



Universidad  
Nacional  
de Córdoba

Año de la Reconstrucción  
de la Nación Argentina



**EX-2025-00223655- -UNC-ME#FP**

**ANEXO**

**Prácticas de Investigación con reconocimiento de créditos académicos -2025-**

**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.

**N° de estudiantes a incorporar:** 2 (dos)

**Duración de la práctica:** 3 (tres) meses

**N° de créditos académicos reconocidos a estudiantes:** 6 créditos (60 horas)

**Instructores/as designados/as:**

Angelina Pilatti

Pablo Correa

Gabriela Rivarola Montejano

**Funciones que desempeñarán (RHCD 131/14):**

- 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.



Universidad  
Nacional  
de Córdoba

Año de la Reconstrucción  
de la Nación Argentina



**EX-2025-00223655- -UNC-ME#FP**

## **ANEXO**

- 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).

### **Plan de estudios**

Plan 1986

### **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.

### **Objetivos Pedagógicos**

#### **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**

- 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

**EX-2025-00223655- -UNC-ME#FP**

## **ANEXO**

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 Mecenaz. 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**



**EX-2025-00223655- -UNC-ME#FP**

**ANEXO**

**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 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 poster 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)**

**EX-2025-00223655- -UNC-ME#FP**

**ANEXO**

*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 promediabiles 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 sí 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:**

	<b>Actividades a realizar</b>	<b>Módulo de Contenido</b>	<b>Carga horaria presencial</b>	<b>Carga horaria no presencial</b>
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



**EX-2025-00223655- -UNC-ME#FP**

**ANEXO**

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
			<b>TOTAL DE HORAS: 50</b>	<b>TOTAL DE HORAS: 10..</b>

**Perfil de el/la Postulante:**

Los requisitos excluyentes solicitados por los equipos de investigación deberán ser constatables al momento de la inscripción y no podrán exceder los conocimientos brindados en la carrera de Licenciatura en Psicología.

**Requisitos del perfil de cada practicante**

<b>Requisitos excluyentes (deben ser constatables al momento de la inscripción)</b>	<b>Requisitos no excluyentes</b>
<i>Tener aprobada la materia Metodología de la Investigación Psicológica en el momento de la inscripción (obligatorio según reglamento RHCDN°131/14)</i>	<i>Lecto-comprensión de Idioma Inglés. Manejo de Paquetes Estadísticos (SPSS, STATISTICA, INFOStat)</i>
	<i>Manejo de herramientas informáticas (procesador de textos, planilla de cálculos, Internet, correo electrónico).</i>
	<i>Interés de desarrollar trabajos de investigación e intervención sobre mindfulness y salud mental.</i>
	<i>Disponibilidad y flexibilidad horaria.</i>



Universidad Nacional de Córdoba  
2025

**Hoja Adicional de Firmas**  
**Anexo Firma Ológrafa**

**Número:**

**Referencia:** Anexo Plan 86 - PI Pilatti Bienestar 1s 2025

---

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