

Fuentes consultadas para la elaboración de artículos

CONSEJOS PSICOLÓGICOS

<https://www.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/8-razones-para-llevar-una-dieta-saludable>
<https://www.euskadi.eus/confinamiento-saludable/web01-a2korona/es/>
<http://epce.blogs.uoc.edu/es/2020/03/25/consejos-psicologicos-confinamiento-coronavirus/>https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/translations/spanish_spain/

ESTUDIAR EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS

Referencias bibliográficas

Goleman, D. (1995): La inteligencia emocional, Buenos Aires: Javier Vergara Editor.
Goleman, D. (2014): Liderazgo. El poder de la inteligencia emocional, Barcelona: B de Bolsillo
Ibarrola, B. (2019): El desarrollo de competencias emocionales en el profesorado
María del Carmen Méndez Santos ELE Internacional - Cómo lograr un aprendizaje eficaz: el papel de las emociones I y II.

http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/14006217/helvia/aula/archivos/repositorio/0/62/Tecnicas_estudio.pdf
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>

MANUAL DE SUPERVIVENCIA PARA FAMILIAS

<https://crearsalud.org/gestionar-las-emociones/>
<https://psicologiaymente.com/psicologia/gestionar-emociones-negativas>
<https://www.ryapsicologos.net/autoayuda/emociones-negativas-como-gestionarlas/>
<https://gestionandohijos.com/claves-educacion-emocional-begona-ibarrola/><https://psicologiaymente.com/clinica/albert-ellis-terapia-racional-emotiva-conductual>