

BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA

1. Abuín, M.R. (2010). Psicometría del Estrés. En JLG de Rivera, J.L.G. (2010). *Los Síndromes de Estrés*. Ed. Síntesis, Madrid.
2. Abujaradeh, H., Colaianne, B. A., Roeser, R. W., Tsukayama, E., y Galla, B. M. (2020). Evaluating a short-form Five Facet Mindfulness Questionnaire in adolescents: Evidence for a four-factor structure and invariance by time, age, and gender. En *International Journal of Behavioral Development*, 44(1), 20–30. <https://doi.org/10.1177/0165025419873039>
3. Aguado, M., José I., Bátiz Cano, Quintana Pérez, S. (2013). El estrés en personal sanitario hospitalario: estado actual. En *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 59(231). <https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2013000200006>
4. Alonso, et al. (2022). MINDCOVID Working group. Mental Health Impact of the First Wave of COVID-19 Pandemic on Spanish Healthcare Workers: a Large Cross-sectional Survey. En *Rev. Psiq. Salud Mental*. Epub ahead of print.10.27.20220731. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2020.12.001>
5. Alyhm, Nemr, N.A., Kishk, R.M., et al. (2021). Stress, anxiety and depression among healthcare workers facing COVID-19 pandemic in Egypt: a cross-sectional online-based study. *BMJ Open*. 11:e045281. doi:10.1136/bmjopen-2020-045281
6. Anitei, M., Stoica, I., y Samsonescu, M. (2013). Particularities of personality traits and perceived stress at workplace. En *For the young workers in Romania*, 84, 1010-1014.
7. Asuero A.M., Rodríguez Blancob, T., Pujol-Riberab, E., Berenguerab, A. y Moix Queraltóa, J. (2013). *Evaluación de la efectividad de un programa de mindfulness en profesionales de atención primaria*. a Facultat de Psicologia, Universitat Autònoma de Barcelona, Bellaterra, Barcelona, España

8. Bados López (2008). *La intervención psicológica: características y modelos*. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Facultad de Psicología. Universidad de Barcelona
9. Baer, R.A., Walsh, E., y Lykins, E. (2009). Assessment of mindfulness. En Didonna, F. (Ed.). *Clinical Handbook of Mindfulness*. New York: Springer.
10. Baer, R.A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice*.
11. Baer, R.A., Smith, G.T., Lykins, E., Bulton, D., Krietemeyer, J., Sauer, S., Walsh, E., Duggan, D. y Williams, J.M. (2008). *Construct validity of the Five Facet Mindfulness Questionnaire in meditating and nonmeditating samples*. Assessment,
12. Bautista-Sánchez (2020). *Salud mental por dimensiones en trabajadores de un hospital de ferreñafe, categoría ii-1, de septiembre a diciembre, 2019*. A la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
13. Batalla-Martín, D., Campoverde Espinoza, K.R. y Broncano-Bolzoni, M. (2020). El impacto en la salud mental de los profesionales sanitarios durante la covid-19. En *Rev Enferm Salud Ment*.
14. Bowen, S. Chawla, N. y Marlatt, G.A. (2011). *Prevención de recaídas basada en el mindfulness*. editorial Desclée de Brouwer
15. Bono Cabré, R. (2012). *Diseños cuasiexperimentales y longitudinales*. Universitat de Barcelona.
16. Blanch Micó, M.T. (2015). *El seguimiento de un vehículo en el desplazamiento en línea: caracterización psicofisiológica y conductual de dos formas básicas de conducción*. [Tesis Doctoral]. Universitat de Valencia.

