

## ESTRÉS PERCIBIDO POR DOCENTES DE BACHILLERATO Y UNIVERSITARIOS POR LA PANDEMIA POR COVID-19 EN EL 2020

*Diana Marcela Surmay Ricaurte*  
CC 1140830947  
Código estudiantil: 2019113100337  
Correo: [diana.surmay@unisimonbolivar.edu.co](mailto:diana.surmay@unisimonbolivar.edu.co)

Trabajo de Investigación del Programa psiquiatría

Tutor:  
Henry Gonzalez Torres  
Narledys Nuñez Bravo  
Freddy Sanchez Pérez

### RESUMEN

**INTRODUCCION:** El cambio en el estilo de vida significó un estresor importante posterior a conocer el primer caso de paciente con SARS-CoV-2 y las consecuencias generadas tanto por el virus como el confinamiento y la incidencia de trastornos mentales por las distintas causas relacionadas.

**POBLACION:** Profesores de bachillerato y universitarios de la ciudad de Barranquilla, activos durante ambos semestres académicos del año 2020

**OBJETIVO:** Establecer el nivel de estrés percibido por parte de los profesores de bachillerato y universitarios generado por la pandemia por Covid-19 durante el año 2020.

**METODOLOGÍA:** Se realizó un estudio retrospectivo, transversal, analítico con un carácter de medida cuantitativa con una profundidad exploratoria. Recolección de datos mediante la Escala de Estrés Percibido 10, más las preguntas de caracterización sociodemográficas.

**RESULTADOS:** La población encuestada fue de 270 profesores de diferentes tipos de profesores por nivel académico durante el año 2020. 198 profesores

fueron los respondieron la totalidad de la encuesta. Se encontró una asociación significativa entre el estado civil y el tipo de profesor, los profesores de bachillerato proporcionalmente tendieron ser solteros, mientras que los profesores de pregrado y postgrado a estar casados ( $p: 0.0000$ ). Así mismos se encontró una asociación significativa entre el estrato socioeconómico y el tipo de profesor, los profesores de bachillerato se ubicaron de estrato 3 hacia abajo mientras que los profesores universitarios (pregrado & posgrado) se ubicaron de estrato 3 hacia arriba. En cuanto al impacto de la pandemia en el desarrollo de las actividades laborales, el grupo más golpeado fue ron los profesores de bachillerato, el cual el 83.3% no se vio afectado, aunque es un número relativamente alto, al comparar la proporción de no afectación los profesores Universitarios (Pregrado & Postgrado), prácticamente no vieron comprometido el desarrollo de sus actividades, para pregrado el 97.3% no se vio afectado y para los de postgrado, ninguno se vio afectado.

Para los profesores de bachillerato, el 77% había tenido la experiencia de dictar clases por internet, sin embargo, frente al 89% y 100% de los profesores Universitarios, este porcentaje es bajo. Sin embargo, en lo que los tres tipos de profesores coinciden en que no se han sentido cómodo dictando clases virtuales y/o desarrollando las actividades inherentes a la docencia.

**CONCLUSIONES:** Los pacientes con enfermedades mentales tuvieron un manejo moderado del nivel de Estrés, siendo la depresión la enfermedad mental de mayor consulta.

**Palabras clave:** Estrés percibido, Pandemia, Salud Mental, docentes

## ABSTRACT

**INTRODUCTION:** The change in lifestyle was an important stressor after knowing the first case of a patient with SARS-CoV-2 and the consequences generated by the virus as well as the confinement and the incidence of mental disorders due to the different related causes.

**POPULATION:** High school and university professors from the city of Barranquilla, active during both academic semesters of the year 2020

**OBJECTIVE:** Establish the level of stress perceived by high school and university teachers generated by the Covid-19 pandemic during 2020.

**METHODOLOGY:** A retrospective, cross-sectional, analytical study was carried out with a quantitative measure character with an exploratory depth. Data collection using the Perceived Stress Scale 10, plus the sociodemographic characterization questions.

