo Castillo. ITSON (Unidad Obregón), México
- Dra. Lourdes Rey Peña. Universidad de Málaga, España
- Dr. Joel Angulo Armenta. ITSON (Unidad Obregón), México
- Dr. Gilberto Manuel Córdova Cárdenas. ITSON (Unidad Navojoa), México
- Dr. Francisco Nabor Velazco Borquez. ITSON (Unidad Navojoa), México
- Dra. Graciela Beauregard Solís. Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México
- Dr. Carlos Artemio Favela Ramírez. ITSON (Unidad Navojoa), México
- Dr. Ángel Alberto Valdés Cuervo. ITSON (Unidad Obregón), México
- Dra. María Esther Mejía León. Universidad Autónoma de Baja California, México
- Dra. Alejandra Isabel Castro Robles. ITSON (Unidad Centro), México
- Gdo. José Antonio Rodríguez Rodríguez. Universidad de Almería, España
- Dr. Alberto Galván Corral. ITSON (Unidad Navojoa), México
- Dra. Cecilia Aurora Murillo Félix. ITSON (Unidad Navojoa), México
- Lda. Noemí Martínez de San Vicente López. Diputación de Almería, España
- Dr. Roberto Ruíz Pérez. ITSON (Unidad Obregón), México
- Dr. Antonio Jesús Segura Sánchez. Universidad de Almería, España
- Dra. Ana María López Narbona. Universidad de Málaga, España
- Dra. Cecilia Ivonne Bojórquez Díaz. ITSON, México
- Dra. Karina de Jesús Díaz López. Universidad Autónoma de Baja California, México
- Gda. Julia Martínez Gonzálvez. Universidad de Almería, España
- Dr. Oscar Ernesto Hernández. ITSON (Unidad Guaymas), México
- Dra. Erica Ivett Mellado Acosta. ITSON (Unidad Obregón), México
- Dra. Celia Yaneth Quiroz Campas. ITSON (Unidad Navojoa), México
- Dra. Carmen Gloria Burgos Videla. Universidad de Atacama, Chile
- Dra. Isabel María Gómez Trigueros. Universidad de Alicante, España

- Dra. Marisol Cipagauta Moyano. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Colombia
- Dra. Cyrenia Quintana Orts. Universidad de Sevilla, España
- Dra. Carolina Yudes Gómez. Universidad de Málaga, España
- Dra. Josefina Rodríguez Góngora. Formsep, España
- Dra. Itziar Alonso Arbiol. Universidad del País Vasco, España
- Dr. Víctor Alexander Quintana López. Universidad Autónoma de Baja California, México
- Dra. María de los Ángeles Peláez Fernández. Universidad de Málaga, España
- Dr. Natalio Extremera Pacheco. Universidad de Málaga, España
- Dr. Juan Carlos Rodríguez Rodríguez. Formsep, España
- Dr. Raúl Rocha Romero. Universidad Nacional Autónoma de México, México
- Ldo. Antonio Vela Rubio. Universidad de Málaga, España
- Dra. Almudena Barrientos Báez. Universidad Complutense de Madrid, España
- Dr. David Caldevilla. Universidad Complutense de Madrid, España
- Dr. Luis Miguel Sáez Castro. Universidad de Almería, España
- Dra. Ana María Martínez Martínez. Universidad de Almería, España
- Dr. Manuel Barahona Droguett. Universidad de Atacama, Chile
- Dr. Ricardo Jorquera. Universidad de Atacama, Chile
- Dra. Tahelí Gómez. Universidad de Atacama, Chile
- Dra. María Carmen López Berlanga. Universidad de Almería, España
- Dr. Sergio Luis Araya Sierralta. Universidad de Atacama, Chile
- Dr. Pablo Dubó Araya. Universidad de Atacama, Chile
- Dra. Ana María Rosado Castillo. Universidad Nacional Autónoma de México, México
- Dr. Dante Carrizo Moreno. Universidad de Atacama, Chile
- Dra. Laura Fernanda Barrera Hernández. Universidad de Sonora, México
- Dra. Magdalena Mercado Ibarra. ITSON, México
- Dr. Delfín Ortega Sánchez. Universidad de Burgos, España
- Ldo. Juan Carlos Dobado Castañeda. Universidad de Málaga, España

Presentación (CONECTIVA 2026)

Resulta un honor presentar las actas del **Congreso CONECTIVA 2026**, celebrado los días **7 y 8 de mayo de 2026**. Esta edición marca un hito singular al consolidar un espacio de vanguardia donde la investigación científica y la innovación social se fusionan con las tecnologías del mañana, reuniendo a académicos, profesionales y estudiantes en un entorno completamente inmersivo y tridimensional.

Las páginas que siguen son el testimonio de un esfuerzo colectivo por explorar, debatir y dar respuesta a los desafíos más apremiantes de nuestra sociedad desde una perspectiva hiperconectada. A través de la Realidad Virtual y el Metaverso, este congreso no solo ha sido un escaparate para presenciar presentaciones en vivo, sino una experiencia viva de aprendizaje. Al interactuar mediante avatares en salas 3D y en la Cafetería Virtual, los asistentes han derribado barreras geográficas, construyendo un ecosistema científico más accesible, participativo y colaborativo.

Los trabajos e investigaciones aquí reunidos abordan una enriquecedora diversidad de enfoques, articulados en torno a los siguientes ejes clave de nuestro programa científico:

- **Innovación y Bienestar:** Investigaciones de vanguardia orientadas a mejorar la calidad de vida y la salud comunitaria a través del desarrollo de nuevas herramientas, metodologías y entornos de interacción social.
- **Educación Transformadora y Justicia Social:** Estudios dedicados a repensar los modelos pedagógicos actuales, impulsando una educación superior y secundaria que actúe como motor de equidad, inclusión y cambio social.
- **Sostenibilidad y Salud Ambiental:** Contribuciones vitales que analizan de forma crítica la relación entre el bienestar humano y el cuidado del entorno, proponiendo soluciones sostenibles para los retos climáticos y sanitarios globales.
- **Diálogo y Perspectiva Global:** El valor de la discusión colectiva materializado en los encuentros de "Café con los Expertos", espacios que conectaron las visiones nacionales e internacionales de destacados especialistas con las reflexiones de los jóvenes universitarios.

Asimismo, este volumen recopila los apasionantes proyectos expuestos en la Galería de Pósteres, un entorno interactivo donde se propició el debate directo en tiempo real entre los investigadores y los congresistas.

Bajo la premisa de conectar con el futuro, este compendio no solo fotografía el estado actual de la ciencia en la intersección de la salud y la sociedad, sino que actúa como una brújula inmersiva que orienta futuras líneas de trabajo. Confiamos en que la lectura de estas actas inspire a nuestra comunidad a seguir rompiendo moldes y tendiendo puentes, fomentando sociedades más justas, equitativas, sostenibles y, sobre todo, profundamente conectadas.

CONTRIBUCIONES CIENTÍFICAS

<i>UN BREVE ESTUDIO SOCIOLÓGICO SOBRE LA EUTANASIA EN</i>	7
<i>ESPAÑA</i>	7
Ana María López Narbona	7
<i>REGULA-TIC: REGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL EN</i>	
<i>ADOLESCENTES</i>	8
Julia Martínez González José Antonio Rodríguez Rodríguez Josefina Rodríguez Góngora Juan Carlos Rodríguez Rodríguez	8
<i>DEL AULA A LA VIDA: ESTRATEGIAS DIGITALES BASADAS EN</i>	
<i>NEUROCIENCIA FORJAN HÁBITOS SALUDABLES EN LA FORMACIÓN</i>	
<i>PROFESIONAL</i>	9
Erika Alejandra Meraz Salazar	9
<i>TRANSFORMACIÓN DIGITAL EN ACCIÓN: GESTIÓN TELEMÁTICA EN</i>	
<i>FUNCIONES NO DOCENTES UNIVERSITARIAS</i>	10
Gabriel Gustavo Maresca	10
<i>FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL Y EQUILIBRIO TRABAJO-VIDA EN</i>	
<i>JÓVENES TRABAJADORES MEXICANOS: EVIDENCIA BASADA EN LA</i>	
<i>NOM-035-STPS-2018</i>	11
Patricia Rodríguez Llanes Gabriel Mendoza Morales Marien León Baro	11
<i>METODOLOGÍAS INNOVADORAS EN ORIENTACIÓN PROFESIONAL: LA</i>	
<i>GAMIFICACIÓN</i>	12
Lorena De Santiago Cabrera	12
<i>NIVEL DE INSATISFACCIÓN CORPORAL Y PREOCUPACIÓN POR LA</i>	13
<i>FIGURA Y PESO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS</i>	13
Cecilia Ivonne Bojórquez Díaz Nadia Lourdes Chan Barocio Carlos Artemio Favela Ramírez Joel Alejandro Oloño Meza	13
<i>COMPETENCIAS DIGITALES Y EMPLEABILIDAD EN ZONAS RURALES DE</i>	
<i>GRAN CANARIA</i>	14
Lorena De Santiago Cabrera	14
<i>TECNOLOGÍA, AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN</i>	15
<i>JÓVENES</i>	15
Patricia Ayllón Salas	15
<i>CUANDO LA ESCUELA ELIMINA EL TALENTO: DOBLE</i>	
<i>EXCEPCIONALIDAD E INVISIBILIDAD ESTRUCTURAL</i>	16
Meirinhos, Manuel	16
<i>VALIDACIÓN DE UN PROGRAMA DE HABILIDADES BLANDAS EN</i>	20
<i>ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PRIMER AÑO</i>	20
Ofelia Calero Ecurra Alberto Quintana Peña Lucero Baltazar Jara Ulises Portal Saavedra	20

