

Editorial

Dra. Andrómeda Ivette Valencia Ortiz^a

En cada número de esta revista, buscamos reflejar el dinamismo, la diversidad y la profundidad con la que la psicología se vincula con los distintos ámbitos de la vida humana. Este número no es la excepción. Los seis artículos que lo conforman ofrecen una mirada amplia pero cohesionada sobre el bienestar psicológico, el rendimiento humano y las complejas interacciones entre mente, contexto y conducta.

Abrimos con una exploración de la gaudibilidad, esa capacidad de experimentar gozo que resulta fundamental para comprender cómo las personas construyen una vida satisfactoria. El artículo invita a reflexionar sobre qué tanto permitimos y cultivamos el disfrute en medio de las exigencias cotidianas.

En esa misma línea de cuidado personal, otro trabajo analiza las conductas de autocuidado en estudiantes universitarios, una población particularmente vulnerable al desgaste emocional. A través de sus hallazgos, se hace evidente la necesidad de promover estrategias activas de bienestar desde los espacios educativos.

También centrado en universitarios, otro artículo examina la relación entre ansiedad, depresión y variables sociodemográficas. Este estudio aporta datos relevantes para el diseño de intervenciones sensibles a las características particulares de quienes atraviesan esta etapa formativa.

El impacto de la pandemia de COVID-19 continúa siendo objeto de análisis, como lo demuestra el artículo que investiga la autopercepción de la inteligencia emocional del personal académico al reincorporarse a la vida presencial universitaria. Sus resultados ofrecen claves para fortalecer la resiliencia en contextos educativos post pandemia.

Desde el ámbito deportivo, una revisión teórica sobre intervenciones para reducir la ansiedad en atletas proporciona un valioso compendio de estrategias aplicadas en la práctica profesional. Esta mirada no solo enriquece el trabajo con deportistas, sino que también resalta la importancia de la salud mental en entornos de alto rendimiento.

Finalmente, el número cierra con un artículo que describe las características neuropsicológicas (atención, memoria y funciones ejecutivas) de karatekas, aportando evidencia sobre los efectos cognitivos cuando se presentan contusiones.

Esperamos que este conjunto de trabajos no solo despierte el interés académico, sino que también motive nuevas preguntas, investigaciones y prácticas que sigan fortaleciendo nuestra comprensión del comportamiento humano.

^a Editora General de la Revista Journal of Basic and Applied Psychology Research y Jefa del Área Académica de Psicología del Instituto de Ciencias de la Salud, ICSA