



Universidad
Nacional
de Córdoba

Año de la Reconstrucción
de la Nación Argentina



EX-2025-00728036- -UNC-ME#FP
ANEXO I

**Práctica de Investigación con reconocimiento de créditos académicos
Año 2025
Licenciatura en Psicología – Plan 2021**

Título del Proyecto de Investigación: Problemas de salud mental en estudiantes universitarios: factores de riesgo y efecto prospectivo sobre rendimiento académico y abandono.

Organismo científico que lo avala y N° de resolución: Subsidio de la FONCYT PICT-2019-00457 [Temas Abiertos - Equipos de Trabajo]. Fondo para la Investigación Científica y Tecnológica. (FONCYT). Res015-2021.

Director/a del Equipo: Angelina Pilatti

Título de la práctica de investigación: Evaluación de la eficacia de un programa basado en mindfulness sobre el bienestar psicológico y los síntomas de problemas de salud mental, en estudiantes universitarios/as.

Duración de la práctica: 3 (tres) meses

Número de estudiantes: 1 (uno/a)

Horas de prácticas de egreso que acredita: 60 horas - (6 créditos)

Instructores/as de practicantes:

Angelina Pilatti

Pablo Correa

Gabriela Rivarola Montejano

Funciones que desempeñarán (RHCD 131/14):

- Supervisión de las distintas tareas desempeñadas por los/as practicantes y de la actividad de evaluación parcial o final prevista en el proyecto presentado.
- Asesoramiento de los/as practicantes en las distintas etapas del proyecto.
- Coordinación de actividades de formación.
- Dictado de seminarios, plenarios, talleres, entre otros, acordes a sus líneas de investigación.
- Seguimiento del desempeño de los/as practicantes
- Dictado de los seminarios de formación sobre investigaciones en mindfulness y su efecto sobre el bienestar psicológico y los problemas de salud mental, en estudiantes universitarios/as. Específicamente, la Dra. Pilatti y el Dr. Correa estarán a cargo de los seminarios mencionados.
- Dictado de seminarios de formación sobre aspectos metodológicos (incluido análisis de datos) en investigación en mindfulness y su efecto sobre el bienestar psicológico y los problemas de salud mental, en estudiantes universitarios/as.

Específicamente, la Dra. Pilatti, la Dra. Rivarola Montejano y el Dr. Correa estarán a cargo de los seminarios mencionados.

- Dictado de seminarios-talleres donde se impartirán aspectos prácticos (confección y administración de cuestionarios online, armado de bases de datos, armado y presentación de tablas, armado y presentación de posters). Específicamente, la Dra. Pilatti y la Dra. Rivarola Montejano estarán a cargo de los seminarios mencionados.
- Supervisión de las distintas tareas desempeñadas por los/as alumnos/as y de las actividades de evaluación previstas. Específicamente, la Dra. Pilatti, la Dra. Rivarola Montejano y el Dr. Correa estarán a cargo de supervisar las tareas de investigación en las que colaboren los/as practicantes.

Sede de trabajo:

Instituto de Investigaciones Psicológicas (IIPsi-UNC-CONICET), Facultad de Psicología (UNC).

Contenidos mínimos de las prácticas de investigación

Las prácticas de investigación son espacios de acreditación de horas prácticas de egreso. Estos dispositivos garantizan formación práctica intensiva y supervisada, abocándose al abordaje de diversas competencias/habilidades/destrezas en cada etapa del ciclo formativo, e intensificando la formación práctica año a año con el objetivo de promover una construcción dialógica entre estudiantes y docentes respecto del hacer.

En ese sentido, en el CICLO SUPERIOR de la Licenciatura en Psicología se abordan de manera diferencial competencias/habilidades/destrezas que emergen como “contenidos” de tales dispositivos.

Contenidos específicos de la práctica de investigación:

Problemas de salud mental durante la adultez emergente: prevalencia y factores de riesgo.

Mindfulness y su efecto sobre el bienestar psicológico y los problemas de salud mental. Diseños de investigación en estudios sobre mindfulness.

