

Artículo Original

Rondas de escucha virtuales como estrategia comunitaria de promoción de la salud mental post-pandemia

Virtual listening circles as a community-based strategy for promoting post-pandemic mental health

María Mercedes Sánchez Nardelli¹ 

José Miguel Palacios-González¹ 

¹Universidad Nacional de Asunción, Facultad de Filosofía, Carrera de Psicología. Asunción, Paraguay.

Editor responsable: Ángel Ricardo Rolón Ruiz Díaz . Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, Centro Médico Nacional- Hospital Nacional, Departamento de Docencia e Investigación. Itauguá, Paraguay.

Revisor 1: Azucena de Alelí Avalos Jara . Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.

Revisor 2: Rosaura Gutiérrez Valerio . Instituto Superior de Formación Docente Salome Ureña. Santo Domingo, República Dominicana.

RESUMEN

Introducción: en el contexto post-pandémico, la salud mental comunitaria ha cobrado creciente relevancia ante el aumento de malestar emocional y aislamiento subjetivo. La Terapia Comunitaria Integrativa (TCI) se presenta como una estrategia eficaz para promover el bienestar emocional mediante la escucha activa, la legitimación de saberes populares y el fortalecimiento de vínculos solidarios.

Autor de Correspondencia: José Miguel Palacios-González. Universidad Nacional de Asunción, Facultad de Filosofía, Carrera de Psicología. Asunción, Paraguay. Correo electrónico: profesor.josepalacios@gmail.com

Artículo recibido: 27 de mayo de 2025. **Artículo aprobado:** 12 de setiembre de 2025

 Este es un artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de [Licencia de Atribución Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), que permite uso, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que se acredite el origen y la fuente originales.

Como citar este artículo: Sánchez Nardelli MM, Palacios-González JM. Rondas de escucha virtuales como estrategia comunitaria de promoción de la salud mental post-pandemia. Rev. Nac. (Itauguá). 2025;17:e1700120.

Objetivo: describir y sistematizar los temas, emociones y recursos compartidos por los participantes de rondas de escucha virtuales desarrolladas bajo el enfoque de la TCI, así como explorar su impacto percibido en el bienestar emocional.

Metodología: estudio observacional cualitativo-descriptivo, complementado con una encuesta anónima autoadministrada. Se analizaron diez rondas de escucha realizadas entre septiembre y noviembre de 2023, y se sistematizaron los registros de participación y 17 respuestas de encuestas.

Resultados: los temas abordados correspondieron principalmente al ámbito personal y social, siendo la impotencia la emoción más frecuente. Los recursos compartidos se agruparon en siete categorías, destacándose el autocuidado, la superación personal y el diálogo relacional. El 100 % de los encuestados recomendaría la experiencia, y más del 90 % indicó haber aplicado estrategias aprendidas en su vida cotidiana.

Conclusión: las rondas virtuales de TCI demostraron ser una herramienta efectiva de promoción de la salud mental comunitaria. Facilitó la expresión emocional, el reconocimiento mutuo y la construcción de redes de apoyo, promoviendo aprendizajes significativos con impacto más allá del espacio virtual.

Palabras clave: salud mental comunitaria, Terapia comunitaria integrativa, Promoción de la salud, Apoyo psicosocial, Intervención post-pandemia.

ABSTRACT

Introduction: in the post-pandemic context, community mental health has gained prominence due to the increased prevalence of emotional distress and social isolation. Integrative Community Therapy (ICT) emerges as an effective strategy to promote emotional well-being through active listening, the validation of popular knowledge, and the strengthening of supportive bonds.

Objective: to describe and systematize the themes, emotions, and coping resources shared by participants in virtual listening circles based on the ICT framework, and to explore their perceived impact on emotional well-being.

Methodology: this was a qualitative-descriptive observational study, conducted using, an anonymous self-administered survey. Ten virtual listening circles were held between September and November 2023. Participation records and 17 complete survey responses were analyzed using inductive categorization techniques.