17. Brabete, A. C. (2014). El Cuestionario de Salud General de 12 ítems (GHQ-12): estudio de traducción y adaptación de la versión rumana. En *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, vol. 1, núm. 37.
18. Brennan, L., Zubieta, E.D. y Caulfield, B. (2020). *Feedback design in targeted exercise digital biofeedback systems for home rehabilitation: A scoping review*. Sensors (Switzerland).
19. Capezzuti-Castro, et al. (2017). *Estrés laboral syndrome de burnout y Mobbing en equipos de salud*. Ediciones Universitarias. Facultad de Enfermería.
20. Casali, A. (2021). Impacto del COVID-19 en docentes universitarios argentinos: cambio de prácticas, dificultades y aumento del estrés. En *Revista Iberoamericana de Tecnología en Educación y Educación en Tecnología*, no. 28. doi: 10.24215/18509959.28.e53
21. Coo Calcagni, C. y Salanova, M.S.S. *Validación española de la escala abreviada Five Facet Mindfulness Questionnaire (ffmq): Un estudio piloto*. doi: <http://dx.doi.org/10.6035/AgoraSalut.2016.3>
22. Cortes-Rojas (2021). *El estrés docente en tiempos de pandemia*. [Versión On-line]. ISSN 2007-7890. Scielo Bolivia.
23. Crowder, A. (2016). *Building Resilience in Social Workers: An Exploratory Study on the Impacts of a Mindfulness-based Intervention*. Editorial Routledge
24. Davidson, I., Henry, J.B. (Editores). (1974). *Clinical Diagnosis by laboratory methods*. 15th Edition. WB Saunders. Todd–Sanford.
25. Del Carpio Calderón, B.L. (2021). *Depresión, ansiedad y estrés en el personal médico frente al COVID – 19 durante la pandemia del 2020-2021 en el Hospital de Clínicas de la ciudad de La Paz*. [Tesis de especialidad]. <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/29825>

26. Díaz-Bravo, L. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. En *Inv Ed Med*. 2(7).
27. Didonna, F. (2016). *Manual clínico del mindfulness*. Editorial desclée de brouwer, S.A.
28. Dorjee, S. (2018). *Neuroscience and Psychology of meditation in everyday life*.
<https://www.routledge.com/Neuroscience-and-Psychology-of-Meditation-in-Everyday-Life-Searching-for/Dorjee/p/book/9781138691858#>
29. Escobar-Domingo, M.J., Piedrahíta-YustiI, I, Becerra, L, Moreno, F., Ortega, J.G. y Moreno, S. (2021). *Relación entre la disminución del estrés académico y la práctica de yoga en estudiantes de las áreas de la salud: revisión de la literatura*. Univ. Med.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.umed62-4.yoga>
30. Esteban-Sepúlveda, S., Terradas-Robledo, R., Castro-Ribeiro, T. García-Pagès, E., Sobregrau-Sangrà, P., Lacueva-Pérez, L. (2022). *Pandemia COVID-19 sobre profesionales sanitarios en un hospital de tercer nivel en España: cambios laborales durante la primera ola, salud mental a los 4 meses y seguimiento a los 9 meses*. *Enferm Clin*. (mayo-junio). <http://hdl.handle.net/10230/54394>
31. Estrada- Araoz, et al. (2021). *Academic stress in Peruvian university students in COVID-19 pandemic times*. Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú.
32. Flores Ticona, M. S.; Muñoz Bravo, J. A.; Rita Ré, C. (2022). *Enfermedad crónica y condiciones laborales del personal de Enfermería del Hospital Municipal Los Andes*. En revista *Investig. Fem* <https://dx.doi.org/10.5209/infe.77749>.
33. García-Moran, M. de C., y Gil-Lacruz, M. (2016). *El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud*. *Persona*. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.968>.
34. García Viniegras, C.R. (1999). Manual para la utilización del cuestionario de Salud General de Goldberg. Adaptación Cubana. En *Rev Cubana Med Gen Integr*. v.15 n.1 [versión On-

line ISSN 1561-3038]. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21251999000100010

