



PSICOLOGÍA

Proyecto de Titulación previo a la obtención de título de Licenciada en
Psicología

Autor: Alisson Nicole Casa Leiva

Director: Dra. Paulina Erika

Herdoiza Arroyo

**Bienestar Online: Intervención psicológica online para disminuir sintomatología de
ansiedad y depresión en población de México, Ecuador, Chile, Brasil, Perú, Holanda**

y España: Un ensayo clínico aleatorizado multicéntrico

Bienestar Online: Intervención psicológica online para disminuir sintomatología de ansiedad y depresión en población de México, Ecuador, Chile, Brasil, Perú, Holanda y España: Un ensayo clínico aleatorizado multicéntrico

Resumen

La investigación propuesta aborda la creciente carga de trastornos de ansiedad y depresión a nivel global mediante la implementación de una intervención psicológica en línea. Este ensayo clínico aleatorizado multicéntrico tiene como objetivo evaluar la efectividad de la intervención para reducir la sintomatología de ansiedad y depresión en poblaciones de México, Ecuador, Chile, Brasil, Perú, Holanda y España, que no presenten sintomatología grave de ansiedad, depresión y/o comorbilidad psiquiátrica. Estas sesiones serán adaptadas cultural y lingüísticamente, con participantes asignados al azar a grupos de intervención o de control. El grupo experimental recibirá la intervención a través de una plataforma interactiva por módulos que será auto aplicada para reducción de sintomatología, mientras que el grupo de control únicamente recibirá un manual auto aplicado de la misma intervención, pero en formato PDF. Se espera que los resultados proporcionen una comprensión más profunda de la eficacia de las intervenciones en línea en contextos culturales diversos, con implicaciones significativas para la prestación de servicios de salud mental a nivel global.

Palabras clave: *ansiedad, depresión, intervención online, auto aplicada, módulos.*

Abstract

The proposed research addresses the increasing burden of anxiety disorders and depression globally through the implementation of an online psychological intervention. This multicenter randomized clinical trial aims to evaluate the effectiveness of the intervention in reducing anxiety and depression symptomatology in populations from Mexico, Ecuador, Chile, Brazil, Peru, the Netherlands and Spain, who do not have severe anxiety, depression and/or psychiatric comorbidity. These sessions will be culturally and linguistically adapted, with participants randomly assigned to intervention or control groups. The experimental group will receive the intervention through a modular interactive platform that will be self-applied for symptomatology reduction, while the control group will only receive a self-applied manual of the same intervention, but in PDF format. The results are expected to provide a deeper understanding of the effectiveness of online interventions in culturally diverse contexts, with significant implications for the delivery of mental health services globally.

Keywords: *Anxiety, depression, online intervention, self-applied, modules.*