Results: the majority of topics addressed were related to personal and social domains, with powerlessness emerging as the most frequent emotion. Shared resources were classified into seven categories, with self-care, personal growth, and relational dialogue being the most prominent. All survey respondents indicated they would recommend the experience, and over 90% reported applying the strategies learned in their daily lives.

Conclusion: ICT-based virtual listening circles proved to be effective tools for promoting community mental health. They facilitated emotional expression, mutual recognition, and the creation of support networks, contributing to meaningful learning processes with lasting impact beyond the virtual sessions.

Keywords: community mental health, integrative community therapy, health promotion, psychosocial support, post-pandemic intervention.

INTRODUCCIÓN

La salud mental comunitaria ha cobrado especial relevancia en el contexto post-pandémico, ante el incremento sostenido de indicadores de malestar psicosocial en poblaciones previamente no consideradas en situación de riesgo⁽¹⁻⁴⁾. Diversas organizaciones internacionales han advertido sobre el aumento de la ansiedad, la soledad y el estrés como secuelas persistentes del aislamiento social y la incertidumbre prolongada⁽⁵⁻⁹⁾. Frente a este escenario, resulta urgente desarrollar estrategias accesibles, sostenibles y culturalmente pertinentes que promuevan el bienestar emocional desde un enfoque comunitario, preventivo y participativo⁽¹⁰⁻¹⁵⁾.

La Terapia Comunitaria Integrativa (TCI), desarrollada por Adalberto Barreto en Brasil, constituye una estrategia orientada al abordaje colectivo del sufrimiento cotidiano. Sostiene su fundamento teórico en cinco pilares: la teoría sistémica, la teoría de la comunicación, la antropología cultural, la pedagogía de Paulo Freire y la resiliencia⁽¹⁶⁻¹⁸⁾. Mediante rondas de escucha, la TCI propone un espacio donde la palabra circula libremente, con un encuadre y estructura que legitiman los saberes populares, promoviendo la construcción colectiva de recursos para el afrontamiento⁽¹⁹⁾. En la Terapia Comunitaria Integrativa (TCI), la metáfora de la ronda simboliza la igualdad, la escucha activa y la colaboración en el proceso de ayuda mutua. Esta figura circular representa la horizontalidad del espacio, donde todas las voces tienen el mismo valor y no existen jerarquías que limiten la libre expresión de preocupaciones, saberes o recursos personales y colectivos. En este marco, la elección deliberada del nombre rondas de escucha responde a la intención de alejar el

imaginario colectivo del concepto clínico de “terapia”, permitiendo una mayor apertura y participación. Se buscó así asociar la actividad a procesos de promoción de la salud comunitaria, más que a acciones de prevención o tratamiento de enfermedades mentales, facilitando una vinculación más cercana y accesible para las personas y comunidades involucradas.

Durante la pandemia por COVID-19, esta metodología fue adaptada exitosamente a plataformas virtuales, permitiendo sostener espacios de contención y apoyo mutuo incluso en contextos de aislamiento. En Paraguay, la implementación de rondas de TCI en formato virtual ha demostrado ser una experiencia viable y valiosa para la promoción de la salud mental en comunidades diversas, articulando el trabajo entre instituciones académicas, redes de terapeutas comunitarios y organizaciones sociales⁽²⁰⁻²¹⁾. En este contexto, se ha observado una alta valoración por parte de los participantes en torno a los aprendizajes generados durante los encuentros, destacándose especialmente la oportunidad de compartir experiencias, la construcción colectiva de sinergias que fortalecen la resiliencia, y la posibilidad de acceder a espacios de apoyo, acompañamiento y autoconocimiento. No obstante, también se identificaron dificultades recurrentes que afectan la participación plena, tales como problemas de conectividad a internet, la superposición de actividades que limita la disponibilidad de tiempo, y la impuntualidad de algunos participantes.

A partir de esta experiencia, se identificó la necesidad de profundizar en el análisis sistemático de los efectos temáticos, emocionales y relacionales de las rondas, así como en la percepción subjetiva de impacto por parte de los participantes. En ese marco, se desarrolló una experiencia de extensión universitaria con base en la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional de Asunción.