35. Godoy-Izquierdo, D., Godoy., J., López-Torrecillas, F. y Sánchez-Barrera., M. (2002). *Propiedades Psicométricas De La Versión Española Del "Cuestionario De Salud General De Goldberg-28"*. En *Revista de Psicología de la Salud*, 14(1). Dpto. Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Facultad de Psicología. Universidad de Granada.
36. Gómez-Dávalos, N.R. y Rodríguez-Fernández, P. (2020). *Estrés en docentes en el contexto de la pandemia de covid-19 y la educación, fenob una - filial coronel oviedo*. [Ensayo]. Universidad Nacional de Asunción. Facultad de Enfermería y Obstetricia. <https://revistascientificas.una.py/index.php/rfenob/article/view/89>.
37. Gonzales-Mercado, A.L., y Villanueva Condorchoa, S., (2020). *Adaptación psicométrica del cuestionario de conciencia plena en estudiantes de una universidad privada*. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Ricardo Palma. <https://hdl.handle.net/20.500.14138/3450>
38. González Velázquez, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por COVID-19. *ESPACIO I+D, INNOVACIÓN MÁS DESARROLLO*, 9(25). <https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>
39. González Ramírez, M.T., Landero Hernández, R. (2008). Confirmación de un modelo explicativo del estrés y de los síntomas psicosomáticos mediante ecuaciones estructurales. En *Revista Panamericana de Salud Pública*. <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v23n1/a02v23n1.pdf>
40. Guler, N., y Kuzu, F. (2009). The health-related quality of life of the health professionals working in the primary healthcare centers and its correlation with selected sociodemographic factors in Sivas, a central Anatolian city. En *Scientific Research and*

https://academicjournals.org/article/article1380634867_Guler%20and%20Kuzu.pdf

41. Gutiérrez Jorquera, R., Morales Robles, E. y Álvarez Vega, A. (2021). Salud Mental y Apoyo Social en habitantes de Copiapó, Chile, en el contexto de la COVID-19. En *Revista Psicogente* (julio-diciembre). Vol. 24, Núm. 46. <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/4308>
42. Hayes, S.C., Strosahl, K. y Wilson, K. G. (2015). *La terapia de aceptación y compromiso. Proceso y práctica del cambio consciente*. Editorial Desclée De Brouwer.
43. Hewitt, C. E., Perry, A. E., Adams, B., & Gilbody, S. M. (2011). Screening and case finding for depression in offender populations: A systematic review of diagnostic properties. *Journal of affective disorders*, 128(1-2).
44. Hofmann, S. G., Sawyer, A. T., Witt, A. A. y Oh, D. (2010). The effect of mindfulness-based therapy on anxiety and depression: A meta-analytic review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(2), 169–183. <https://doi.org/10.1037/a0018555>
45. Hölzter, B. K., Lazar, S. W., Gard, T., Schuman-Olivier, Z., Vago, D. R. Y Ott, U. (2011). How Does Mindfulness Meditation Work? Proposing Mechanisms of Action From a Conceptual and Neural Perspective. *Perspectives on Psychological Science*, 6(6). <https://doi.org/10.1177/1745691611419671>.
46. Kabat-Zinn, J. (1982). An outpatient program in behavioral medicine for chronic pain patients based on the practice of mindfulness meditation: Theoretical considerations and preliminary results. Volume 4, Issue. General Hospital Psychiatry. ScienceDirect. [https://doi.org/10.1016/0163-8343\(82\)90026-3](https://doi.org/10.1016/0163-8343(82)90026-3)
47. Kabat-Zinn, J. (1994). *Wherever you go there you are*. Editorial Hyperion