Competencias / habilidades / destrezas previstas en el Plan de Estudios que se trabajan en la práctica: Evaluación de la intervención

Actividades profesionales que aborda o se relaciona con este espacio:

- Realizar intervenciones de orientación, asesoramiento y aplicación de técnicas psicológicas tendientes a la promoción de la salud.
- Planificar y prescribir acciones tendientes a la promoción y prevención de la salud mental en individuos y poblaciones.

Objetivos Generales:

- Promover en el/la practicante la adquisición de habilidades necesarias para la planificación, ejecución y posterior comunicación de investigaciones relacionadas al efecto de mindfulness para aumentar el bienestar psicológico y reducir síntomas de problemas de salud mental, en estudiantes universitarios/as

Objetivos Específicos:

- Promover en el/la practicante la adquisición de habilidades para la búsqueda bibliográfica, la redacción científica y el análisis de datos.

- Promover en el/la practicante la adquisición de conocimiento científico sobre los efectos de mindfulness sobre el bienestar psicológico y problemas de salud mental.
- Promover en el/la practicante la adquisición de habilidades para la confección y administración de protocolos de intervención basados en mindfulness tendientes a medir el efecto de mindfulness sobre el bienestar psicológico y los problemas de salud mental.
- Promover en los/las practicantes la adquisición de conocimientos respecto al análisis de datos y su presentación y comunicación.

Programa

Contenidos Temáticos:

- **Módulo 1:** Problemas de salud mental durante la adultez emergente: prevalencia y factores de riesgo. Ética en la investigación. Mindfulness y su efecto sobre el bienestar psicológico y los problemas de salud mental. Instrumentos para evaluar mindfulness y problemas de salud mental.
- **Módulo 2:** Metodología de la Investigación I: Diseños de investigación en estudios sobre mindfulness. Diseño de investigación experimental y por encuestas. Armado de bases de datos. Carga de datos. Análisis de datos.
- **Módulo 3:** Metodología de Investigación IV: Redacción científica y comunicación de resultados.

Bibliografía Obligatoria

Módulo 1:

- Alrashdi, D.H., Chen, K.K., Meyer, C., & Gould, R. L. (2024). A Systematic Review and Meta-analysis of Online Mindfulness-Based Interventions for University Students: An Examination of Psychological Distress and Well-being, and Attrition Rates. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 9, 211–223. <https://doi.org/10.1007/s41347-023-00321-6>
- Aranguren, M., & Irrazabal, N. (2015). Estudio de las propiedades psicométricas de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en una muestra de estudiantes argentinos. *Ciencias Psicológicas*, 9(1), 73-83.
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Cabello, R., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., & Gross, J. J. (2013). A Spanish adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(4), 234–240. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000150>
- Correa, P., Michelini, Y., Bravo, A.J., Mezquita, L., & Pilatti, A. (2023). Validation of the Spanish Version of the Five Facet Mindfulness Questionnaire in a Sample of Argentinian College Students. *Mindfulness*, 14, 1479–1492. <https://doi.org/10.1007/s12671-023-02152-1>
- Daza, P., Novy, D.M., Stanley, M.A., & Averill, P. (2002). The Depression Anxiety Stress Scale-21: Spanish Translation and Validation with a Hispanic Sample. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 24, 195–205. <https://doi.org/10.1023/A:1016014818163>