<i>ENTRE LA BALADA Y EL TRAP: REPRESENTACIONES AFECTIVO-SEXUALES EN REDES DE COOCURRENCIA DE ADOLESCENTES PERUANOS SEGÚN SUS PREFERENCIAS MUSICALES</i>	21
Alberto Quintana Peña Ofelia Calero Ecurra Lucero Baltazar Jara Ulises Portal Saavedra	21
<i>LA SUSTITUCIÓN COMPETITIVA COMO PARADIGMA PREVENTIVO: PROPUESTAS DE OCIO SIGNIFICATIVO FRENTE AL USO ABUSIVO DE PANTALLAS EN LA ADOLESCENCIA.</i>	22
Juan Carlos Rodríguez Rodríguez Josefina Rodríguez Góngora José Antonio Rodríguez Rodríguez Juan Carlos Rodríguez Rodríguez Julia Martínez González	22
<i>INCLUIR LA MÚSICA EN EL AULA: UNA HERRAMIENTA DE INCLUSIÓN Y ACTIVACIÓN SOCIAL</i>	23
Álvaro Sanz Fernández	23
<i>Educación en la "confusión productiva": un nuevo recurso didáctico para transformar la duda en una herramienta</i>	24
Álvaro Sanz Fernández	24
<i>EL PAPEL DEL MINDFULNESS EN LA AUTOEFICACIA ACADÉMICA DE UNIVERSITARIOS MEXICANOS</i>	25
Diana Isabel Cabrera Aguilar Mirsha Alicia Sotelo Castillo Jesús Ocaña Zúñiga Laura Fernanda Barrera Hernández	25
<i>EL TRABAJO SOCIAL SANITARIO EN LA PLANIFICACIÓN ANTICIPADA DE DECISIONES</i>	26
Del Pino García, Jonay; Díaz Bolaños, Carmen Delia; Martel Martel, María del Rosario	26
<i>IMPACTO DE LOS PROCESOS DE COACHING EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DOCENTE EN CONTEXTOS DE EDUCACIÓN ESCOLAR NO UNIVERSITARIA: UNA REVISIÓN DE INTERVENCIONES Y MODELOS BASADOS EN LA EVIDENCIA</i>	27
Bellido Bautista, Juan Gabriel	27
<i>PERFILES DE AUTOEFICACIA Y DISFRUTE EN ACTIVIDAD FÍSICA: UN ANÁLISIS DE CLÚSTERES</i>	28
Ricardo Sandoval Domínguez Sonia Beatriz Echeverría Castro Margarita Eduviges Mendivil Aragón Jesús Bernardo Miranda Solís.	28
<i>REDES SOCIALES Y BIENESTAR ADOLESCENTE EN LA ERA DIGITAL: ESTUDIO PILOTO Y MODELO PREVENTIVO DESDE EL TRABAJO SOCIAL EDUCATIVO</i>	29
María del Rosario Martel Martel; Carmrn Delia Díaz Bolaños Jonay del Pino Gracia	29

UN BREVE ESTUDIO SOCIOLÓGICO SOBRE LA EUTANASIA EN ESPAÑA

Ana María López Narbona

El 25 de junio de 2021 entró en vigor la Ley Orgánica de Regulación de la Eutanasia (LORE). España se convirtió en el séptimo país del mundo en regular la denominada muerte digna. El Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) lanzó el Estudio 3307 Barómetro de enero 2021. Los resultados fueron contundentes con un respaldo social mayoritario a la eutanasia. La LORE reconoce la autonomía de la voluntad y la dignidad de la persona con el fin de permitir que los ciudadanos decidan sobre su propio cuerpo en una decisión sobre el final de la vida bajo la premisa de sufrimientos insoportables. Sin embargo, la ley también ha generado oposición entre los médicos y ha supuesto una revisión de su código deontológico (Juramento Hipocrático). Por otra parte, determinados sectores de la sociedad critican la desprotección de colectivos vulnerables ante la debilitación del valor intrínseco de la vida y el peligro de la banalización de la muerte. El Ministerio de Sanidad publica Informes Anuales sobre la Prestación de Ayuda para Morir en los que se observa una tendencia sostenida por la que 3 de cada 4 procesos finalizados proceden de pacientes mayores de 60 años y 9 de cada 10 de pacientes mayores de 50 años. El tramo de edad con mayor número de procesos corresponde a las personas mayores de 80 años. Este trabajo analiza la reconfiguración de los valores sociales en España y el cambio de paradigma en cuanto a la concepción sobre la vida y la muerte.

REGULA-TIC: REGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL EN ADOLESCENTES

*Julia Martínez González | José Antonio Rodríguez Rodríguez | Josefina Rodríguez Góngora
| Juan Carlos Rodríguez Rodríguez*

El programa REGULA-TIC constituye una propuesta de intervención psicológica dirigida a adolescentes de entre 13 y 17 años que presentan dificultades en la regulación emocional y conductual, tales como impulsividad, irritabilidad, baja tolerancia a la frustración y conductas disruptivas. Estas problemáticas, frecuentes en la adolescencia, se asocian a consecuencias negativas a nivel académico, social y familiar, así como a un mayor riesgo de cronificación si no se abordan de forma temprana.

El objetivo general del programa es promover el desarrollo de habilidades de regulación emocional y autocontrol, favoreciendo una gestión adaptativa de la ira y la frustración en distintos contextos de la vida cotidiana. Para ello, se fundamenta en un enfoque integrador que combina principios de la Terapia Cognitivo-Conductual, la Terapia Dialéctico-Conductual y técnicas de mindfulness, poniendo el foco en el entrenamiento en habilidades psicológicas aplicables a situaciones reales.

La intervención se estructura en formato grupal, con una duración de entre ocho y diez sesiones semanales de aproximadamente 60 minutos, dirigidas a grupos reducidos de 6 a 8 adolescentes. Las sesiones siguen una secuencia progresiva que incluye contenidos como identificación y comprensión de las emociones, reconocimiento de señales de activación, autocontrol, regulación de la ira, tolerancia a la frustración, reestructuración cognitiva, resolución de problemas y habilidades sociales. La metodología es activa y participativa, basada en la combinación de psicoeducación, dinámicas grupales y actividades prácticas orientadas a la aplicación en el contexto cotidiano.

Como elemento innovador, el programa incorpora una herramienta digital de apoyo, accesible a través de dispositivos móviles, que facilita la generalización de las estrategias trabajadas en sesión. Esta herramienta incluye ejercicios guiados, autorregistros, recordatorios y seguimiento del progreso, contribuyendo a reducir la brecha entre el aprendizaje terapéutico y su aplicación en la vida diaria. La evaluación del programa se plantea como un proceso continuo que abarca evaluación inicial, seguimiento, evaluación de resultados y evaluación a medio plazo, combinando indicadores cuantitativos y cualitativos. En conjunto, REGULA-TIC se presenta como una intervención estructurada, flexible y contextualizada, con potencial de aplicación en servicios sociales, centros educativos y recursos de salud mental, si bien requiere futura validación empírica para confirmar su eficacia.

DEL AULA A LA VIDA: ESTRATEGIAS DIGITALES BASADAS EN NEUROCIENCIA FORJAN HÁBITOS SALUDABLES EN LA FORMACIÓN PROFESIONAL

Erika Alejandra Meraz Salazar

Las enfermedades crónicas como diabetes, obesidad, hipertensión, representan hoy la principal amenaza para la salud pública mundial y sus raíces conductuales se consolidan, en gran medida, durante los años universitarios. Es etapa donde las instituciones educativas tienen la responsabilidad de convertirse en agentes de cambio, integrando la promoción de estilos de vida saludables no como un contenido adicional, sino como dimensión transversal del aprendizaje.