El objetivo de este estudio fue el de describir y sistematizar los temas, emociones y recursos compartidos por los participantes de las rondas de escucha virtuales bajo el enfoque de la TCI, así como explorar su impacto percibido en el bienestar emocional de los participantes.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio observacional con enfoque cualitativo-descriptivo, orientado a caracterizar las temáticas, emociones y recursos compartidos por los participantes de las rondas de escucha comunitaria virtuales desarrolladas bajo el enfoque de la Terapia Comunitaria Integrativa (TCI), así como a explorar su impacto percibido en el bienestar emocional. Esta experiencia se enmarcó en un proyecto de extensión universitaria desarrollado por la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional de Asunción entre los meses de septiembre y noviembre del año 2023.

Las rondas de escucha se realizaron de manera virtual mediante la plataforma Zoom, con frecuencia quincenal. Cada encuentro tuvo una duración aproximada de 90 minutos y fue coordinado por un equipo integrado por docentes, egresados y estudiantes del énfasis en Psicología Comunitaria, junto con terapeutas comunitarios formados en TCI. La convocatoria fue abierta a todo público y se difundió por medios digitales institucionales y comunitarios. La metodología respetó los principios fundamentales de la TCI: circularidad, horizontalidad, protagonismo del sujeto y legitimación del saber de la experiencia.

Para el presente estudio se sistematizaron registros de diez rondas, en los que se consignaron datos como: fecha del encuentro, cantidad de participantes, tema escogido democráticamente, recursos mencionados, emociones asociadas y frases destacadas vinculadas a los aprendizajes. Adicionalmente, se relevó información general sobre nacionalidad, edad aproximada y género, sin identificar individualmente a los participantes.

Como estrategia complementaria de recolección de datos, se aplicó una encuesta autoadministrada anónima en línea a través de formularios de Google, dirigida a quienes participaron al menos en cuatro de las rondas. La encuesta indagó aspectos como: motivación para participar, frecuencia previa de emociones negativas (ansiedad, soledad, estrés y falta de apoyo social), percepción de impacto, utilidad de las estrategias compartidas y disposición a recomendar la experiencia. La participación en la encuesta fue voluntaria y se obtuvo consentimiento informado explícito para el uso anónimo de los datos con fines de investigación. Se recibieron y analizaron 17 formularios completos.

Los datos obtenidos de los registros fueron organizados en planillas tipo *Excel* y analizados mediante codificación inductiva, estableciendo tres ejes: ámbito de los temas (personal, social, laboral), emociones asociadas (miedo, tristeza, impotencia, etc.) y categorías de recursos compartidos (autocuidado, espiritualidad, cultura, superación personal, diálogo relacional, redes de apoyo y organización cotidiana). Las respuestas de la encuesta fueron sistematizadas en frecuencias simples y categorizaciones cualitativas.

Todos los datos fueron tratados de forma anónima y confidencial, respetando los principios éticos de la investigación con seres humanos. Se siguieron las recomendaciones del Comité de Ética de Publicaciones (COPE) y la Declaración de Singapur sobre la integridad en la investigación⁽²²⁾.

RESULTADOS

Durante el segundo semestre del año 2023 se desarrollaron diez rondas de escucha virtuales bajo el enfoque de la Terapia Comunitaria Integrativa (TCI), con participación intercultural de personas provenientes de Paraguay, Argentina, Bolivia, Ecuador, Colombia, República Dominicana y Francia. Las rondas se realizaron con una frecuencia quincenal y una duración aproximada de 90 minutos, contando con entre 4 y 12 participantes por sesión.

En cada ronda, los asistentes eligieron de forma democrática un tema central, que posteriormente fue desarrollado colectivamente. El análisis temático mostró que la mayoría de los temas correspondieron al ámbito personal, seguido por los ámbitos social y laboral. Los temas personales incluyeron conflictos internos, autoexigencia y dificultades emocionales; los sociales, preocupaciones por vínculos, roles de cuidado y violencia estructural; y los laborales, estrés, sobrecarga y falta de motivación.