**RESULTS:** The surveyed population was 270 teachers of different types of teachers by academic level during 2020. 198 teachers responded to the entire survey. A significant association was found between marital status and type of teacher, high school teachers proportionally tended to be single, while undergraduate and graduate teachers to be married ( $p: 0.0000$ ). Likewise, a

significant association was found between the socioeconomic stratum and the type of teacher, the high school teachers were located from stratum 3 downwards while the university professors (undergraduate & postgraduate) were located from stratum 3 upwards. Regarding the impact of the pandemic on the development of work activities, the group hardest hit was high school teachers, of which 83.3% were not affected, although it is a relatively high number, when comparing the proportion of non-affectation University professors (Undergraduate & Postgraduate) practically did not see their activities compromised, for undergraduate 97.3% were not affected and for postgraduate, none were affected. For high school teachers, 77% had had the experience of teaching classes online, however, compared to 89% and 100% of University teachers, this percentage is low. However, the three types of teachers agree that they have not felt comfortable teaching virtual classes and / or developing the activities inherent to teaching.

**CONCLUSIONS:** Patients with mental illnesses had moderate management of the level of Stress, with depression being the most frequently consulted mental illness

**Keywords:** Perceived stress, Pandemic, Mental Health, teachers

#### REFERENCIAS

1. González SA, Castiblanco MA, Arias-Gómez LF, Martínez-Ospina A, Cohen DD, Holguin GA, et al. Results from Colombia's 2016 Report Card on Physical Activity for Children and Youth. *J Phys Act Health*. 2016;13(11 Suppl 2): 129-136. <https://doi.org/10.1123/jpah.2016-0369>
2. World Health Organization. Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks. Geneva; 2009. [https://www.who.int/healthinfo/global\\_burden\\_disease/GlobalHealthRisks\\_report\\_full.pdf](https://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GlobalHealthRisks_report_full.pdf)
3. 1. Sun J, He W-T, Wang L, Lai A, Ji X, Zhai X, et al. COVID-19: Epidemiology, Evolution, and Cross-Disciplinary Perspectives. *Trends Mol Med*. 2020 May;26(5):483–95.
4. 2. Wang C, Horby PW, Hayden FG, Gao GF. A novel coronavirus outbreak of global health concern. *Lancet*. 2020;395(10223):470–3.
5. 3. Sofonea MT, Reyné B, Elie B, Djidjou-Demasse R, Selinger C, Michalakis Y, et al. Memory is key in capturing COVID-19 epidemiological dynamics. *Epidemics*. 2021 Jun;35:100459.
6. 4. Hamza Shuja K, Aqeel M, Jaffar A, Ahmed A. COVID-19 PANDEMIC AND IMPENDING GLOBAL MENTAL HEALTH IMPLICATIONS. *Psychiatr Danub*. 2020 Apr;32(1):32–5.
7. 5. Hiremath P, Suhas Kowshik CS, Manjunath M, Shettar M. COVID 19: Impact of lock-down on mental health and tips to overcome. *Asian J Psychiatr*. 2020 Jun;51(April):102088.
8. 6. Wolf JP, Freisthler B, Chadwick C. Stress, alcohol use, and punitive parenting during the COVID-19 pandemic. *Child Abuse Negl*. 2021

Jul;117(April):105090.

