



Facultad de Psicología

Carrera de Psicología Educativa

Prevención de problemas emocionales y conductuales en adolescentes desde la perspectiva del modelo transdiagnóstico

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de Licenciada
en Psicología Educativa

Autor:

Nathaly Milena Vega Arevalo

Directora:

Prof. Ximena Chocho Orellana, Ph.D.

Cuenca - Ecuador

2025

Dedicatoria

Dedico esta tesis a mi abuelo Augusto que desde el cielo me cuidó y me forjó desde niña para ser la persona que soy hoy.

A mi abuela Violeta que cada noche rezó por mi bienestar y superación, ayudándome a convertirme en una mujer fuerte y resiliente.

A mi madre Carmen por ser mi pilar en la vida, por esforzarse para que pudiera alcanzar mis sueños y por darme su amor incondicional.

A mi padre Alberto por ser un guía que creyó en mí desde el inicio y me motivó a seguir adelante.

A mis hermanos Ronny, Jostin y Domenica por acompañarme en esta aventura, por compartir mis alegrías y desafíos, y por verme como su ejemplo a seguir.

A mi querida gatita Luna que me acompaña en las noches de desvelo al inicio de mi carrera y ahora me cuida desde el cielo.

Agradecimiento

Agradezco profundamente a mi madre Carmen por su esfuerzo incansable para brindarme todo lo necesario y así convertirme en la profesional que soñaba ser. A mi padre Alberto que me ha apoyado en cada momento difícil de mi carrera y siempre ha confiado en mis capacidades.

A mi tutora Ximena por ser un pilar fundamental en mi formación académica y personal, una gran docente que confió en mí desde el inicio, guiándome con paciencia, compromiso y dedicación.

A mis profesoras Cindy, Norma y Tatiana, les doy las gracias más sinceras por su apoyo constante y por haberme acompañado en mi formación académica. Por último, doy gracias a mis amigos Melanny, Paola, Ximena Bryam, Juan y Abigail por hacer mis días en la universidad más alegres y compartir risas junto con experiencias inolvidables.

Resumen

El abordaje de prevención de problemas emocionales y conductuales en adolescentes desde la perspectiva del modelo transdiagnóstico se fundamenta en la alta prevalencia de ansiedad y depresión que afectan su rendimiento, centrándose en la modificación de mecanismos comunes a múltiples patologías para optimizar la eficacia preventiva. La investigación resalta que un porcentaje considerable de jóvenes experimenta estas dificultades. A pesar de esto, la minoría recibe la atención profesional necesaria, lo que subraya la importancia crucial de la detección temprana y la necesidad urgente de implementar intervenciones preventivas oportunas que aborden estos problemas de manera efectiva. El estudio tuvo como objetivo analizar las estrategias de prevención transdiagnósticas, sus fundamentos teóricos, aplicaciones prácticas y eficacia, mediante una revisión sistemática siguiendo el modelo PRISMA. Se consultaron bases de datos académicas y se aplicaron criterios de inclusión y exclusión, seleccionando once estudios relevantes de Latinoamérica y España publicados entre 2018 y 2025. Los resultados mostraron que la regulación emocional fue el principio transdiagnóstico central y que las intervenciones cognitivo-conductuales, incluyendo el Protocolo Unificado, fueron efectivas en contextos escolares, familiares y comunitarios. En conclusión, la implementación grupal y online, con participación de docentes y familias, potenció la eficacia de los programas. La revisión confirmó la utilidad del modelo transdiagnóstico, señalando limitaciones en la heterogeneidad de muestras y el seguimiento a largo plazo.

Palabras clave: trastornos de conducta, regulación emocional, adolescencia, trastornos afectivos, prevención

Abstract

The preventive approach to emotional and behavioral problems in adolescents, framed within the transdiagnostic model, is grounded in the high prevalence of anxiety and depression that severely impacts their academic performance. This strategy focuses on modifying mechanisms common to multiple pathologies to optimize preventive efficacy. Research underscores that a considerable percentage of youth experience these difficulties. Despite this, a minority receive the necessary professional attention, which highlights the crucial importance of early detection and the urgent need to implement timely preventive interventions that effectively address these problems. The study aimed to analyze transdiagnostic prevention strategies, their theoretical foundations, practical applications, and efficacy, by means of a systematic review following the PRISMA model. Academic databases were consulted, and inclusion and exclusion criteria were applied, resulting in the selection of eleven relevant studies from Latin America and Spain published between 2018 and 2025. The findings showed that emotional regulation was the central transdiagnostic principle and that cognitive-behavioral interventions, including the Unified Protocol, were effective across school, family, and community settings. In conclusion, group and online implementation, with the participation of teachers and families, enhanced the efficacy of the programs. The review confirmed the utility of the transdiagnostic model, while pointing out limitations concerning sample heterogeneity and long-term follow-up.

Keywords: conduct disorders, emotional regulation, adolescence, affective disorders, prevention