

XVI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXI Jornadas de Investigación. XX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VI Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VI Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2024.

## **Prevención de trastornos emocionales en estudiantes universitarios con enfoque cognitivo-conductual: estudio piloto conjunto entre la universidad de monterrey (udem) y la Universidad de Buenos Aires (UBA).**

Natapof, Dafna Gabriela, Tolosa, Dante, García, Aldo, Fernández Rojas, Fernanda, Cazares Perez, Argelia Maribel y Ríos, Paola.

Cita:

Natapof, Dafna Gabriela, Tolosa, Dante, García, Aldo, Fernández Rojas, Fernanda, Cazares Perez, Argelia Maribel y Ríos, Paola (2024). *Prevención de trastornos emocionales en estudiantes universitarios con enfoque cognitivo-conductual: estudio piloto conjunto entre la universidad de monterrey (udem) y la Universidad de Buenos Aires (UBA). XVI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXI Jornadas de Investigación. XX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VI Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VI Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-048/249>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/evo3/cEx>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# PREVENCIÓN DE TRASTORNOS EMOCIONALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS CON ENFOQUE COGNITIVO-CONDUCTUAL: ESTUDIO PILOTO CONJUNTO ENTRE LA UNIVERSIDAD DE MONTERREY (UDEM) Y LA UNIVERSIDAD DE BUENOS AIRES (UBA)

Natapof, Dafna Gabriela; Tolosa, Dante; García, Aldo; Fernández Rojas, Fernanda; Cazares Perez, Argelia Maribel; Ríos, Paola

Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina - Universidad de Monterrey. Monterrey, México.

## RESUMEN

Los estudiantes universitarios enfrentan altas tasas de trastornos emocionales como ansiedad y depresión (Benjet et al., 2019). Según Castro-Ramirez et al. (2023), las universidades son cruciales para implementar intervenciones de salud mental. Varios estudios respaldan la efectividad de programas preventivos breves y transdiagnósticos en formato grupal, basados en el Protocolo Unificado, demostrando ser eficaces en población universitaria (Bentley et al., 2017; Sauer-Zavala et al., 2021; Socias-Soler et al., 2024). El objetivo es evaluar la aceptabilidad y utilidad de la intervención preventiva en universitarios mexicanos de la UDEM. Es un estudio piloto cuantitativo, longitudinal y cuasi-experimental que constará de 15 participantes seleccionados según criterios específicos; evaluando medidas pre-post con la finalidad de prevenir la aparición de sintomatología de trastorno emocional como variable primaria, y aumentar las habilidades de regulación emocional, autoeficacia, habilidades sociales y atención plena como variables secundarias. La intervención, sustentada en el PU de Barlow et al. (2011, 2019), fue adaptada a un modelo de intervención primaria de 5 encuentros semanales de 90 minutos cada uno, en formato sincrónico, programados para los meses de agosto a septiembre de 2024. En este póster, se presentan resultados preliminares.

## Palabras clave

Programa de prevención - Protocolo Unificado - Estudiantes universitario - Trastornos emocionales

## ABSTRACT

PREVENTION OF EMOTIONAL DISORDERS IN UNIVERSITY STUDENTS WITH A COGNITIVE-BEHAVIORAL APPROACH: JOINT PILOT STUDY BETWEEN UNIVERSIDAD DE MONTERREY (UDEM) AND UNIVERSIDAD DE BUENOS AIRES (UBA)

College students face high rates of emotional disorders such as anxiety and depression (Benjet et al., 2019). According to Castro-Ramirez et al. (2023), universities are crucial for imple-

menting mental health interventions. Several studies have demonstrated the effectiveness of brief and transdiagnostic preventive programs in a group format, based on the Unified Protocol, showing efficacy within the university population (Bentley et al., 2017; Sauer-Zavala et al., 2021; Socias-Soler et al., 2024). The objective is to evaluate the acceptability and utility of a preventive intervention in Mexican university students at UDEM. It is a quantitative, longitudinal and quasi-experimental pilot study that will consist of 15 participants selected according to specific criteria; evaluating pre-post measures with the purpose of preventing the appearance of emotional disorder symptoms as a primary variable, and increasing emotional regulation skills, self-efficacy, social skills and mindfulness as secondary variables. The intervention, based on the PU of Barlow et al. (2011, 2019), was adapted to an intervention model of 5 weekly meetings of 90 minutes each, in synchronous format, scheduled for the months of August and September 2024. In this poster, preliminary results will be presented.

## Keywords

Prevention program - Unified Protocol - University students - Emotional disorders

## BIBLIOGRAFÍA

- Barlow, D. H., Ellard, K. K. y Fairholme, C. P. (2011). *Unified protocol for transdiagnostic treatment of emotional disorders: Workbook*. Oxford University Press.
- Barlow, D. H., Farchione T. J., Sauer-Zavala, S., Murray Latin, Ellard, K. K., Bullis, J. R., Bentley, K. H., Boettcher, H. T. y Cassiello-Robbins, C. (2019). *Protocolo Unificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales: Manual del terapeuta*. (2 ed.). Alianza Editorial.
- Benjet, C., Gutiérrez-García, R. A., Abrego-Ramírez, A., Borges, G., Covarrubias-Díaz, A., del Socorro Durán, M., González-González, R., Hermsillo-de la Torre, A. E., Martínez-Martínez, K. I., Medina-Mora, M. E., Mejía-Zarazúa, H., Pérez-Tarango, G., Zavala-Berbena, M. A.

- y Mortier, P. (2019). Psychopathology and self-harm among incoming first-year students in six Mexican universities. *Salud Pública de México*, 61(1), 16-26. <https://doi.org/10.21149/9158>
- Bentley, K., Boettcher, H., Bullis, J., Carl, J., Conklin, J., Sauer-Zavala, S., Pierre-Louis, C., Farchione T. y Barlow, D. (2017). Development of a Single-Session, Transdiagnostic Preventive Intervention for Young Adults at Risk for Emotional Disorders. *Behavior Modification*. 1-25. <https://doi.org/10.1177/0145445517734354>
- Castro-Ramirez, F., Paz-Pérez, M. A., McGuire, T. C., Rankin, O., García Alfaro, M. C., Melchor Audirac, A., Gómez Campuzano, M. L., Coady, P., Núñez-Delgado, M., Manana, J., Hernández-de la Rosa, C., Tamedou, T., Vergara, G. A., Alvis Barranco, L., Cudris-Torres, L., Nock, M. K., Naslund, J. A. y Benjet, C. (2023). A qualitative examination of the impact of suicidal thoughts and behavior on help-seeking among university students in Colombia and Mexico. *Journal of Behavioral and Cognitive Therapy*, 33(2), 67-80. <https://doi.org/10.1016/j.jbct.2023.04.001>
- Sauer-Zavala, S., Tirpak, J. W., Eustis, E. H., Woods, B. K. y Russell, K. (2021). Unified protocol for the transdiagnostic prevention of emotional disorders: Evaluation of a brief, online course for college freshmen. *Behavior Therapy*, 52(1), 64-76.
- Socias-Soler, J., Martínez-García, L., Peris-Baquero, Ó. y Osma, J. (2024). Results of a brief online group application of the unified protocol for the prevention of emotional disorders in university students: a pilot study with multiple baseline experimental design. *Annals of Psychology*, 40(2), 179-188.