48. Kabat-Zinn, J. (2013). *Gesund durch Meditation. Das große Buch der Selbstheilung mit MBSR*. Editorial Knaur Menssana.
49. Kleimbaum, D.G., Kupper, L.L. y Mongerster, H. (1982.). *Epidemiologic research. Belmont*. Lifetime Learning Publications. <https://lib.ugent.be/catalog/rug01:000071411>.
50. Kvillemo P., M.S.C. y Bränström, R. PhD. (2011). *Experiences of a mindfulness-based stress-reduction intervention among patients with cancer*. DOI: 10.1097/NCC.0b013e3181e2d0df
51. Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Madrid: Martínez Roca.
52. Li, Y., Scherer, N., Félix, L. y Kuper, H. (2021). *Prevalence of depression, anxiety and post-traumatic stress disorder in health care workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis*. [Artículo de investigación]. PLOS ONE. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246454>.
53. LÓPEZ FARRÉ Libro de la salud cardiovascular del Hospital Clínico San Carlos y de la Fundación BBVA / dirigido por Antonio López Farré y Carlos Macaya Miguel. — 1.^a ed. — Bilbao: Fundación BBVA, 2009.
54. Luque Vilca, O. M., Bolívar Espinoza, N., Achahui Ugarte, V. E., y Gallegos Ramos, J. R. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al covid-19. En *Revista de Investigación Científica Puriq*. Vol. 4, <https://doi.org/10.37073/puriq.4.1.200>
55. Mckay, Wood, Brantley (2017). *Manual práctico de terapia dialéctico conductual*. Universidad Nacional Autónoma de Huanta. Editorial Desclée De Brouwer.
56. Melgosa, J. (1999). *Sin Estrés* (1a ed.). España. Editorial SAFELIZ, S.L.

57. Miller, J.J., Fletcher, K. y Kabat-Zinn, J. (1995). Three-year follow-up and clinical implications of a mindfulness meditation-based stress reduction intervention in the treatment of anxiety disorders. *General Hospital Psychiatry*. Vol. 17. Issue 3. ScienceDirect. [https://doi.org/10.1016/0163-8343\(95\)00025-M](https://doi.org/10.1016/0163-8343(95)00025-M)
58. Salazar Segura, M.G. (2016). *Beneficios del mindfulness y su influencia en las relaciones familiares: Un estudio de caso*. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://www.alternativas.me/attachments/article/118/10%20-%20Beneficios%20del%20mindfulness%20y%20su%20influencia%20en%20las%20relaciones%20familiares.pdf>
59. Morera, L. P., Tempesti, T. C., Pérez, E., y Medrano, L. A. (2019). Biomarcadores en la medición del estrés: Una revisión sistemática. *Ansiedad y estrés*, 25(1). https://scholar.google.com.bo/scholar?q=10.1016/j.anyes.2019.02.001&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart.
60. Müggenburg Rodríguez V., M.C. y Pérez-Cabrera, I. (2007). *Tipos de estudio en el enfoque de investigación cuantitativa*. *Enfermería Universitaria*, vol. 4, núm. 1. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358741821004>
61. Naranjo Pereira, M. L. (2009). UNA REVISIÓN TEÓRICA SOBRE EL ESTRÉS Y ALGUNOS ASPECTOS RELEVANTES DE ÉSTE EN EL ÁMBITO EDUCATIVO. En *Revista Educación*, 33(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058011>
62. Núñez-Peña, M. I. (2001). *Diseños de Investigación en Psicología*. Barcelona: Edición de la Universitat de Barcelona.

63. OIT (Organización Internacional del Trabajo) (2016). *Estrés en el trabajo: Un reto colectivo*. Servicio de Administración del Trabajo. Primera edición. Inspección del Trabajo y Seguridad y Salud en el Trabajo - LABADMIN/OSH. 978-92-2-330642-7 [web pdf]. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466549.pdf
64. OMS (Organización Mundial de la Salud). (2004). *La organización del trabajo y del estrés: estrategias sistémicas de la solución de problemas para empleados, personal directivo y representantes sindicales*. Serie Protección de la Salud de los Trabajadores. 3. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42756/9243590472.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
65. OMS, OPS (ed.). *Frecuencia cardiaca*. Biblioteca virtual de salud. Descriptores en Ciencias de la Salud. Consultado el 9 de noviembre de 2020. <https://medlineplus.gov/spanish/pruebas-de-laboratorio/pulsioximetria/>
66. IESM-OMS, Rocha-Caetano, M.L. (2008). Informe sobre el sistema de salud mental en Bolivia. <https://pdf4pro.com/amp/view/iesm-oms-informe-sobre-el-who-int-29108b.html>
67. OPS (2022). *The COVID-19 HEalth caRe wOrkErs Study (HEROES)*. Informe Regional de las Américas. PAHO (Pan American Health Organization) e iris (Institutional Repository for Information Sharing). <https://iris.paho.org/handle/10665.2/55563>.
68. Palacios, M.S., et al. (2010). Guía para realizar oximetría de pulso en la práctica clínica. En *Revista chilena de enfermedades respiratorias*. [versión On-line ISSN 0717-7348]. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-73482010000100010>
69. Pérez Álvarez, M. (2014). *Terapias de tercera generación como terapias contextuales*.

