

## Identificació del projecte

### Nom del projecte

Adaptació i avaluació d un programa autoaplicat en línia per estudiants universitaris amb depressió i/o ansietat

### Expedient numero

2023 BENES 00023



**Agència  
de Gestió  
d'Ajuts  
Universitaris  
i de Recerca**



**Generalitat de Catalunya  
Departament de Recerca  
i Universitats**

## Descripció del projecte

La COVID-19 va perjudicar als joves incrementant la prevalença dels problemes emocionals i el risc de mantenir-los. A Catalunya i a Europa prop del 50% dels estudiants universitaris tenen risc d'ansietat o depressió. Malgrat moltes universitats ofereixen serveis d'atenció psicològica, la necessitat no queda coberta i és difícil l'accés als serveis públics de salut mental. És necessari explorar programes basats en l'evidència científica i de baix cost, que puguin millorar i prevenir els problemes. L'estudi pretén adaptar i avaluar la viabilitat, acceptabilitat i eficàcia del programa en línia Overcoming Low Mood and Depression (OLMD), basat en tècniques cognitiu-conductuals, a través d'un assaig clínic aleatoritzat comparant el programa OLMD amb un grup control actiu, en estudiants de tres universitats (URV, UdG i URL) amb símptomes de depressió o ansietat. S'espera que la intervenció tingui un impacte directe en els estudiants reduint els símptomes emocionals i prevenint els trastorns.

## Financiació

### Entitat finançadora

Amb el suport del Departament de Recerca i Universitats de la Generalitat de Catalunya

### Import

14.000,00 €