Las emociones predominantes vinculadas a los temas fueron la impotencia, el miedo, la tristeza y la frustración, en ese orden. La impotencia fue relatada como una vivencia recurrente frente a situaciones fuera del control individual, mientras que el miedo se expresó como temor al futuro, a la soledad o al juicio de los otros.

A lo largo de las rondas, los participantes compartieron recursos personales, sociales y culturales movilizados para el afrontamiento de las situaciones abordadas. Estos recursos se agruparon en siete categorías: autocuidado, superación personal, diálogo relacional, redes de apoyo, espiritualidad, cultura y organización cotidiana. Los más mencionados fueron los recursos de autocuidado, como prácticas de meditación, descanso consciente y límites saludables; seguidos por estrategias de superación personal y diálogo relacional.

Además del registro de las rondas, se aplicó una encuesta anónima a personas que participaron en al menos cuatro encuentros. Se obtuvieron 17 respuestas. El 100 % de los encuestados manifestó que recomendaría la experiencia a otras personas. Más del 90 % señaló que ha aplicado estrategias aprendidas en su vida cotidiana, como la regulación emocional, la expresión verbal de preocupaciones, la escucha empática y la toma de decisiones conscientes. Entre las motivaciones más frecuentes para participar, se destacaron: búsqueda de apoyo emocional, interés en herramientas de autocuidado y necesidad de un espacio seguro de expresión.

Respecto al impacto emocional percibido, los participantes reportaron una reducción subjetiva de sentimientos como ansiedad, soledad, estrés y sensación de falta de apoyo social, al comparar su estado antes y después de participar en las rondas. Además, valoraron como “muy importante” la

posibilidad de sentirse escuchados, compartir preocupaciones, descubrir recursos propios y celebrar logros personales y colectivos (Tabla 1).

Tabla 1: Valoración de aspectos de las rondas

Aspecto	Importancia	Frecuencia (n)
Sentirme escuchado/a	Muy importante	7
Celebrar logros	Muy importante	6
Descubrir recursos	Muy importante	6
Valorar recursos compartidos	Muy importante	6
Compartir preocupaciones	Importante	5
Reconocer aprendizajes	Muy importante	5
Celebrar logros	Importante	2
Compartir preocupaciones	Muy importante	2
Descubrir recursos	Importante	2
Reconocer aprendizajes	Importante	2
Valorar recursos compartidos	Importante	2
Compartir preocupaciones	Medianamente importante	1
Reconocer aprendizajes	Medianamente importante	1
Sentirme escuchado/a	Medianamente importante	1

Las respuestas cualitativas recogidas en la sección final de la encuesta complementaron la información del registro, destacando frases como: “Me sentí menos sola”, “Aprendí a no juzgarme tanto”, “Escuchar las historias de otros me dio fuerza” o “Me llevo estrategias simples que me están funcionando”.

Estos hallazgos reafirman la utilidad de las rondas de TCI no solo como espacios de expresión emocional, sino también como medios de aprendizaje colectivo, resiliencia compartida y el fortalecimiento de vínculos solidarios entre los participantes.

DISCUSIÓN

Los hallazgos de este estudio confirman la efectividad de la Terapia Comunitaria Integrativa (TCI) como estrategia de promoción de la salud mental comunitaria, especialmente en contextos post-pandémicos caracterizados por el incremento del malestar emocional, la fragmentación de vínculos y el aislamiento subjetivo. Las rondas virtuales de escucha, desarrolladas en el marco de este proyecto, operaron como espacios seguros donde los participantes pudieron expresar sus preocupaciones, compartir sus vivencias y construir colectivamente recursos para afrontar situaciones adversas de la vida cotidiana⁽²³⁻²⁵⁾.

La alta frecuencia de temas vinculados al ámbito personal y social, así como la predominancia de emociones como la impotencia, el miedo y la tristeza, concuerdan con lo señalado en estudios recientes sobre el impacto psicosocial del COVID-19 en América Latina^(6, 7). En ese sentido, las rondas funcionaron como dispositivos de contención emocional no patologizante, permitiendo que las experiencias individuales se transformen en narrativas compartidas que dan sentido, alivio y validación, en consonancia con el principio de horizontalidad que sustenta a la TCI⁽²⁶⁾.