https://www.academia.edu/16403324/Las_terapias_de_tercera_generaci%C3%B3n_como_terapias_contextuales_Marino_P%C3%A9rez_%C3%81lvarez

70. Puerta Carranza, N. (2020). ANÁLISIS INSTITUCIONAL HOSPITAL REGIONAL “SAN JUAN DE DIOS” ESTRÉS LABORAL Y ATENCIÓN AL CLIENTE. *Revista Científica Humanidades*, vol.1, núm. 1. <http://dicyt.uajms.edu.bo/revistas/index.php/humanidades/issue/view/83/67>
71. Puerta Carranza, N., Hoegen, P., Catoira Zambrana, N. C., Tapia, D., Ortega Cano, E., Ávila Villanueva, N. y Fernández, D. (2021). HM El síndrome de Burnout en empleados de Intraid. enero 2021. *Revista Científica Humanidades*, vol.3, núm. 4. <http://dicyt.uajms.edu.bo/revistas/index.php/humanidades/article/view/891>.
72. Principe Vejarano, C. (2016). *Salud mental y riesgo suicida en adolescentes de una institución educativa pública de la ciudad de Chimbote*. [Tesis de licenciatura]. Universidad César Vallejo. Facultad de Ciencias de la Salud.
73. Quintana Santana, B.M. (2016). *Evaluación del Mindfulness: aplicación del cuestionario Mindfulness de cinco facetas (FFMQ) en población española*. [Tesis doctoral]. Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Psicología. Departamento de Psicología Básica II. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/37535/1/T37175.pdf>.
74. Roales-Nieto, J. G. (2004). *Psicología de la Salud. Aproximación histórica, conceptual y aplicaciones*. Madrid: Pirámide.
75. Rocha, K.B, Pérez, K., Rodríguez-Sanz, M., Borrel, C., Obiols, J.E. (2011). Propiedades psicométricas y valores normativos del General Health Questionnaire (GHQ-12) en población general española. En *International Journal of Clinical and Health Psychology*, vol 11, núm. 1. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33715423008.pdf>.

76. Rodríguez, S.N. (2017). Mindfulness: Instrumentos de evaluación. Una revisión bibliográfica. En *PSOCIAL - Revista de investigación psicosocial*, vol. 3, núm. 2. http://repositorioubi.sisbi.uba.ar/gsd/cgi-bin/library.cgi?a=d&c=psocial&d=2615_oai
77. Ruiz, F.J., García-Beltrán, D.M., y Suárez-Falcon, J.C. (2017). General Health Questionnaire-12 validity in Colombia and factorial equivalence between clinical and nonclinical participants. En *Psychiatry Research*. Volume 256. ScienceDirect. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.020>
78. Sampieri, R., et al. (2006). *Metodología de la Investigación Científica*. Sexta edición. Mac Graw Hill. México. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
79. Schiweck C, Piette, D., Berckmans, D., Claes, S. y Vrieze, E. (2019). Heart rate and high frequency heart rate variability during stress as biomarker for clinical depression. A systematic review. En *Psychological medicine*. Vol. 49, núm. 2. DOI: 10.1017/S0033291718001988
80. Segal, Z. V., Williams, J. M. G. y Teasdale, J. D. (2017). *MBCT Terapia cognitiva basada en el mindfulness para la depresión*. Editorial Kairós.
81. Smith-Castro, V. (Comp.) (2014). Compendio de instrumentos de medición, IIP 2014. En *ResearchGate*. Cuadernos Metodológicos, 6. Instituto de Investigaciones Psicológicas. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de Costa Rica. https://www.iip.ucr.ac.cr/sites/default/files/contenido/COMPENDIOINSTRUMENTOSD EMEDICINIIP-2014_5.pdf
82. Soto-Añari, M. et al. (2022). Prevalencia y Factores Asociados con las Quejas Cognitivas Subjetivas del Personal Sanitario Latinoamericano Durante la Pandemia de COVID-19. En *Revista Colombiana de Psiquiatría*. <https://doi.org/10.1016%2Fj.rcp.2022.07.008>