La neurociencia ofrece el sustento biológico de esta posibilidad; los hábitos se forman mediante la consolidación de circuitos en los ganglios basales a través del ciclo señal-rutina-recompensa: cuando una conducta genera dopamina, el cerebro la registra como valiosa y tiende a repetirla. Las emociones positivas, favorecen la plasticidad sináptica del hipocampo, facilitando el aprendizaje duradero. La metodología pedagógica que active la motivación intrínseca y el logro colectivo prepara al sistema nervioso para adoptar nuevos patrones de conducta saludable.

Con base en este principio, el ITL implementó tres estrategias digitales con estudiantes de Ingeniería en Gestión Empresarial. La primera, entornos colaborativos con inteligencia artificial, activó la liberación de oxitocina, hormona que reduce estrés y fortalece vínculos sociales al tiempo que desarrolló metacognición: capacidad de evaluar críticamente información, habilidad trasladable a decisiones de consumo alimentario y autocuidado. La segunda, gamificación con retos sociales, replicó el mecanismo dopaminérgico de metas escalonadas; los equipos que abordaron problemáticas comunitarias, activaron satisfacción neurobiológica de actuar en beneficio colectivo, reforzando así conductas prosociales y saludables. La tercera, narrativas digitales en formato video, aprovechó la potencia del relato para sincronizar múltiples redes neurales modo por defecto, sistema límbico y áreas motoras, elevando probabilidad de traducir el conocimiento en acción concreta y consolidando hábitos de organización, creatividad y bienestar.

Los resultados evidencian que más del 83% de los participantes percibió mejoras sustanciales en la calidad de su análisis, y más del 90% reportó involucramiento activo, sentido de pertenencia y disposición al apoyo entre pares correlatos conductuales directos del bienestar académico y factores protectores ante el estrés universitario. En conclusión, las estrategias digitales fundamentadas en neurociencia son intervenciones que actúan sobre los mecanismos cerebrales que regulan la formación de hábitos. Al diseñar ambientes que liberan dopamina, oxitocina y endorfinas, la educación superior entrena cerebros para la vida saludable. El profesionista que egresa de estos entornos lleva consigo algo más valioso que conocimiento técnico: la experiencia del trabajo significativo, el vínculo con los otros y la reflexión sobre el propio actuar son fuentes genuinas y sostenibles de bienestar.

TRANSFORMACIÓN DIGITAL EN ACCIÓN: GESTIÓN TELEMÁTICA EN FUNCIONES NO DOCENTES UNIVERSITARIAS

Gabriel Gustavo Maresca

Una universidad de gestión privada de Argentina se ha propuesto evaluar la implementación del teletrabajo en las actividades no docentes como parte de una estrategia orientada a mejorar el funcionamiento administrativo y académico de su Facultad de Ingeniería. A partir del contexto generado por la pandemia de COVID-19, surgió la necesidad de adoptar modalidades de trabajo remoto como respuesta a las restricciones sanitarias y a los nuevos desafíos organizacionales. Este escenario impulsó un proceso de transformación que permitió identificar oportunidades de modernización en la gestión institucional. En la actualidad, la institución se encuentra en una etapa de análisis y consolidación del teletrabajo como una metodología válida, sostenible y eficiente para la organización del trabajo del personal no docente. En este marco, se decidió relevar una experiencia piloto de teletrabajo con el objetivo de conocer en profundidad la situación actual en términos de productividad, desempeño laboral y bienestar del personal involucrado. Asimismo, se buscó identificar fortalezas, debilidades y oportunidades de mejora que contribuyan a una futura implementación a mayor escala. El estudio se desarrolló mediante la aplicación de una herramienta de diagnóstico denominada “índice de eficiencia de teletrabajo”, la cual ha sido previamente utilizada en diversas experiencias tanto en el ámbito académico como en organizaciones empresariales. Esta herramienta permitió obtener información cuantitativa y cualitativa relevante sobre distintos aspectos del trabajo remoto, tales como organización de tareas, uso de tecnologías, comunicación interna y equilibrio entre vida laboral y personal. Los resultados obtenidos evidencian avances significativos en términos de eficiencia y adaptación al entorno digital, lo que refuerza la viabilidad del teletrabajo como modalidad organizativa. No obstante, también se identificó que una parte del personal presenta cierta resistencia frente a la posibilidad de un cambio permanente, principalmente vinculada a hábitos laborales arraigados y a la necesidad de mayor acompañamiento institucional. El estudio permitió diseñar un esquema de teletrabajo permanente aplicable al conjunto del personal no docente de la Facultad de Ingeniería. Esta propuesta constituye una iniciativa innovadora, orientada a implementar de manera integral una modalidad de trabajo que, históricamente, se ha desarrollado bajo esquemas presenciales, marcando así un paso significativo hacia la transformación digital institucional.

FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL Y EQUILIBRIO TRABAJO-VIDA EN JÓVENES TRABAJADORES MEXICANOS: EVIDENCIA BASADA EN LA NOM-035-STPS-2018

Patricia Rodríguez Llanes | Gabriel Mendoza Morales | Marien León Baro

En los últimos años, el entorno laboral ha mostrado mayores exigencias debido a la presión por cumplir metas, cambios tecnológicos y rapidez en los procesos. Estas condiciones pueden generar factores de riesgo psicosocial que afectan el bienestar de los trabajadores y el desempeño organizacional. Este estudio cuantitativo de alcance descriptivo analizó la percepción de 143 jóvenes trabajadores en organizaciones mexicanas respecto a dichos factores, utilizando un cuestionario tipo Likert basado en los lineamientos de la NOM-035-STPS-2018. Los resultados indican que la presión por la carga de trabajo ($M = 2.65$) y la interferencia entre trabajo y vida personal ($M = 2.75$) fueron los factores más prevalentes, mientras que se observó baja percepción de apoyo de supervisores y limitadas oportunidades de desarrollo profesional. Estos hallazgos destacan la necesidad de implementar estrategias organizacionales que promuevan entornos laborales más saludables y favorezcan el equilibrio trabajo-vida.

METODOLOGÍAS INNOVADORAS EN ORIENTACIÓN PROFESIONAL: LA GAMIFICACIÓN

Lorena De Santiago Cabrera

Este trabajo examina la consolidación de la orientación profesional como un ámbito científico especializado, frente a un mercado laboral transformado por la globalización y la digitalización. Ante un ámbito tan incierto y dinámico, se propone que las y los profesionales de la orientación profesional lo aborden desde un enfoque sistémico e integral, sobre todo cuando se abordan transiciones vitales complejas, como el actual contexto laboral de Canarias, región que presenta cifras récord de ocupación pero con relevantes fragilidades estructurales, como la precariedad y el elevado desempleo femenino. En el marco teórico, las competencias personales, especialmente de razonamiento, autogestión y comunicación, se postulan como el eje vertebrador de la empleabilidad contemporánea, pues la tenencia de conocimientos técnicos tradicionales parece no ser suficiente para garantizar óptimas oportunidades en los proyectos profesionales planificados. El objetivo principal de esta investigación es diseñar una sesión de orientación, aplicando una técnica de gamificación que permita perfeccionar las competencias personales más demandadas en el actual mercado laboral. Metodológicamente, la intervención se focaliza en un colectivo de especial vulnerabilidad: mujeres con titulación, desempleadas de larga duración, en situación de transición o reingreso al entorno laboral, que han sufrido discontinuidades considerables en sus trayectorias profesionales por cumplir con responsabilidades de cuidado y/o domésticas. Para fundamentar la intervención con criterios técnicos rigurosos, se utiliza el Cuestionario ComPersonal del Servicio Público de Empleo Estatal (SEPE), como instrumento de diagnóstico fiable para evaluar trece competencias clave. La propuesta técnica consiste en una sesión individual de 75 a 90 minutos basada en la versión “¡Practicamos la técnica!”, del juego didáctico Six Skills®, adaptada del pensamiento paralelo de Edward de Bono. Durante la actividad, la persona transita secuencialmente por seis roles cognitivos —objetividad, creatividad, voz del juicio, beneficios e intuición— que permanecen bajo la coordinación y cierre del rol “visión global”. Este proceso culmina con la creación de un producto tangible: la hoja “6 Sombreros para el empleo”, que actúa como plan de acción estructurado y detallado para la toma de decisiones autónoma e informada. Las conclusiones subrayan que la gamificación no supone un mero recurso lúdico, sino una estrategia pedagógica rigurosa que incrementa la motivación intrínseca y el compromiso del usuario/a. Para futuros trabajos, se recomienda profundizar en la digitalización de estas herramientas mediante entornos virtuales específicos, así como realizar seguimientos longitudinales que midan la transferencia efectiva del aprendizaje al mercado de trabajo real.