- Leonangeli, S., Michelini, Y., & Rivarola Montejano, G. (2022). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios antes y durante los primeros tres meses de cuarentena por COVID-19 [Depression, anxiety and stress in college students before and during the first three months of COVID-19 lockdown]. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2022.04.008>
- Lomas, T., Medina, J.C., Ivtzan, I. et al. A Systematic Review and Meta-analysis of the Impact of Mindfulness-Based Interventions on the Well-Being of Healthcare Professionals. *Mindfulness*, 10, 1193–1216 (2019). <https://doi.org/10.1007/s12671-018-1062-5>
- Mezquita, L., Bravo, A. J., Morizot, J., Pilatti, A., Pearson, M. R., Ibáñez, M. I., ... & Cross-Cultural Addictions Study Team. (2019). Cross-cultural examination of the Big Five Personality Trait Short Questionnaire: Measurement invariance testing and associations with mental health. *PloS One*, 14(12), e0226223. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0226223>
- Miller, M. K., Finkel, J. P., Marcus, B. N., Burgin, E., Prosek, E. A., Crace, R. K., & Bravo, A. J. (2022). Efficacy of a university offered mindfulness training on perceived stress. *Journal of Counseling & Development*, 100(3), 278-283. <https://doi.org/10.1002/jcad.12421>
- Navarrete, J., Fontana-McNally, M., Colomer-Carbonell, A., Sanabria-Mazo, J. P., Pinazo, D., Silvestre-López, A. J., Lau, M., Tanay, G., García-Campayo, J., Demarzo, M., Soler, J., Cebolla, A., Feliu-Soler, A., & Luciano, J. V. (2023). The Toronto Mindfulness Scale and the State Mindfulness Scale: psychometric properties of the Spanish versions. *Frontiers in Psychology*, 14, 1212036. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1212036>

Módulo 2:

- León, O. G., & Montero, I. (2003). *Métodos de Investigación en psicología y educación*. Madrid: McGraw Hill.
- Montero, I., & León, O. G. (2007). Guía para nombrar los estudios de investigación en psicología. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862.
- Manual Administración y Uso Plataforma LimeSurvey. Versión 5. Centro de Servicios de Informática y Redes de Comunicaciones. Edificio Mecenas. Universidad de Granada.

Módulo 3:

- Aron, A., & Aron, E. N. (2001). *Estadística para psicología*. Buenos Aires: Prentice Hall.
- Contreras, A. M., & Ochoa Jiménez, R. J. (2010) *Manual de Redacción Científica. Escribir artículos científicos es fácil, después de ser difícil: Una guía práctica*. ISBN: 978-970-764-999-6

Aspectos Metodológicos

Días y horarios de cursado:

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
13 a 15hs		13 a 17hs		

Nº de evaluaciones: 3 (tres)

Modalidad de evaluación parcial:

El/la practicante deberá completar 2 guías de actividades con calificación numérica (1 al 10). Las guías se resuelven en el marco de las actividades de los seminarios de



Universidad
Nacional
de Córdoba

Año de la Reconstrucción
de la Nación Argentina



**EX-2025-00728036- -UNC-ME#FP
ANEXO I**

formación. Cada guía de actividades girará en torno a un contenido central a desarrollar a lo largo de, aproximadamente, 3 seminarios/encuentros. Por ejemplo, la Guía correspondiente a “medición de los problemas de salud mental en estudiantes universitarios/as” estipula 2 seminarios distribuidos de la siguiente manera:

Seminario 1: aspectos teóricos relacionados a la ocurrencia de los problemas de salud mental en estudiantes universitarios/as. Instrumentos de evaluación de problemas de salud mental en estudiantes universitarios/as, con énfasis en sus propiedades psicométricas.

Seminario 2: análisis de datos y resolución de actividades sobre lo trabajado en seminarios 1 y 2.

Criterios de evaluación parcial:

Se requiere asistir, como mínimo, al 75% de los seminarios/encuentros correspondientes a cada evaluación parcial, incluyendo el seminario de resolución de actividades grupales. Cada evaluación parcial será calificada de manera numérica (1 al 10).

Modalidad de evaluación final:

Consiste en analizar datos recolectados en el transcurso de la práctica de investigación (análisis de datos sencillos) y comunicar mediante un póster los resultados obtenidos (trabajo final de finalización de la práctica). Opcionalmente, el/la practicante podrá presentar los resultados en un congreso local.