9. 7. Pérez Núñez D, García Viamontes J, García González TE, Ortiz Vázquez D, Centelles Cabrerías M. Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Rev Cuba Med Gen Integr.* 2014;30(3):354–63.
10. 8. Antonello VS, Panzenhagen AC, Balanzá-Martínez V, Shansis FM. Virtual meetings and social isolation in COVID-19 times: transposable barriers. *Trends Psychiatry Psychother.* 2020 Sep;42(3):221–2.
11. 9. Expósito C, Marsollier R. El impacto del Aislamiento Social por COVID-19 en docentes. Una aproximación a sus condicionantes familiares, económicos y laborales. *Rev Pilquen Sección Ciencias Soc.* 2021;24.
12. 10. Renfrew MJ, Bradshaw G, Burnett A, Byrom A, Entwistle F, King K, et al. Sustaining quality education and practice learning in a pandemic and beyond: 'I have never learnt as much in my life, as quickly, ever.' *Midwifery.* 2021 Mar;94(December 2020):102915.
13. 11. Peralta M, Roggia M. PERCEPCIONES DE LOS DOCENTES DEL AISLAMIENTO SOCIAL, PREVENTIVO Y OBLIGATORIO EN EL PROCESO EDUCATIVO. CÓRDOBA. *Esc Enferm.* 2020;
14. 12. Antonello VS, Panzenhagen AC, Balanzá-Martínez V, Shansis FM. Virtual meetings and social isolation in covid-19 times: Transposable barriers. *Trends Psychiatry Psychother.* 2020;42(3):221–2.
15. 13. Torrecillas C. El reto de la docencia online para las universidades públicas españolas ante la pandemia del Covid-19. *ICEI Pap COVID-19.* 2020;16:4.
16. 14. Villafuerte J, Bello J, Pantaleón Y, Bermello J. ROL DE LOS DOCENTES ANTE LA CRISIS DEL COVID-19, UNA MIRADA DESDE EL ENFOQUE HUMANO. *REFCaIE.* 2020;8.
17. 15. Galvis López G, Vásquez A, Caviativa YP, Ospina PA, Chaves VT, Carreño LM, et al. Tensiones y realidades de los docentes universitarios frente a la pandemia Covid-19. *Eur J Heal Res.* 2021 Feb;1–13.
18. 16. Román F, Forés A, Calandri I, Gautreaux R, Antúnez A, Ordehi D, et al. Resiliencia de docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. *J Neuroeducation.* 2020 Jul;1(1):76–87.
19. 17. Robinet A, Pérez M. Estrés en los docentes en tiempos de pandemia Covid-19. *Polo del Conoc.* 2020;5.
20. 18. Ramos-Huenteo V, García-Vásquez H, Olea-González C, Lobos-Peña K, Sáez-Delgado F. Percepción docente respecto al trabajo pedagógico durante la COVID-19. *CienciAmérica.* 2020 Jul;9(2):334.
21. 19. Karatsoreos IN, McEwen BS. Psychobiological allostasis: resistance, resilience and vulnerability. *Trends Cogn Sci.* 2011 Dec;15(12):576–84.
22. 20. Brisson D, McCune S, Wilson JH, Speer SR, McCrae JS, Hoops Calhoun K. A Systematic Review of the Association between Poverty and Biomarkers of Toxic Stress. *J Evid Based Soc Work.* 2020 Nov;17(6):696–713.
23. 21. Williams Shanks TR, Robinson C. Assets, economic opportunity and toxic stress: A framework for understanding child and educational outcomes.

Econ Educ Rev. 2013 Apr;33:154–70.