NIVEL DE INSATISFACCIÓN CORPORAL Y PREOCUPACIÓN POR LA FIGURA Y PESO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Cecilia Ivonne Bojórquez Díaz | Nadia Lourdes Chan Barocio | Carlos Artemio Favela Ramírez | Joel Alejandro Oloño Meza

En la actualidad los jóvenes se enfrentan a cambios complejos y contradictorios por la búsqueda de identidad, aceptación y la presión por los estándares de belleza que marcan las redes sociales. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) señala que los trastornos de la conducta alimentaria, entre ellos la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa, se distinguen por la presencia de hábitos alimentarios inadecuados acompañados de una preocupación excesiva por el peso y la apariencia corporal. Estas alteraciones suelen involucrar comportamientos que comprometen la salud, provocando un deterioro físico considerable, así como un impacto negativo en el bienestar emocional y en el desempeño cotidiano. Asimismo, la OMS enfatiza que la imagen corporal constituye un elemento fundamental para la salud mental y física, particularmente en poblaciones jóvenes como los estudiantes universitarios. El objetivo del estudio es describir el nivel de insatisfacción corporal y la preocupación por la figura y el peso en estudiantes universitarios, con el fin de identificar posibles factores de riesgo asociados al bienestar psicológico. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes de los cuales el 59% correspondía al género femenino y el 41% al género masculino. Se utilizó el Cuestionario de la Figura Corporal (BSQ), adaptado al español por Raich et al. (1996) consta de 34 ítems que evalúa la insatisfacción corporal y preocupación por el peso. Se responde con una escala tipo Likert de 6 puntos: 1 (Nunca) a 6 (Siempre).

Cuenta con un Alfa de Cronbach de 0.90 el cual refleja la consistencia interna de la escala. De acuerdo con los resultados se observa que el 42% de los sujetos se encuentran en un nivel medio de satisfacción corporal, por lo tanto, el 41% siente preocupación por el peso. En conclusión, los participantes presentan una satisfacción corporal moderada, acompañada de una alta preocupación por el peso.

COMPETENCIAS DIGITALES Y EMPLEABILIDAD EN ZONAS RURALES DE GRAN CANARIA

Lorena De Santiago Cabrera

El presente trabajo examina la relación entre las competencias digitales y la búsqueda de empleo, en personas desempleadas de larga duración residentes en entornos rurales de Gran Canaria, atendiendo a la identificación de alguna brecha digital que dificulte sus procesos de empleabilidad. En la introducción se destaca cómo la expansión de las Tecnologías de la información y la Comunicación (TIC) ha transformado profundamente el mercado laboral, convirtiendo el dominio de habilidades digitales en un requisito esencial. Sin embargo, persisten desigualdades asociadas a la brecha digital, especialmente en contextos rurales, donde pueden existir limitaciones, tanto en la capacitación como en el uso efectivo de los diversos recursos tecnológicos. La justificación del estudio se fundamenta en el papel estratégico de las TIC como herramienta de inclusión sociolaboral y dinamización territorial. En este sentido, la persistencia de desigualdades en entornos virtuales puede derivar en situaciones de exclusión, agravadas por factores como la edad o el contexto geográfico, lo que subraya la necesidad de analizar esta problemática en áreas rurales con menor densidad poblacional. El marco teórico establece una relación directa entre el nivel de competencia digital y la empleabilidad, evidenciando que las personas desempleadas de larga duración, particularmente las de mayor edad, presentan mayores dificultades en el uso de las tecnologías. El objetivo general del estudio consiste en analizar las competencias digitales y las técnicas de búsqueda de empleo utilizadas por personas desempleadas de larga duración residentes en entornos rurales de Gran Canaria, mientras que los objetivos específicos pretenden identificar el nivel competencial, las herramientas digitales empleadas y las posibles diferencias según la edad. En coherencia, se plantean tres hipótesis: la existencia de brecha digital por capacitación —niveles básicos de competencias—, por uso —empleo limitado de herramientas digitales— y la presencia de diferencias en función de la edad. La investigación adopta una metodología mixta, combinando un enfoque cuantitativo —mediante el test Europass de competencias digitales— y cualitativo, a través de entrevistas semiestructuradas, aplicadas a una muestra intencional de doce personas en desempleo de larga duración. Los resultados confirman las dos primeras hipótesis, evidenciando niveles competenciales mayoritariamente básicos e intermedios bajos, así como un uso restringido de herramientas digitales, centrado en redes sociales y el envío de currículum. En relación con la edad, se observan mejores resultados en el grupo más joven, aunque sin diferencias elevadas.

TECNOLOGÍA, AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN JÓVENES

Patricia Ayllón Salas

En la actualidad, el uso intensivo de tecnologías digitales forma parte de la vida cotidiana de los jóvenes y, aunque ofrece múltiples oportunidades formativas y de socialización, también se ha asociado con un incremento del malestar psicológico. La exposición constante a estímulos, la presión por responder de forma inmediata, la comparación en las redes sociales y la dificultad para desconectar pueden favorecer niveles más elevados de estrés, ansiedad, fatiga emocional y dificultades en el bienestar subjetivo de los estudiantes. En este contexto, las estrategias de afrontamiento, entendidas como los esfuerzos cognitivos y conductuales dirigidos a gestionar demandas internas o externas percibidas como desbordantes para los recursos personales, adquieren una especial relevancia en relación con la salud mental del estudiantado.

La literatura distingue entre estrategias adaptativas y desadaptativas. Las estrategias adaptativas, como la resolución activa de problemas, la búsqueda de apoyo social y la reestructuración cognitiva, actúan como factores protectores frente al estrés, favorecen el bienestar psicológico y se asocian con una mayor satisfacción vital. Por el contrario, las estrategias desadaptativas, como la evitación, la autoinculpación o la desconexión mental, pueden proporcionar un alivio inmediato, pero se relacionan con un aumento del malestar a medio y largo plazo, así como con mayores niveles de síntomas depresivos y ansiedad. Las estrategias de afrontamiento que abordan de forma activa los pensamientos y emociones vinculados al estresor se asocian con una mejor adaptación a las situaciones adversas, mientras que aquellas centradas en la evitación suelen relacionarse con una peor adaptación. En este proceso, la flexibilidad psicológica constituye un mecanismo clave, ya que permite ajustar las estrategias de afrontamiento a las demandas específicas de cada contexto, lo que favorece niveles más elevados de bienestar psicológico. En el ámbito académico, la evidencia ha mostrado que los estudiantes que recurren con mayor frecuencia a estrategias evitativas presentan mayores niveles de estrés y ansiedad, un menor bienestar psicológico y un peor rendimiento académico. En consecuencia, resulta necesario diseñar, implementar y evaluar intervenciones formativas orientadas a fortalecer el uso de estrategias de afrontamiento adaptativas. En este sentido, las instituciones educativas deben promover espacios de capacitación que doten al estudiantado de recursos para afrontar los retos de la era digital, con el fin de favorecer su salud mental, su desarrollo integral y un bienestar sostenible a lo largo de la vida adulta.

CUANDO LA ESCUELA ELIMINA EL TALENTO: DOBLE EXCEPCIONALIDAD E INVISIBILIDAD ESTRUCTURAL

Meirinhos, Manuel

El trabajo analiza críticamente la relación entre el modelo escolar tradicional y la neurodiversidad, centrándose especialmente en el concepto de doble excepcionalidad (2e), que describe a niños con altas capacidades intelectuales que, simultáneamente, presentan trastornos del neurodesarrollo como dislexia, TDAH o autismo. A partir de una revisión de literatura reciente (2021–2025), se sostiene que la escuela actual, heredera del modelo industrial del siglo XIX, resulta estructuralmente incompatible con perfiles cognitivos asimétricos. El trabajo argumenta que, a pesar de la incorporación de tecnologías digitales, la organización escolar sigue basada en la homogeneización, la estandarización y la transmisión uniforme del conocimiento. Este modelo entra en conflicto con las competencias necesarias en la sociedad digital y en la era de la inteligencia artificial, como la creatividad, el pensamiento crítico o la resolución de problemas.

