

Avaluació de l'efectivitat d'una intervenció de prevenció guiada per a símptomes de depressió i ansietat en universitaris/àries: Protocol d'un assaig controlat aleatoritzat

PROMES-U



Project "PI20/00006", funded by Instituto de Salud Carlos III (ISCIII) and co-funded by the European Union

Mètodes

Assaig controlat aleatoritzat

- Grup **intervenció** (n=214; **La Meva Guia Emocional** –MyMoodCoach-)
- Grup **control** (n=214; tractament habitual + monitorització)

Participants



Estudiants de grau amb símptomes de depressió

($5 \leq \text{PHQ-9} \leq 14$) i/o ansietat ($5 \leq \text{GAD-7} \leq 14$)

De les següents universitats:



Universitat
de les Illes Balears



UNIVERSITAT
JAUME I



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA



UNIVERSITAS
Miguel Hernández



Universidad
Zaragoza

Avaluacions □ **basal** i seguiments als **3, 6 i 12 mesos**.

Resultat principal □ **reducció de símptomes d'ansietat i depressió post-intervenció (PHQ-9 i GAD-7)**

Intervenció de prevenció guiada (LaMevaGuiaEmocional¹)

Retorn no
sincrònic per
part d'un
psicòleg/òloga


Setmana 1



Contingut basat en teràpia
cognitiva-conductual:

- Biblioteca
- Eines
- Reptes
- Monitoratge
- Alertes i notificaciones
- Xat

Setmana 6-8

App desenvolupada per  MONSENSE

Resultats

- Reclutament: de **febrer 2024** a **novembre 2024**
- Participat actual: de 2.781 estudiants, **671 compleixen criteris i han estat convidats/ades a l'estudi**

CONCLUSIONS

Els resultats aportaran evidència sobre si la **intervenció de prevenció guiada és o no efectiva** per a la reducció de **símptomes de depressió i ansietat** en estudiants universitaris/àries.

I contribuiran per a implementar **estratègies de prevenció** en els campus universitaris.

Gràcies per la vostra atenció!

Equip investigador PROMES-U:

IMIM-UPF Alonso, J (PI), Amigo, F; Ballester, L, Mortier, P; Portillo-Van Diest, A; Vilagut, G.; **UIB** Forteza-Rey, I; Garcia, P; Gili, M; Roca, M; **UJI** Carrasco, P; Giménez, C; Herrero, P; Rebagliato, M; Ruiz; E; **UMA** Moreno, B; Salguero, JM; **UMH** Falcó, R; Marzo, JC; Piqueras, JA; Soto-Sanz, V; **UNIZAR** Rodríguez, T

Finançament:

ISCIII and co-funded by the European Union (PI20/00006); AGAUR (2021 SGR 00624); CIBER -Consortio Centro de Investigación Biomédica en Red- (CB06/02/0046), Instituto de Salud Carlos III, Ministerio de Ciencia e Innovación and Unión Europea



PROMES-U study