- 24.22. Buchanan TW, Bagley SL, Stansfield RB, Preston SD. The empathic, physiological resonance of stress. *Soc Neurosci*. 2012;7(2):191–201.
- 25.23. Taylor SE. Mechanisms linking early life stress to adult health outcomes. *Proc Natl Acad Sci*. 2010 May;107(19):8507–12.
- 26.24. Shonkoff JP, Garner AS, Siegel BS, Dobbins MI, Earls MF, Garner AS, et al. The Lifelong Effects of Early Childhood Adversity and Toxic Stress. *Pediatrics*. 2012 Jan;129(1):e232–46.
- 27.25. Engert V, Linz R, Grant JA. Psychoneuroendocrinology Embodied stress : The physiological resonance of psychosocial stress. *Psychoneuroendocrinology*. 2019;105(November 2018):138–46.
- 28.26. Shern DL, Blanch AK, Steverman SM. Toxic stress, behavioral health, and the next major era in public health. *Am J Orthopsychiatry*. 2016;86(2):109–23.
- 29.27. Galvão-Coelho NL, Silva HPA, Sousa MBC de. Resposta ao estresse: II. Resiliência e vulnerabilidade. *Estud Psicol*. 2015;20(2):72–81.
- 30.28. Herrero S. Formalización del concepto de salud a través de la lógica: impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud. 2016.
- 31.29. Toussaint L, Shields GS, Dorn G, Slavich GM. Effects of lifetime stress exposure on mental and physical health in young adulthood: How stress degrades and forgiveness protects health. *J Health Psychol*. 2016 Jun;21(6):1004–14.
- 32.30. Fusar-Poli P, Salazar de Pablo G, De Micheli A, Nieman DH, Correll CU, Kessing LV, et al. What is good mental health? A scoping review. *Eur Neuropsychopharmacol*. 2020 Feb;31:33–46.
- 33.31. Velten J, Bieda A, Scholten S, Wannemüller A, Margraf J. Lifestyle choices and mental health: a longitudinal survey with German and Chinese students. *BMC Public Health*. 2018 Dec;18(1):632.
- 34.32. Herrera D, Coria G, Muñoz D, Graillet O, Aranda G, Rojas F, et al. Impacto del estrés psicosocial en la salud. Vol. 12, *Neurobiología*. 2017.
- 35.33. Ketheesan S, Rinaudo M, Berger M, Wenitong M, Juster RP, McEwen BS, et al. Stress, allostatic load and mental health in Indigenous Australians. *Stress*. 2020 Sep;23(5):509–18.
- 36.34. World Health Organization. *Depresión*. 2020.
- 37.35. Theall KP, Drury SS, Shirtcliff EA. Cumulative Neighborhood Risk of Psychosocial Stress and Allostatic Load in Adolescents. *Am J Epidemiol*. 2012 Oct;176(suppl\_7):S164–74.
- 38.36. Rosaura R, De la torres L. *Estrés y salud*. Jaén: Universidad de Jaén. UNIVERSIDAD DE JAÉN; 2014.
- 39.37. Slavich GM, O'Donovan A, Epel ES, Kemeny ME. Black sheep get the blues: A psychobiological model of social rejection and depression. *Neurosci Biobehav Rev*. 2010 Sep;35(1):39–45.
- 40.38. Patterson ZR, Abizaid A. Stress induced obesity: lessons from rodent models of stress. *Front Neurosci*. 2013;7(7 JUL):1–20.
- 41.39. Gallo LC, Fortmann AL, Mattei J. Allostatic Load and the Assessment of Cumulative Biological Risk in Biobehavioral Medicine. *Psychosom Med*.

2014 Sep;76(7):478–80.

- 42.40. Conklin QA, Crosswell AD, Saron CD, Epel ES. Meditation, stress processes, and telomere biology. *Curr Opin Psychol*. 2019 Aug;28:92–101.
- 43.41. Ávila J. El estrés un problema de salud del mundo actual. *Conciencia*. 2014;2(1):115–24.
- 44.42. Benegas A, Sierra L. Variables bioquímicas e inmunológicas en pacientes con estrés agudo o crónico. *Medisan*. 2017;21(8).
- 45.43. Rodríguez J, Garcíá M, Franco P. Neurobiología del estrés agudo y crónico: su efecto en el eje hipotálamo-hipófisis-adrenal y la memoria. *Rev Ecuatoriana Neurol*. 2013;
- 46.44. Crespo Generelo T, Camarillo Gutiérrez L, de Diego Ruiz H. Trastorno por estrés agudo y postraumático. *Med - Programa Form Médica Contin Acreditado*. 2019 Sep;12(84):4918–28.
- 47.45. McEwen BS, Bowles NP, Gray JD, Hill MN, Hunter RG, Karatsoreos IN, et al. Mechanisms of stress in the brain. *Nat Neurosci*. 2015 Oct;18(10):1353–63.
- 48.46. Juster R-P, McEwen BS, Lupien SJ. Allostatic load biomarkers of chronic stress and impact on health and cognition. *Neurosci Biobehav Rev*. 2010 Sep;35(1):2–16.
- 49.47. Barra E, Vaccaro M de los A. ESTRÉS PERCIBIDO, AFRONTAMIENTO Y PERSONALIDAD RESISTENTE EN MUJERES INFÉRTILES. *Liberabit*. 2012;19.
- 50.48. Larzabal A, Ramos M. Propiedades psicométricas de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) en estudiantes de bachillerato de la provincia de Tungurahua (Ecuador). *Pontif Univ Católica del Ecuador Sede Ambato*. 2014;
- 51.49. Cázares F, Moral J. Diferencias sociodemográficas y de práctica profesional asociadas a estrés percibido entre dentistas colegiados de Monterrey. *Av en Psicol Latinoam*. 2016 Jan;34(1):83–97.
- 52.50. Urbina Y. Estrés percibido, su asociación con características del entorno y calidad de vida. *Universidad de Costa Rica*; 2015.
- 53.51. Campo-Arias A, Oviedo HC, Herazo E. Escala de Estrés Percibido-10: Desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia. *Rev la Fac Med*. 2015 Feb;62(3):407–13.
- 54.52. Pedrero E, Sánchez J, Lozoya P, Gloria R, Llanero M, Puerta C. LA “ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO”: ESTUDIO PSICOMÉTRICO SIN RESTRICCIONES EN POBLACIÓN NO CLÍNICA Y ADICTOS A SUSTANCIAS EN TRATAMIENTO1. *Behav Psychol Psicol Conduct*. 2015;23(2).
- 55.53. López-Walle J, Tristán J, Tomás I, Gallegos-Guajardo J, Gongora E, Hernández-Pozo M del R. Estrés percibido y felicidad auténtica a través del nivel de actividad física en jóvenes universitarios. *Cuad Psicol del Deport*. 2020;20(2):265–75.
- 56.54. Klein EM, Brähler E, Dreier M, Reinecke L, Müller KW, Schmutzer G, et al. The German version of the Perceived Stress Scale – psychometric characteristics in a representative German community sample. *BMC*