El análisis de los recursos compartidos mostró la riqueza y diversidad de estrategias comunitarias para el cuidado emocional. En el mismo sentido⁽²⁷⁾, Tierney *et al* señalan que las estrategias basadas en la comunidad aprovechan los recursos y fortalezas locales para mitigar el impacto negativo de los factores sociales y ambientales en el bienestar mental. En particular, la categoría de autocuidado fue la más destacada, lo que sugiere una apropiación consciente de prácticas de bienestar no medicalizadas. Este hallazgo refuerza la visión de la salud mental como construcción colectiva, situada culturalmente, y no restringida al ámbito clínico-individual⁽²⁸⁾.

La encuesta a los participantes fortaleció la evidencia cualitativa. Todos los encuestados manifestaron que recomendarían la experiencia, y la mayoría declaró aplicar en su vida cotidiana las estrategias aprendidas. Este dato es especialmente relevante, ya que sugiere que las rondas no solo brindan alivio emocional transitorio, sino que generan impacto sostenido en la agencia personal y la regulación emocional. La reducción auto-reportada de sentimientos como la ansiedad, el estrés y la sensación de soledad sugiere que este tipo de intervenciones puede contribuir significativamente a mejorar la percepción de bienestar, aún sin intervención clínica directa. Zaharia *et al* indican que muchas intervenciones han demostrado mejoras sostenidas en la soledad y en los resultados psicológicos relacionados⁽²⁹⁾.

Adicionalmente, las valoraciones positivas sobre el sentirse escuchado, descubrir recursos personales y compartir logros, refuerzan el principio metodológico de que la palabra compartida no solo libera, sino que reconfigura vínculos y resignifica el sufrimiento. Las frases recogidas en la encuesta —“me sentí menos sola”, “me dio fuerza escuchar a otros”— son expresiones claras del efecto transformador de estos espacios, tal como lo han documentado experiencias similares en otros contextos latinoamericanos⁽³⁰⁾.

Entre las limitaciones del estudio se encuentra la imposibilidad de realizar un seguimiento longitudinal de los participantes, así como el tamaño reducido de la muestra encuestada, lo cual restringe la generalización de los hallazgos. Asimismo, la sistematización cualitativa de los recursos estuvo mediada por la interpretación del equipo investigador, aunque se procuró mantener un criterio consensuado y riguroso.

Como proyección, se propone replicar y ampliar este tipo de experiencias en otras poblaciones, incorporando instrumentos mixtos para evaluar impacto y sostenibilidad. La integración de la TCI en programas de salud comunitaria, educación emocional y extensión universitaria puede contribuir de forma concreta al fortalecimiento de la salud mental como derecho colectivo.

CONCLUSIÓN

Las rondas de escucha virtuales desarrolladas bajo el enfoque de la Terapia Comunitaria Integrativa (TCI) demostraron ser espacios efectivos de promoción de la salud mental comunitaria, especialmente en el contexto post-pandemia. La participación activa de personas diversas, la elección democrática de los temas, la expresión emocional libre y la construcción colectiva de recursos permitieron transformar experiencias individuales de malestar en procesos de elaboración compartida, contención mutua y fortalecimiento del sentido de pertenencia.

El estudio evidenció que las temáticas abordadas se relacionaron mayoritariamente con el ámbito personal y social, con emociones predominantes como la impotencia, el miedo y la tristeza. A su vez, los recursos movilizados —especialmente el autocuidado, la superación personal y el diálogo relacional— reflejan la riqueza de los saberes cotidianos para el afrontamiento de situaciones difíciles. La valoración positiva de los participantes, expresada tanto en sus testimonios como en los datos de la encuesta, subraya el impacto subjetivo y la aplicabilidad práctica de lo vivido en las rondas, con efectos más allá del momento del encuentro.