Uno de los principales aportes del artículo es la identificación de seis mecanismos interrelacionados que contribuyen a la invisibilización y supresión del talento en estudiantes 2e. En primer lugar, el efecto de enmascaramiento impide su correcta identificación, ya que las altas capacidades y las dificultades se compensan entre sí. En segundo lugar, la pedagogía tradicional prioriza la remediación del déficit en lugar de desarrollar el talento. En tercer lugar, los sistemas de evaluación estandarizados penalizan estos perfiles, al medir principalmente lo que el alumno no puede hacer. Además, la falta de formación docente específica provoca que los profesores no reconozcan el potencial de estos estudiantes, centrando su atención en los problemas académicos o conductuales. A esto se suma un impacto socioemocional negativo acumulativo, caracterizado por baja autoestima, autoconcepto deteriorado y desmotivación, que puede llevar a la inhibición del talento. Finalmente, la ausencia de políticas educativas específicas perpetúa esta situación, manteniendo a estos alumnos invisibles dentro del sistema. El artículo concluye que estos mecanismos no actúan de forma aislada, sino que configuran una trayectoria sistémica de supresión del potencial. En este sentido, la escuela no solo falla en desarrollar el talento, sino que contribuye activamente a su desaparición. Ante una sociedad que cada vez valora más las capacidades asociadas a la neurodiversidad, esta situación supone un coste social significativo. Como respuesta, se defiende la necesidad urgente de transformar el sistema educativo hacia un modelo centrado en las fortalezas, que reconozca la neurodiversidad como un recurso y no como un déficit, promoviendo así el desarrollo integral del potencial de estos estudiantes.

AUTORREGULACIÓN COMO FACTOR PROTECTOR EN LA ERA DIGITAL

Patricia Ayllón Salas

La autorregulación se define como la capacidad de inhibir impulsos dominantes, modificando pensamientos, sentimientos y comportamientos en función de los objetivos a largo plazo. Es una habilidad fundamental que comienza a desarrollarse durante la infancia y continúa desarrollándose hasta la adolescencia, siendo un predictor clave de resultados futuros en áreas personales, académicas, y profesionales (p.e., el éxito académico, la estabilidad laboral o la salud mental). En la era digital actual, los jóvenes enfrentan desafíos únicos. Las investigaciones indican que el exceso de tiempo frente a la pantalla se asocia significativamente con menores niveles de autorregulación, presentando como problemas como la falta de atención. El sedentarismo y el aumento de la exposición digital, exacerbados por eventos como la pandemia causada por la COVID-19, han incrementado los riesgos de ansiedad, depresión y problemas de conducta. Para entender su impacto en la salud mental, se distinguen dos formas de autorregulación:

(a) el control con esfuerzo (i.e., un proceso biológico e inconsciente) y (b) la autorregulación intencional (i.e., una coordinación intencional de pensamientos y acciones para alcanzar metas). Ambas son vitales para promover una salud mental positiva. La autorregulación actúa como un factor protector que permite a los adolescentes manejar el estrés y la adversidad, reduciendo la probabilidad de desarrollar problemas de externalización, como la agresividad. En este sentido, son numerosas las intervenciones que se están diseñando e implementando para desarrollar las habilidades de autorregulación en niños/as y jóvenes. En este ámbito cabe destacar paradójicamente el papel de la tecnología dado su creciente uso para entrenar estas habilidades. El mindfulness asistido digitalmente mediante Inteligencia Artificial, la realidad virtual y dispositivos de neurofeedback permiten que los jóvenes monitoreen sus estados mentales en tiempo real.

Estas herramientas ayudan a transformar las reacciones automáticas e incontrolables ante estímulos estresantes en respuestas conscientes y reguladas, mejorando la flexibilidad cognitiva y la resiliencia. En conclusión, fomentar la autorregulación es esencial para proteger la salud mental de las nuevas generaciones. Por tanto, la investigación en el ámbito de la intervención es necesaria para promover estas habilidades, empoderando a los jóvenes en su propio proceso de autogestión emocional y conductual en la era digital.

ANÁLISIS DEL PERFIL DE USUARIOS EN TALLER COGNITIVO PARA ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

Marina Calleja Reina | Ana Porras Bandrés

El envejecimiento poblacional constituye uno de los principales retos sociodemográficos actuales, lo que ha impulsado el desarrollo de iniciativas orientadas a la promoción de la salud a lo largo del ciclo vital. En este contexto, los centros educativos no solo desempeñan un papel clave en las etapas iniciales de la vida, sino también en la edad adulta y avanzada, configurándose como espacios idóneos para la implementación de proyectos de promoción de la salud. En particular, los programas universitarios dirigidos a personas mayores, como el Aula +55 de la Universidad de Málaga, representan entornos educativos que favorecen el envejecimiento activo mediante la estimulación cognitiva, el fomento de hábitos de vida saludables y el fortalecimiento del bienestar psicológico. El presente estudio se enmarca en un proyecto de promoción de la salud desarrollado en este contexto educativo y tiene como objetivo describir el perfil de los usuarios del Taller de Estimulación de Memoria en relación con sus hábitos saludables, nivel de reserva cognitiva y grado de preocupación ante posibles fallos de memoria. La muestra estuvo compuesta por 52 participantes (69,2% mujeres y 30,8% hombres), con una media de edad de 68,4 años (DT = 6,88). La mayoría se encontraba jubilada (96%), con distintos periodos desde la finalización de su actividad laboral. Para la recogida de datos se utilizaron el cuestionario de quejas subjetivas de memoria, un cuestionario de hábitos diseñado ad hoc y un instrumento de evaluación de la reserva cognitiva. Los análisis estadísticos, realizados mediante Jamovi. Los resultados mostraron diferencias significativas en función del sexo en actividades como viajar y asistir a espectáculos, así como diferencias según la situación laboral en hábitos lectores y preocupación por la memoria. En función de los años de jubilación, se observaron variaciones en la frecuencia de escritura y la práctica de ejercicio físico. Asimismo, se identificaron diversas correlaciones significativas entre variables de salud, estilos de vida y bienestar psicológico, destacando la relación entre ejercicio físico, calidad de la dieta y actitud positiva. En conclusión, los hallazgos evidencian el potencial de los entornos educativos como agentes activos en la promoción de la salud en población mayor, subrayando la importancia de integrar programas de estimulación cognitiva dentro de estrategias educativas orientadas al envejecimiento saludable.

COORDINACIÓN INTERPROFESIONAL Y APOYOS PARA PERSONAS CON NECESIDADES COMUNICATIVAS

Marina Calleja Reina | Dolores María Peñalver Díaz | María Sotillo Méndez

Las personas con necesidades complejas de comunicación constituyen un colectivo especialmente vulnerable, con mayor riesgo de exclusión en el acceso a una atención sanitaria y educativa adecuadas. En este contexto, la coordinación interprofesional y la disponibilidad de apoyos comunicativos especializados resultan elementos clave para garantizar una atención integral, equitativa y centrada en la persona. El presente estudio se ha realizado en el seno de la red temática internacional Recursos e Indicadores de Comunicación Inclusiva (RICOMIN), y tiene como objetivo analizar la percepción familiar sobre la coordinación entre profesionales, así como describir los perfiles comunicativos, los contextos educativos y los apoyos recibidos en esta población. Se llevó a cabo un estudio descriptivo con una muestra de 19 participantes, compuesta mayoritariamente por madres (57,9%), seguidas de padres (15,8%) y otros cuidadores (26,3%). El 84,2% de los casos contaba con diagnóstico previo. Los resultados evidencian una alta heterogeneidad en las manifestaciones comunicativas: el 31,6% de las personas no se comunicaba de forma funcional, el 36,8% utilizaba vocalizaciones, el 21,1% presentaba habla con dificultad y solo una minoría (10,5%) empleaba sistemas de comunicación aumentativa y alternativa (CAA), lo que incrementa su vulnerabilidad y dependencia de apoyos específicos. En cuanto al contexto, unas personas estaban escolarizadas en centros de educación especial (63,2%), en educación primaria (15,8%) y en aula específica (15,8%), y la inmensa mayoría residía en entorno familiar (90%). Los servicios más frecuentes fueron logopedia y apoyos especializados (PT y AL), si bien las valoraciones familiares sobre la coordinación interprofesional fueron moderadas (medias entre 2,32 y 2,84), identificándose carencias en el acceso compartido a la información, la continuidad asistencial y el uso de herramientas comunes de coordinación. Asimismo, se detectaron limitaciones en la disponibilidad y actualización de los sistemas de comunicación aumentativa y alternativa. En conclusión, los resultados ponen de manifiesto la existencia de barreras estructurales y organizativas que pueden incrementar el riesgo de exclusión de este colectivo, subrayando la necesidad de fortalecer la coordinación sociosanitaria, y garantizar el acceso equitativo a apoyos comunicativos especializados, como elementos clave en la oferta de apoyos a poblaciones con necesidades complejas de comunicación.