- Psychiatry. 2016 Dec;16(1):159.
- 57.55. Baik SH, Fox RS, Mills SD, Roesch SC, Sadler GR, Klonoff EA, et al. Reliability and validity of the Perceived Stress Scale-10 in Hispanic Americans with English or Spanish language preference. *J Health Psychol.* 2019 Apr;24(5):628–39.
- 58.56. Reyna C, Mola DJ, Correa PS. Escala de Estrés Percibido: análisis psicométrico desde la TCT y la TRI. *Ansiedad y Estrés.* 2019 Jul;25(2):138–47.
- 59.57. Arafa A, Mohamed A, Saleh L, Senosy S. Psychological Impacts of the COVID-19 Pandemic on the Public in Egypt. *Community Ment Health J.* 2021 Jan;57(1):64–9.
- 60.58. Lau H, Khosrawipour V, Kocbach P, Mikolajczyk A, Schubert J, Bania J, et al. The positive impact of lockdown in Wuhan on containing the COVID-19 outbreak in China. *J Travel Med.* 2020 May;27(3):1–7.
- 61.59. Zandifar A, Badrfam R. Iranian mental health during the COVID-19 epidemic. *Asian J Psychiatr.* 2020 Jun;51(February):101990.
- 62.60. Bernáldez JP. La pandemia de COVID-19 tras la primera ola: ¿hacia dónde mirar y qué mejorar? *FMC - Form Médica Contin en Atención Primaria.* 2021 Jan;28(1):1–3.
- 63.61. Hologue C, Badillo-Goicoechea E, Riehm KE, Veldhuis CB, Thrul J, Johnson RM, et al. Mental distress during the COVID-19 pandemic among US adults without a pre-existing mental health condition: Findings from American trend panel survey. *Prev Med (Baltim).* 2020 Oct;139(July):106231.
- 64.62. Buitrago Ramírez F, Ciurana Misol R, Fernández Alonso M del C, Tizón García JL. Salud mental en epidemias: una perspectiva desde la Atención Primaria de Salud española. *Atención Primaria.* 2020 Nov;52:93–113.
- 65.63. Buitrago Ramírez F, Ciurana Misol R, Fernández Alonso M del C, Tizón JL. Pandemia de la COVID-19 y salud mental: reflexiones iniciales desde la atención primaria de salud española. *Atención Primaria.* 2021 Jan;53(1):89–101.
- 66.64. Instituto nacional de salud. Covid-19 en Colombia. 2020.
- 67.65. Otoy A, García M, Jaramillo C, Wills C, Campos Á. COVID-19: generalidades, comportamiento epidemiológico y medidas adoptadas en medio de la pandemia en Colombia. *Acta Otorrinolaringol y Cir cabeza y cuello.* 2020;e-Boletín:4–13.
- 68.66. Díaz Pinzón JE. Estimación de la prevalencia del COVID-19 en Colombia. *Rev Repert Med y Cirugía.* 2020 Sep;30(3):99–102.
- 69.67. CEPAL-UNESCO. La educación en tiempos de la pandemia COVID-19. *Com Económica para América Lat y el Caribe, Santiago Of Reg Educ para América Lat y el Caribe la Organ las Nac Unidas para la Educ la Cienc y la Cult.* 2020;11:11–3.
- 70.68. Education at a Glance. El impacto del COVID-19 en la educación – Información del Panorama de la Educación ( Education at a Glance ) 2020. OCDE. 2020;1–22.