Estos hallazgos respaldan la inclusión de metodologías comunitarias como la TCI en políticas de salud mental, programas de formación universitaria y estrategias de intervención territorial⁽²¹⁾. Asimismo, destacan la importancia de seguir investigando y documentando experiencias que, como esta, combinan evidencia científica, saberes populares y compromiso ético con el bienestar colectivo.

Limitaciones: En cuanto al número de rondas analizadas (diez) y de encuestas completadas ($n = 17$), se reconoce que la muestra restringida constituye una limitación; sin embargo, es importante destacar que este estudio se enmarca en un modelo cualitativo-descriptivo cuyo propósito no es la generalización estadística, sino la exploración en profundidad de significados, emociones y recursos compartidos. Asimismo, si bien se incluyeron algunas frases textuales de los participantes, la evidencia cualitativa presentada podría haberse enriquecido con un mayor número de citas directas que ejemplifiquen de forma más amplia la experiencia vivida.

En perspectiva, se encuentra en planificación la realización de un estudio similar en el ámbito de las residencias médicas, lo cual permitirá ampliar la muestra, incorporar un volumen mayor de evidencia cualitativa y subsanar las falencias aquí señaladas, fortaleciendo así la validez y transferibilidad de los hallazgos.

Conflicto de intereses

No se declaran conflictos de intereses.

Fuente de financiamiento

Este trabajo se desarrolló gracias al apoyo institucional de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional de Asunción, como parte de su programa de extensión universitaria.

Disponibilidad de datos

El manuscrito contiene toda la evidencia que respalda los hallazgos. Para obtener más información, previa solicitud razonable, el autor correspondiente puede proporcionar detalles más completos y un conjunto de datos.

Correo electrónico:profesor.josepalacios@gmail.com

Nota del editor jefe

Todas las afirmaciones expresadas, en este manuscrito, son exclusivamente las de los autores y no representan necesariamente las de sus organizaciones afiliadas, ni las del editor, los editores responsables y los revisores. Cualquier producto que pueda ser evaluado en este artículo, o afirmación que pueda hacer su fabricante, no está garantizado ni respaldado por el editor.

Declaración de contribución de autores:

Sánchez Nardelli MM: Conceptualización, Supervisión, Administración del proyecto, Investigación, Validación. Ideación original del estudio, coordinación general de las rondas, recolección de datos y validación final del manuscrito.

Palacios González JM: Metodología, Curación de datos, Análisis formal, Visualización, Redacción - revisión y edición. Diseño metodológico, análisis de datos, elaboración de tablas y figuras, redacción y revisión del manuscrito.

Los autores aprueban la versión final para publicación y poseen la capacidad de responder las preguntas relacionadas con la precisión o integridad de cualquier parte del manuscrito.

REFERENCIAS

1. Su Y, Luo M, Li J, Wang Z, Yang X, Wang Y. Mental health status and influencing factors of chinese community residents in the post-COVID-19 era: a cross-sectional survey [Internet]. SSRN; 2023: 1-16 [citado el 27 de mayo de 2025]. doi: 10.2139/ssrn.4508680
2. Joyce A, Tran T, Stocker R, Fisher J. Mental and social wellbeing trajectory during the pandemic for vulnerable populations. *Front Public Health* [Internet]. 2024 [citado el 27 de mayo de 2025];12:1337401. doi: 10.3389/fpubh.2024.1337401
3. Moreno-Agostino D, Fisher HL, Goodman A, Hatch SL, Morgan C, Richards M, *et al.* Disruption of long-term psychological distress trajectories during the COVID-19 pandemic: evidence from three British birth cohorts [Internet]. *Psychiatry and Clinical Psychology*. 2022 [citado el 27 de mayo de 2025];04:22274164. doi: <https://doi.org/10.1101/2022.04.22.22274164>.
4. Chhabra S. The emotional and psycho-social consequences of coronavirus disease-19 pandemic – a glimpse into the post-pandemic society. *Eastern J MedSci* [Internet]. el 28 de septiembre de 2020 [citado el 27 de mayo de 2025];5(3):48–52. doi: 10.3389/fpubh.2024.1337401
5. Burkauskas J, Branchi I, Pallanti S, Domschke K. Anxiety in post-covid-19 syndrome – prevalence, mechanisms and treatment. *Neuroscience Applied* [Internet]. 2024 [citado el 27 de mayo de 2025];3:103932. doi: 10.1016/j.nsa.2023.103932.
6. Organización Mundial de la Salud. Organización Panamericana de la Salud. Salud mental y COVID-19. Ginebra: OPS/OMS [Internet]. 2023 [citado el 27 de mayo de 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>
7. World Health Organization. Mental health and COVID-19 [Internet]. [citado el 27 de mayo de 2025]. 2025. Ginebra: WHO. Disponible en: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/mental-health-and-covid-19>
8. Banerjee D, Rai M. Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness. *Int J SocPsychiatry* [Internet]. septiembre de 2020 [citado el 27 de mayo de 2025];66(6):525–7. doi: 10.1177/002076402092226.
9. Rozenkrantz L, Bernstein MH, Hemond CC. A paradox of social distancing for SARS-CoV-2: loneliness and heightened immunological risk. *Mol Psychiatry* [Internet]. 2020 [citado el 27 de mayo de 2025];25(12):3442–4. doi: 10.1038/s41380-020-00861-w.
10. McCue VY. Innovative strategies to support mental wellbeing. *Nursing&HealthSciencesResearchJournal* [Internet]. 2020 [citado el 27 de mayo de 2025];3(1):19–21. doi: 10.55481/2578-3750.1061.