VALIDACIÓN DE UN PROGRAMA DE HABILIDADES BLANDAS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PRIMER AÑO

Ofelia Calero Escurra | Alberto Quintana Peña | Lucero Baltazar Jara | Ulises Portal Saavedra

El presente estudio tuvo como objetivo evaluar la eficacia de un programa de desarrollo de habilidades blandas en estudiantes universitarios de primer año, en el marco del modelo de formación integral orientado a la adaptación académica y el bienestar. Mediante un diseño cuasiexperimental de series cronológicas con múltiples grupos de 20 participantes, se aplicó una intervención estructurada en 6 sesiones a 308 estudiantes de ambos sexos, evaluando las competencias personales y sociales (Escala CPS, Brea, 2011) y la felicidad (Escala de Felicidad, Alarcón, 2006) antes y después del programa. Los resultados mostraron mejoras estadísticamente significativas ($p < .001$) en todas las dimensiones evaluadas. En competencias personales y sociales, se encontraron tamaños del efecto grandes en Liderazgo ($r_c = .52$), Comportamiento ante el conflicto ($r_c = .52$), Empatía ($r_c = .55$) y en la puntuación global ($r_c = .68$), con efectos medianos en Autoestima, Habilidad para relacionarse y Organización-Orden.

En la Escala de Felicidad, la puntuación total presentó un tamaño del efecto grande ($r_c = .50$). El programa demostró ser efectivo para fortalecer el perfil psicosocial de los estudiantes durante la fase crítica de transición universitaria, reduciendo el impacto del "choque del primer semestre". Los hallazgos confirman la maleabilidad de las habilidades blandas mediante intervenciones estructuradas y respaldan la necesidad de integrar estos programas en el currículo de estudios generales para promover el bienestar estudiantil y reducir el riesgo de deserción temprana.

ENTRE LA BALADA Y EL TRAP: REPRESENTACIONES AFECTIVO-SEXUALES EN REDES DE COOCURRENCIA DE ADOLESCENTES PERUANOS SEGÚN SUS PREFERENCIAS MUSICALES

Alberto Quintana Peña | Ofelia Calero Ecurra | Lucero Baltazar Jara | Ulises Portal Saavedra

Con el objetivo de examinar la relación entre las preferencias musicales de adolescentes peruanos y sus representaciones sobre amor, sexualidad y género. Se examinaron mediante la técnica de Redes Semánticas Naturales a 538 adolescentes, quienes emitieron palabras asociadas a estímulos como enamorado, hombre, mujer y sexo, además de declarar sus géneros musicales de preferencia. Los datos fueron procesados con KH Coder para construir redes de co-ocurrencia analizadas en función de nodos, frecuencia y estructura de clusters. Los resultados mostraron que la balada constituyó un nodo central que articula representaciones ambivalentes del enamoramiento, integrando aspectos positivos (amor, confianza) y negativos (maltrato, peleas). Se evidenció una diferenciación semántica por género musical: bachata y balada se asociaron a representaciones femeninas marcadas por la ambivalencia, mientras que hip hop y trap se vincularon a nociones masculinas de fuerza y responsabilidad. Según el género del participante, las mujeres presentaron una red densa que integra afectos, conflictos y consecuencias como el embarazo, mientras que los varones mostraron una estructura más centrada en lo físico (sexo, excitación) y un ideal de relación de pareja poco elaborado. Las preferencias musicales operaron como marcadores identitarios de género: las mujeres se inclinaron por géneros melódicos (Balada, Bachata, Pop) y los varones por una mayor diversidad (Rock, Trap, Cumbia), aunque con puntos de convergencia que sugieren hibridación cultural. Los hallazgos confirman que las representaciones afectivo-sexuales se configuran en la intersección entre mandatos de género y narrativas musicales, organizándose en torno a la intimidad, la pasión y el compromiso. El estudio aporta evidencia empírica sobre el papel central de la música que consumen en la construcción simbólica de la vida en pareja los adolescentes, con implicaciones para futuras intervenciones educativas en salud afectivo-sexual.

LA SUSTITUCIÓN COMPETITIVA COMO PARADIGMA PREVENTIVO: PROPUESTAS DE OCIO SIGNIFICATIVO FRENTE AL USO ABUSIVO DE PANTALLAS EN LA ADOLESCENCIA.

Juan Carlos Rodríguez Rodríguez | Josefina Rodríguez Góngora | José Antonio Rodríguez Rodríguez | Juan Carlos Rodríguez Rodríguez | Julia Martínez González

El actual ecosistema digital ha transformado la arquitectura de la socialización adolescente, consolidando a las redes sociales y los entornos virtuales como los principales espacios de interacción. Ante este fenómeno, gran parte de la literatura científica y de las políticas públicas de la última década ha adoptado una postura predominantemente reactiva y patologizadora, centrada en la "demonización" del dispositivo y en la restricción punitiva como única vía de intervención. Este enfoque, sin embargo, suele ignorar las necesidades del desarrollo evolutivo, como la búsqueda de autonomía, la pertenencia al grupo de iguales y la gestión del tiempo libre, generando a menudo un efecto de reactancia psicológica que deteriora el vínculo entre el adolescente y sus figuras de referencia.

El presente trabajo propone un cambio de paradigma radical: pasar de la prohibición a la sustitución competitiva. Desde una perspectiva psicológica basada en la Teoría de la Autodeterminación, se argumenta que el uso abusivo de pantallas no es una causa aislada, sino frecuentemente un síntoma de la carencia de alternativas de ocio físico, social y creativo que resulten accesibles y estimulantes. El estudio analiza cómo el entorno urbano y social influye en el "refugio digital" y defiende que la prevención más eficaz consiste en ofrecer entornos de ocio que sean funcionalmente incompatibles con el aislamiento del smartphone.

La propuesta se articula en torno a la responsabilidad compartida entre administraciones públicas y familias. Por un lado, se insta a las instituciones a garantizar el derecho al ocio mediante la creación de espacios autogestionados, deportes no competitivos y oferta cultural gratuita que compita en atractivo con el algoritmo. Por otro lado, se redefine el papel de la familia, alejándola del rol de "policía digital" para convertirla en facilitadora de experiencias compartidas de alto valor emocional.

En conclusión, este artículo presenta un modelo de intervención abierto y factible que no busca eliminar la tecnología, sino integrarla de forma saludable al fortalecer el "mundo offline". Al dotar al adolescente de una oferta de vida real vibrante y accesible, se promueve una autorregulación orgánica basada en la libertad de elección, mejorando la competencia social, la calidad del sueño y el bienestar emocional integral de la población juvenil.

INCLUIR LA MÚSICA EN EL AULA: UNA HERRAMIENTA DE INCLUSIÓN Y ACTIVACIÓN SOCIAL

Álvaro Sanz Fernández

En el contexto de la Educación Transformadora, donde el aula debe convertirse en un espacio de inclusión, bienestar emocional y activación social, la implementación sistemática de escuchas musicales al inicio de cada sesión emerge como una estrategia sencilla y potente. Esta simple propuesta propicia que surjan nuevas relaciones entre el alumnado, así como que se fomente un buen ambiente en el aula, se desarrolle el sentido crítico o se exploren nuevos horizontes estéticos, entre otros tantos beneficios.

Objetivos

Evaluar el impacto de la escucha musical sistemática en la motivación, concentración y cohesión grupal.

Analizar sus efectos en el bienestar emocional, la inclusión social y la activación del alumnado.

Demostrar cómo esta práctica contribuye a una educación más transformadora y humana en la era post-pandemia.

Metodología

Se emplea una investigación-acción con triangulación de datos: ensayos escritos individuales (perspectiva inicial), grupos focales (reflexión colectiva) y observación participante de la docente-investigadora. Es imprescindible un estudio de la dimensión etnográfica -del profesor ergo investigador- y autoetnográfica -del propio alumnado-.

Resultados y discusión

Por mi praxis docente y algunos estudios análogos, esta praxis muestra mejoras tangibles y consistentes:

mayor motivación y participación, refuerzo del sentido de pertenencia y cohesión grupal, mejora del bienestar emocional y gestión del estrés, aumento de la concentración y rendimiento académico, y desarrollo del pensamiento crítico al debatir las letras de las canciones. La práctica fomenta la diversificación de gustos musicales y la exploración de nuevos artistas, creando un entorno más inclusivo y empático. Estos hallazgos alinean con la literatura sobre regulación emocional y cohesión social a través de la música.