- 71.69. Danet Danet A. Impacto psicológico de la COVID-19 en profesionales sanitarios de primera línea en el ámbito occidental. Una revisión sistemática. *Med Clin (Barc)*. 2021 May;156(9):449–58.
- 72.70. Palgi Y, Shrira A, Ring L, Bodner E, Avidor S, Bergman Y, et al. The loneliness pandemic: Loneliness and other concomitants of depression, anxiety and their comorbidity during the COVID-19 outbreak. *J Affect Disord*. 2020 Oct;275(June):109–11.
- 73.71. Xiang Y-T, Yang Y, Li W, Zhang L, Zhang Q, Cheung T, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*. 2020 Mar;7(3):228–9.
- 74.72. Shigemura J, Ursano RJ, Morganstein JC, Kurosawa M, Benedek DM. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry Clin Neurosci*. 2020 Apr;74(4):281–2.
- 75.73. Gao J, Zheng P, Jia Y, Chen H, Mao Y, Chen S, et al. Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. Hashimoto K, editor. *PLoS One*. 2020 Apr;15(4):e0231924.
- 76.74. Bao Y, Sun Y, Meng S, Shi J, Lu L. 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *Lancet*. 2020 Feb;395(10224):e37–8.
- 77.75. Mazza C, Ricci E, Biondi S, Colasanti M, Ferracuti S, Napoli C, et al. A Nationwide Survey of Psychological Distress among Italian People during the COVID-19 Pandemic: Immediate Psychological Responses and Associated Factors. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 May;17(9):3165.
- 78.76. Costa R, Lino MM, Souza AIJ de, Lorenzini E, Fernandes GCM, Brehmer LC de F, et al. NURSING TEACHING IN COVID-19 TIMES: HOW TO REINVENT IT IN THIS CONTEXT? *Texto Context - Enferm*. 2020;29:2–4.
- 79.77. Dos Santos B, Scorsolini F, Barcellos R. Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Index de Enfermería*. 2020;29.
- 80.78. Scorsolini F. Programa de tutoría con estudiantes de enfermería en el contexto de la pandemia de COVID-19 en Brasil. *Index de Enfermería*. 2020;29.
- 81.79. Acevedo Á, Argüello A, Pineda BG, Turcios PW. Competencias del docente en educación online en tiempo de COVID-19: Universidades Públicas de Honduras. *Rev ciencias Soc*. 2020;
- 82.80. Carmona V, Siavil C. Virtualidad como herramienta de apoyo a la presencialidad: Análisis desde la mirada estudiantil. *Rev Ciencias Soc*. 2020;XXVI.
- 83.81. Martínez-Garcés J, Garcés-Fuenmayor J. Competencias digitales docentes y el reto de la educación virtual derivado de la covid-19. *Educ y Humanismo*. 2020 Jul;22(39):1–16.
- 84.82. Picón G, González G, Paredes J. Desempeño y formación docente en competencias digitales en clases no presenciales durante la pandemia COVID-19. [Performance and Teacher Training in Digital Competences in





Non-Presential Classes During the COVID-19 Pandemic]. Univ Priv María Serrana, Asunción. 2020;1–16.

- 85.83. Campo-Arias A, Pedrozo-Cortés MJ, Pedrozo-Pupo JC. Pandemic-Related Perceived Stress Scale of COVID-19: An exploration of online psychometric performance. *Rev Colomb Psiquiatr (English ed)* [Internet]. 49(4):229–30. Available from:  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/33328014>