11. Burke-Garcia A, Johnson-TurbesA, Mitchell EW, ValleryVerlenden JM, Puddy R, Mercado MC, *et al.* How right now: the role of social determinants of health as they relate to emotional well-being amidst the COVID-19 pandemic. JEM [Internet]. 2021 [citado el 27 de mayo de 2025];19(9):17–62. doi: 10.5055/jem.0573.
12. Aulandez KMW, Walls ML, Weiss NM, Sittner KJ, Gillson SL, Tennessen EN, *et al.* Cultural sources of strength and resilience: a case study of holistic wellness boxes for COVID-19 response in indigenous communities. Front Sociol [Internet]. 2021 [citado el 27 de mayo de 2025];6:612637. doi: 10.3389/fsoc.2021.612637.
13. Muñoz-Ortega S, Santamaría-Guayaquil D, Pluas-Borja J, Alvarado-Villa G, Sandoval V, Alvarado R, *et al.* Mental health in healthcare workers post-COVID-19: a latinamerican review and insights into personalized management strategies. JPM [Internet]. 2024 [citado el 27 de mayo de 2025];14(7):680. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2075-4426/14/7/680>
14. Goodman KA. Conceptualising SEL in the cross-cultural spaces of primary schools in aotearoa New Zealand. NZ J EducStud [Internet]. 2021 [citado el 27 de mayo de 2025];56(2):285–99. doi: 10.1007/s40841-021-00213-4
15. Gao T, Liu Y, Zhu L, Zhou H, Zhang L. Yearning for revival_using healing as the linking strategy to recreate emotionally resilient communities. Design Research Society; 2023:9-13 [citado el 27 de mayo de 2025]. doi: 10.21606/iasdr.2023.148
16. Silva Franco ALE, Silva MZD, Lopez Ruiz JE, Murcia M, De Souza TB, Muzzeti LR. O valor da Terapia Comunitária Integrativa (TCI) no Brasil e no mundo: possibilidades, impactos e perspectivas. rtes [Internet]. 2020 [citado el 27 de mayo de 2025];16(esp. 1):232–8. Disponible en: <https://periodicos.fclar.unesp.br/tes/article/view/14303/9758>
17. Luisi LVV. Terapia comunitária: bases teóricas e resultados práticos de sua aplicação. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo: São Paulo; 2006. Disponible en: <https://tedeantiga.pucsp.br/handle/handle/15496>
18. Cordeiro RC, Azevedo EB, Silva MdoS, Ferreira Filha MO, Silva PM, Moraes MN. Terapia comunitária integrativa na estratégia saúde da família: análise acerca dos depoimentos dos seus participantes. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações. 2011;9(2):192-201.
19. De Paula Barreto A. Terapia comunitaria paso a paso [Internet]. 2da. 2021. 70 p. Disponible en: https://www.mpfsc.gov.ar/wp-content/uploads/2018/09/Libro-TCI-parte1-ILOVEPDF.COM_.pdf