Conclusiones

Incluir la música en el aula, ya sea como ritual de bienvenida -como ocurre en las "asambleas" de Ed.Infantil-, recompensa por desempeño, desahogo, etc., transforma el aula en un espacio de inclusión y

activación social real. Es una herramienta accesible, de bajo coste y alto impacto que responde a las necesidades emocionales y sociales del alumnado actual, contribuyendo directamente a una educación superior más transformadora, equitativa y centrada en el ser humano tanto en la academia como en su vida diaria.

EDUCAR EN LA "CONFUSIÓN PRODUCTIVA": UN NUEVO RECURSO DIDÁCTICO PARA TRANSFORMAR LA DUDA EN UNA HERRAMIENTA

Álvaro Sanz Fernández

Introducción y problemática En un contexto sociotecnológico que evoluciona año a año, cada vez más funciones cognitivas y operativas se ponen en manos de la IA o cualquier agente tecnológico de asistencia humana. Los emplazamientos están cada vez más disueltos en virtud de espacios digitales que vuelven indistinguible las funciones de fondo de las instituciones y la vida cotidiana. No obstante, desde la academia se siguen impartiendo competencias con una pretensión de uso casi exclusivamente curricular, esto es, de aplicación circunscrita al aula o a la labor profesional. Así, esta propuesta se presenta como una alternativa crítica a los aprendizajes basados en proyectos (ABP), metodologías tradicionales, metodologías libres (flipped classroom, Montessori, Regio Emilia, etc.) y, en definitiva, a cualquier paradigma que ignore el componente humano y transformador del conocimiento. Igualmente, se opone a la transmisión teórica inerte del mismo. De este modo, la presente comunicación ofrecerá una alternativa basada en la dialéctica y la retórica propuesta en la mayéutica socrática, vivificada al presente y actualizada acorde a los nuevos avances en materia de psicopedagogía.

Metodología Al proponer una rehabilitación científicamente informada de la mayéutica, se utilizará -en términos actuales- un enfoque investigación-acción cualitativa, de carácter exploratorio y descriptivo, con enfoque de estudio de caso único -en lo particular- extrapolable al grupo -en lo general-. Para cimentar un plano de acción teóricamente sólido, se realizará una revisión crítica de la literatura y, por último, para constatar la efectividad de esta propuesta, un análisis cualitativo etnográfico -del profesor ergo investigador- y autoetnográfico -del alumnado-.

Discusión y prospectiva La implementación de esta propuesta presenta varios inconvenientes y resistencias como, por ejemplo, la adaptación de una metodología basada en la sofística más relativista dentro de un marco curricular cerrado; la preferencia por la aproximación sensible ergo emocional -ergo fijada en el tiempo- al abordaje teórico; la adecuación y formación necesaria del profesorado para poder ser docente al mismo tiempo que investigador al mismo tiempo que mediador. No obstante, se cree por la vía de los hechos que las mejoras que esta propuesta puede conllevar en el alumnado, además de ser muy notorias dentro del aula, podrían permear a su vida cotidiana y, así, transformar y mejorar su día a día.

EL PAPEL DEL MINDFULNESS EN LA AUTOEFICACIA ACADÉMICA DE UNIVERSITARIOS MEXICANOS

Diana Isabel Cabrera Aguilar | Mirsha Alicia Sotelo Castillo | Jesús Ocaña Zúñiga | Laura Fernanda Barrera Hernández

La regulación cognitiva y emocional que dota la autoeficacia académica en la población universitaria se ha visto obstaculizada por diversas problemáticas psicoeducativas, lo que compromete el desempeño académico y permanencia de los estudiantes en el sistema educativo (Abarca-Castro & Talavera-Peña, 2025). Una habilidad que puede aportar al aumento de la autoeficacia académica de los universitarios, y al mismo tiempo, beneficiar la regulación cognitiva y los hábitos saludables en sus actividades académicas es el mindfulness, ya que la variable transforma los procesos psicológicos (atención, memoria, inteligencia, etc.) en capacidades funcionales para subsistir en situaciones bajo estrés y ansiedad (Bishop et al., 2004).

Objetivos. Identificar la relación entre la autoeficacia académica y el mindfulness en estudiantes universitarios, así como comparar ambas variables en función de los estados de Sonora y Chiapas.

Método. El estudio se conformó por 153 estudiantes universitarios (el 58.8% mujeres y el 41.2% hombres) con edad media de 20.31 años, el 68% residían en el estado de Sonora y el 32% en el estado de Chiapas. Se empleó la Escala de Autoeficacia Percibida Específica en Situaciones Académicas para evaluar la autoeficacia académica y el instrumento Mindful Attention Awareness Scale para medir el mindfulness.

De acuerdo a la distribución anormal de los datos se optó por utilizar la prueba U de Mann-Whitney (muestras independientes) para la comparación por zona geográfica y rho de Spearman para generar la correlación entre las variables. **Resultados.** En la comparación realizada por zona geográfica se encontró en el mindfulness una diferencia significativa ($M = 3.27$, $p = .000$), donde los universitarios de Sonora puntuaron una media más alta que los de Chiapas y el tamaño del efecto de este hallazgo se clasificó grande (Cohen, 2013). Por otro lado, se determinó que el mindfulness y la autoeficacia académica se relacionaron positivamente con una magnitud baja ($r = .233$, $p < .004$). **Conclusiones.** Respecto al hallazgo se puede asumir que, cuanta mayor presencia, concentración y cuidado tengan los estudiantes en sus acciones diarias también habrá un aumento en la propia confianza de sus capacidades para concretar sus actividades, proyectos y exámenes académicos en la trayectoria universitaria. Se recomienda implementar programas basados en las prácticas mindfulness en la educación superior, ya que pueden mejorar significativamente el aprendizaje, permiten enfrentar desafíos emocionales, desarrollar la autorregulación de emociones y mejoran el entorno educativo de enseñanza, lo que permite un desarrollo cognitivo, físico, emocional y social (Muñoz Mirabá et al., 2024).

EL TRABAJO SOCIAL SANITARIO EN LA PLANIFICACIÓN ANTICIPADA DE DECISIONES

Del Pino García, Jonay; Díaz Bolaños, Carmen Delia; Martel Martel, María del Rosario

Introducción. En el presente trabajo se pretende llevar a cabo una revisión sistemática acerca del papel desarrollado por el trabajo social sanitario dentro de la planificación anticipada de decisiones y la elaboración del documento de voluntades anticipadas con pacientes que padecen una enfermedad crónica avanzada. **Metodología.** Para su elaboración, se han seguido las indicaciones propuestas por el método PRISMA 2020. La búsqueda para identificar y seleccionar los documentos incluidos se ha realizado en las bases de datos científicas WOS, SCOPUS y PubMed, atendiendo a los criterios: año de publicación (2019-2014), tipo de documento (artículos científicos) e idiomas (español e inglés). Finalmente, teniendo en consideración los criterios de inclusión y exclusión, se han incluido en la presente revisión sistemática un total de 10 artículos que han permitido responder al objetivo general y a los específicos planteados.

Resultados. Los resultados obtenidos a través del análisis del contenido de las investigaciones científicas seleccionadas han permitido destacar la figura del trabajador social sanitario dentro de la planificación anticipada de decisiones. A través de sus habilidades y conocimientos profesionales propios de la disciplina, ocupan una posición idónea para entablar este tipo de conversaciones con un alto carácter de sensibilidad, y acompañar, tanto al paciente como a su entorno, en el proceso de reflexión hacia los contenidos a incluir dentro del documento de voluntades anticipadas. Por otro lado, en cuanto a las estrategias y buenas prácticas, se coincide mayormente en la importancia de preparar la intervención previamente y en la formación continuada de los profesionales. **Conclusiones.** A partir de la realización de la revisión sistemática, se ha podido realzar el rol esencial que desarrollan los trabajadores sociales sanitarios a la hora de abordar las conversaciones acerca las voluntades anticipadas, así como de defender el derecho de autonomía y autodeterminación de la población atendida. Aun así, también se pone de relieve la falta de visibilidad existente a pesar de sus aportaciones para lograr una asistencia de calidad, por lo tanto, es necesario elaborar nueva literatura vinculada a la materia, y, además, se destaca la necesidad de un cambio de paradigma en las intervenciones vinculadas a la planificación anticipada de decisiones.