Criterios de evaluación final:

El/la practicante tendrá un tiempo de 3 meses una vez concluida la práctica para entregar el trabajo final requerido. El trabajo final de práctica se realizará durante dos seminarios de formación y bajo la guía de las/os instructoras/es de la práctica

Condiciones de aprobación de la práctica:

Estudiante promocional (según Régimen de Estudiantes RHCD 219/17)

ARTÍCULO 15°: Será considerado promocional el/la estudiante que cumpla mínimamente con las siguientes condiciones: aprobar el 80 % de los trabajos prácticos evaluativos con calificaciones iguales o mayores a 6 (seis) y un promedio mínimo de 7 (siete); aprobar la totalidad de las evaluaciones parciales, con calificaciones iguales o mayores a 6 (seis) y un promedio mínimo de 7 (siete). Las calificaciones de evaluaciones parciales y trabajos prácticos son de categorías diferentes y por lo tanto no son promediables entre sí a los fines de la promoción.

ARTÍCULO 16°: Las/los estudiantes podrán recuperar evaluaciones parciales y/o prácticas para acceder o mantener la promoción según lo estipulen las diferentes cátedras y lo reflejen en sus programas respectivos.

ARTÍCULO 17°: Esta condición implicará exigencias extras, tales como coloquio final, monografías, prácticas especializadas, trabajos de campo u otro tipo de producciones que impliquen un rol activo del estudiante, en orden a que la condición promocional no quede restringida a la mera asistencia a clases prácticas y teórico-prácticas. Estas exigencias extras podrán ser recuperadas si la cátedra así lo estableciera, lo que debe quedar explicitado en el programa/plan de formación de la asignatura.

ARTÍCULO 18°: Se podrá requerir un mínimo de asistencia a las clases prácticas y teórico-prácticas, que no podrá superar el 80% del total.

Cronograma de Actividades a realizar por cada estudiante:

	Actividades a realizar	Módulo de Contenido*	Carga horaria presencial	Carga horaria no presencial
Mes 1	Seminarios teórico-prácticos. Talleres de formación. Desarrollo de actividades de investigación: resolución de guías prácticas, recolección de datos (asistencia en la ejecución de la intervención).	2	20	3.5
Mes 2	Seminarios teórico-prácticos. Talleres de formación. Desarrollo de actividades de investigación: introducción al armado de encuestas online. Armado y carga de base de datos. Análisis de datos recolectados. redacción de resultados y confección de un cartel interactivo (póster).	3	15	3.5
Mes 3	Seminarios teórico-prácticos. Talleres de formación. Desarrollo de actividades de investigación: introducción al armado de encuestas online. Armado y carga de base de datos. Análisis de datos recolectados. redacción de resultados y confección de un cartel interactivo (póster).	3	15	3
			TOTAL DE HORAS: 50	TOTAL DE HORAS: 10

*Consignar el Módulo de Contenido Temático con el cual se corresponde

Requisitos del perfil de cada practicante

Requisitos excluyentes (deben ser constatables al momento de la inscripción)	Requisitos no excluyentes
Tener aprobada la materia Metodología de la Investigación Psicológica en el momento de la inscripción (obligatorio según reglamento RHCD N°131/14)	Lecto-comprensión de Idioma Inglés. Manejo de Paquetes Estadísticos (SPSS, STATISTICA, INFOStat)
Tener aprobadas las 60 hs de Espacios Tutorados del ciclo básico al momento de la inscripción	Manejo de herramientas informáticas (procesador de textos, planilla de cálculos, Internet, correo electrónico).



Universidad
Nacional
de Córdoba

Año de la Reconstrucción
de la Nación Argentina



Facultad de
Psicología
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CÓRDOBA

**EX-2025-00728036- -UNC-ME#FP
ANEXO I**

	Interés de desarrollar trabajos de investigación e intervención sobre mindfulness y salud mental.
	Disponibilidad y flexibilidad horaria.



Universidad Nacional de Córdoba
2025

Hoja Adicional de Firmas
Anexo Firma Ológrafa

Número:

Referencia: ANEXO PI Pilatti Plan 21 -

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 7 pagina/s.