20. Sánchez Nardelli MM, Morínigo Pereira MLA. Cuidados del cuidador en espacios virtuales. Sistematización de una experiencia en pandemia por COVID-19. Revista Kuaapy Ayyvu [Internet]. 2022 [citado el 27 de mayo de 2025];13(13):51–73. Disponible en: <https://www.investigacioninaes.edu.py/KuaapyAyyvu/index.php/ayvu/article/view/sanmori>
21. Gutierrez R, Manjarrés Herrera A. Promoción de la salud comunitaria desde la virtualidad: experiencia de la terapia comunitaria integrativa en Latinoamérica. Revista de Psicología Universidad de Antioquia. [Internet]. 2023 [citado el 27 de mayo de 2025];15(2):e353083. doi: 10.17533/udea.rp.e353083.
22. World Conference on Research Integrity. World Conferences on Research Integrity Singapore Statement on Research Integrity. WCRI: Singapur. 2025 [citado el 27 de mayo de 2025]. Disponible en: <https://www.wcrif.org/guidance/singapore-statement>
23. Gutiérrez R, Manjarres Herrera A, Castro N. Promoción de la salud comunitaria desde la virtualidad: experiencia de la terapia comunitaria integrativa en Latinoamérica. Revista de Psicología Universidad de Antioquia [Internet]. 2024 [citado el 27 de mayo de 2025];15(2):e353083. doi: 10.17533/udea.rp.e353083.
24. Comp GB, Sharkey M. ED Stories: an online emergency medicine residency community building and wellness initiative. Cureus [Internet]. 2019 [citado el 11 de septiembre de 2025];11(8):e5405. doi: 10.7759/cureus.5405.
25. Choqueta De Toledo Arruda A, Máximo Prado C, Eduardo Zikan F, Garcia Tavares V, Vicente Da Silva R, Rodrigues Italo De Paula Prata B, *et al.* Rodas de conversas virtuais no cuidado em saúde: um relato de experiência no contexto do pós Covid-19 em território de favela. Raízes e Rumos [Internet]. 2022 [citado el 11 de septiembre de 2025];10(1):197–207. doi: 10.9789/2317-7705.2022.v10.i1.197-207.
26. Ostertag M. Themenzentrierte verständigung ermöglichen. Themenzentrierte Interaktion [Internet]. 2022 [citado el 27 de mayo de 2025];36(1):60–9. doi: 10.13109/tzin.2022.36.1.60
27. Tierney WM, McNamee C, Harris SS, Strakowski SM. Community-based mental health improvement initiatives: a narrative review and Indiana case study. Population Health Management [Internet]. 2024 [citado el 27 de mayo de 2025];28(1):153. doi: 10.1089/pop.2024.0153
28. Vega MJL, Lorentz MR, Vega IML. Revisión sobre el impacto de las terapias comunitarias integrativas en la salud mental. Revista Peruana de Medicina Integrativa [Internet]. 2023 [citado el 27 de mayo de 2025];8(3):5-14. Disponible en: <https://rpmi.pe/index.php/rpmi/article/view/743/816>

29. Zaharia G, Ibáñez-del Valle V, Cauli O, Corchón S. The long-lasting effect of multidisciplinary interventions for emotional and social loneliness in older community-dwelling individuals: a systematic review. *Nurs. Rep.* [Internet]. 2024 [citado el 27 de mayo de 2025];14(4):3847–63. doi: 10.3390/nursrep14040281
30. Reis JFU, Colatusso FD, Barreto ADP, Reis MLDA, Giolo SR, Silva MZD, *et al.* Online integrative community therapy: promoting mental health during the COVID-19 pandemic in Brazil. *RSD* [Internet]. 2025 [citado el 27 de mayo de 2025];14(1):e6314148035. Disponible en: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/48035/37818>