IMPACTO DE LOS PROCESOS DE COACHING EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DOCENTE EN CONTEXTOS DE EDUCACIÓN ESCOLAR NO UNIVERSITARIA: UNA REVISIÓN DE INTERVENCIONES Y MODELOS BASADOS EN LA EVIDENCIA

Bellido Bautista, Juan Gabriel

Introducción

El bienestar del profesorado de enseñanza básica y media se ha visto seriamente comprometido en la última década (Gałazka & Jarosz, 2021). Investigaciones recientes indican que factores como la falta de seguridad psicológica y la desatención a las necesidades emocionales están afectando especialmente a las nuevas cohortes de docentes, como la Generación Z (Heilman, 2025). En este contexto, el agotamiento emocional y la pérdida de autoeficacia han derivado en altas tasas de burnout y abandono profesional.

Frente a esta problemática, el coaching emerge como una intervención estratégica que trasciende la mejora instructiva para enfocarse en el desarrollo de recursos personales y la resiliencia (Green et al., 2007).

Esta revisión analiza la efectividad de diversas modalidades de coaching en la promoción de la salud mental, la formación de profesionales con enfoque en estilos de vida saludables y el fortalecimiento del propósito profesional del docente, atendiendo a la educación transformadora.

Objetivo. El objetivo principal de esta investigación es analizar la evidencia científica disponible sobre la aplicación de procesos de Life Coaching y coaching educativo, evaluando su impacto en dimensiones críticas del bienestar (resiliencia, esperanza y autoeficacia) en docentes de centros de educación infantil, primaria y secundaria.

Método. Se llevó a cabo una revisión sistemática y análisis crítico las fuentes documentales seleccionadas por su relevancia temática y rigor metodológico. La muestra analizada incluye ensayos controlados, estudios de caso cualitativos y revisiones teóricas. encontrados en PsycInfo, Scopus y Web of Science (WOS). Para evaluar la calidad de la evidencia, se aplicaron criterios de control de sesgo, analizando la presencia de grupos control, el tamaño muestral y la validez de los instrumentos psicométricos utilizados (tales como el DASS-21, SWLS y PVS-II).

Resultados y conclusiones. Los hallazgos revelan que las intervenciones basadas en el Coaching Cognitivo-Conductual (CBC) y la Psicología Positiva son las que presentan una mayor robustez estadística, logrando incrementos significativos en los niveles de resiliencia y esperanza ($p < .05$). Asimismo, el Emotion Coaching se identifica como una herramienta eficaz para la reducción del distrés emocional mediante la mejora de la autorregulación. Los resultados cualitativos destacan que el co-mentoring y la supervisión basada en la Inteligencia Emocional (modelo GROW) fomentan una cultura de apoyo mutuo que reduce el aislamiento profesional. No obstante, se observa que la efectividad de estas intervenciones está condicionada por la cultura organizacional y la disponibilidad de tiempo protegido para el docente.

PERFILES DE AUTOEFICACIA Y DISFRUTE EN ACTIVIDAD FÍSICA: UN ANÁLISIS DE CLÚSTERES

Ricardo Sandoval Domínguez | Sonia Beatriz Echeverría Castro | Margarita Eduvigis Mendívil Aragón | Jesús Bernardo Miranda Solís.

La autoeficacia para la actividad física (AF) es una variable que se relaciona con los altos niveles de actividad física en niños. La autoeficacia para superar las barreras a la actividad física interactúa con otras creencias sobre la actividad física (es decir, la percepción de las barreras y el entorno percibido) y con los cambios en los objetivos de participación en la actividad física, es decir, el disfrute, la apariencia, la forma física (Dishman et al., 2019). La autoeficacia y el disfrute de la actividad física son dos elementos que se relacionan con la práctica de actividad física en los niños de educación primaria, siendo la autoeficacia para la AF una variable mediadora entre el disfrute de la AF y otros factores ambientales y sociales con la AF (Sandoval et al., 2025). Los análisis de conglomerados revelaron dos grupos con niveles alineados de aptitud física y disfrute de la actividad física (es decir, relativamente bajos-bajos y relativamente altos-altos) y dos grupos con niveles no alineados (es decir, relativamente bajos-moderados y relativamente altos-moderados), respectivamente (De Meester, et al., 2022). Los estudiantes con escaso disfrute de la AF, baja autoeficacia motriz y un nivel bajo de frecuencia en su práctica tienen más probabilidades de suspender la Educación Física (EF). Por lo tanto, la calificación de los alumnos en EF aumentó conforme acrecentó el placer que experimentaron con la AF, la autoeficacia motriz y el grado de AF ejecutada. El placer por la AF fue la variable más importante entre estas, ya que mostró una correlación más fuerte con el rendimiento académico en EF (Fraile et al., 2019). El objetivo fue identificar y caracterizar en conglomerados de personas según sus niveles de autoeficacia, disfrute y actividad física, mediante un análisis de clúster, con el fin de comprender patrones diferenciados de conducta físicamente activa.

Participaron 420 niños de educación primaria que oscilaban entre las edades de 8-12 años. Los resultados sugieren la presencia de dos perfiles diferenciados de participantes: un grupo con menor implicación en la actividad física y menor motivación asociada, y otro grupo con mayores niveles de actividad física, autoeficacia y disfrute. Se concluye que las variables psicológicas autoeficacia y disfrute de la actividad física tiene una relación significativa con los niveles de actividad física. Por lo que se tienen que elaborar intervenciones basadas en estos constructos psicológicos e incluir factores ambientales y sociales los cuales también explican el comportamiento físicamente activo de los individuos.

REDES SOCIALES Y BIENESTAR ADOLESCENTE EN LA ERA DIGITAL: ESTUDIO PILOTO Y MODELO PREVENTIVO DESDE EL TRABAJO SOCIAL EDUCATIVO

María del Rosario Martel Martel; | Carmén Delia Díaz Bolaños | Jonay del Pino Gracia

En la última década, el uso intensivo de las redes sociales se ha consolidado como uno de los principales entornos de socialización adolescente, reconfigurando de manera profunda las dinámicas de comunicación y pertenencia grupal. Este fenómeno ha generado un escenario ambivalente: por un lado, ofrece nuevas oportunidades de interacción, acceso a información y apoyo social; por otro, plantea riesgos significativos para el bienestar psicológico debido a la sobreexposición y a la dependencia digital.

Metodología del Estudio

Este estudio piloto analiza de forma pormenorizada la relación existente entre el uso intensivo de las redes sociales y el malestar emocional autorreportado en adolescentes escolarizados en Las Palmas de Gran Canaria (LPGC). Para alcanzar este objetivo, se empleó un diseño cuantitativo de corte transversal y carácter exploratorio. La investigación contó con una muestra representativa de jóvenes a quienes se les administró un cuestionario estructurado diseñado para evaluar cuatro dimensiones críticas:

- Tiempo de conexión: Horas diarias de exposición efectiva.
- Interferencia funcional: Grado en que el mundo digital desplaza responsabilidades académicas o familiares.
- Alteraciones del sueño: Impacto del uso nocturno en los ritmos circadianos.
- Estado emocional: Sentimientos de ansiedad, soledad o baja autoestima asociados al consumo digital.

Resultados y Hallazgos Clave

Los resultados preliminares sugieren un hallazgo fundamental para la salud pública: la interferencia funcional constituye un indicador de riesgo mucho más relevante para detectar un uso problemático que el simple tiempo de exposición aislado. Esto implica que no es tan determinante cuántas horas pasan los jóvenes conectados, sino en qué medida ese consumo sabotea sus esferas vitales y su equilibrio emocional. Se observa que aquellos adolescentes con mayor interferencia presentan niveles superiores de sintomatología ansioso-depresiva y una peor calidad del descanso. Propuesta de Intervención desde el Trabajo Social A partir de estos datos, se propone el desarrollo de un modelo preventivo comunitario liderado desde el Trabajo Social educativo. Esta propuesta no busca la prohibición del entorno digital, sino que está orientada a:

1. Promover una alfabetización digital crítica que fomente un uso saludable y consciente de la tecnología.
2. Fortalecer el bienestar emocional mediante el desarrollo de habilidades de resiliencia y gestión de la comparación social.
3. Capacitar a las familias y centros educativos para detectar señales tempranas de malestar en contextos digitales.

En conclusión, la intervención debe ser integral, abordando al adolescente no como un usuario aislado, sino como parte de un ecosistema comunitario que requiere estrategias de acompañamiento técnico para mitigar los efectos adversos de la hiperconectividad.