83. Teasdale, J. D., Segal, Z.V., Williams, J.M.G., Ridgeway, V.A., Soulsby, J. M. y Lau, M. A. (2000). Prevention of relapse/recurrence in major depression by mindfulness-based cognitive therapy. En *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 68, núm. 4. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.4.615>
84. Tovar García, R.R. (2018). *Efecto de una intervención basada en mindfulness en no apego, estrés, ansiedad y depresión*. [Tesis de maestría]. Universidad Autónoma de Nuevo León. <http://eprints.uanl.mx/id/eprint/16384>
85. Lahoz Ubach, S. y Santacana Forns, M. (2013). Adaptación y Validación de la versión española del cuestionario de estrés percibido (PSQ) aplicado al proceso migratorio. En *Revista Ansiedad y Estrés*. https://www.researchgate.net/publication/282850150_Adaptacion_y_validacion_de_la_version_espanola_del_Cuestionario_de_Estres_Percibido_PSQ_aplicado_al_proceso_migratorio
86. Urpeque García, R. (2021). Estado de salud mental en personal de salud frente al COVID – 19 de un hospital III – 1, Chiclayo – 2020. [Tesis de licenciatura]. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/3402>
87. Vallejo, L.F., Arévalo, M.C. y Vallejo Uribe, J. (2021). Niveles De Estrés E Irritabilidad En Estudiantes Universitarios De La Ciudad De Medellín Durante La Época De Confinamiento Por Covid-19. En *Poliantea*, Vol. 15. No. 27. <https://doi.org/10.15765/poliantea.v15i27.1701>
88. Villa, G., I.C., Zuluaga Arboleda, C. y Restrepo Roldán, L.F. (2013). Propiedades psicométricas del Cuestionario de Salud General de Goldberg GHQ-12 en una institución hospitalaria de la ciudad de Medellín. En *Revista Avances en Psicología Latinoamericana*,

89. Villca-Villegas, et.al. (2021). Influencia de la pandemia del COVID-19 en la salud mental de los trabajadores en salud. En *Gaceta Médica de Bolivia*, v.44 n.1 [Versión impresa].
90. Witchen, HU. y Hoyer, J. (Editors) (2011). *Klinische Psychologie and Psychotherapie*. Springer-Lehrbuch. <https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-642-13018-2>
91. Wupperman, G., MARLATT, A., Cunningham, A., Bowen, S., Berking, M., Mulvihill-Rivera, N., y Easton, C. (2011). Mindfulness and modification therapy for behavioral dysregulation: results from a pilot study targeting alcohol use and aggression in women. En *Journal of Clinical Psychology*. <https://doi.org/10.1002/jclp.20830>
92. Zeidan, F., Johnson, S.K., Gordon, N.S. y Goolkasian, P. (2010). Effects of Brief and Sham Mindfulness Meditation on Mood and Cardiovascular Variables. En *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. <https://doi.org/10.1089/acm.2009.0321>