



III Congreso
Internacional
de Psicología



Facultad de
Psicología
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA



Indicadores psicobiológicos, emocionales y conductuales de sintomatología internalizante en adultos emergentes.

PINAZZO, LEONEL. RIVAS, CAMILA. RISTA, SANTIAGO. PÍRIZ, MICAELA. BEGINO, VALENTINA. CANCELTA, SANTIAGO. PAZ, VALENTINA. FERNÁNDEZ THEODULOZ, GABRIELA.

INSTITUTO DE PSICOLOGÍA CLÍNICA, FACULTAD DE PSICOCLOGÍA, UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA (URUGUAY)

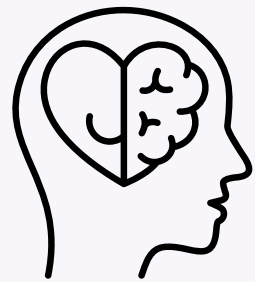
CONGRESO INTERNACIONAL EN PSICOLOGÍA 2025



ÍNDICE

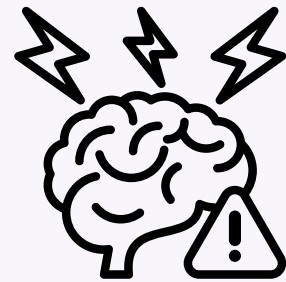
- 1) Introducción
- 2) Factores transdiagnósticos en adultos emergentes: desregulación emocional, variabilidad afectiva y problemas internalizantes.
- 3) Calidad de sueño, regulación emocional y problemas internalizantes en adultos emergentes.
- 4) La rumiación como predictor transdiagnóstico de sintomatología emocional en adultos emergentes

INTRODUCCIÓN



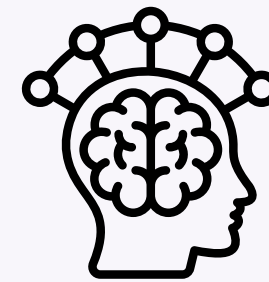
CONTEXTO GENERAL

Los **trastornos mentales** son un grave problema de salud pública, representando aproximadamente el **14%** de la carga global de enfermedad, lo que requiere atención urgente.



DEPRESIÓN Y ANSIEDAD

La **depresión** y la **ansiedad** son altamente prevalentes y comórbidas, lo que complica su diagnóstico y tratamiento, afectando en gran medida la calidad de vida de los individuos.



ENFOQUE TRANSDIAGNÓSTICO

Un **enfoque transdiagnóstico** permite entender la psicopatología como un continuo, identificando procesos comunes para mejorar la efectividad de las intervenciones y tratamientos.

METODOLOGÍA

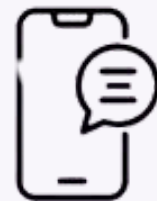


PARTICIPANTES

T1. N = 124 (22.8) (SD = 3.2)

T2. N = 82

T3. N = 66



EVALUACIÓN DIARIA (14 DÍAS)

Dos veces al día encuesta
vía WhatsApp sobre
afecto negativo



INSTRUMENTOS

Medidas de autoreporte



SEGUIMIENTO LONGITUDINAL

Tres mediciones,
cada 6 meses

OBJETIVOS

- Indagar la asociación entre calidad del sueño, la regulación emocional, la dinámica afectiva y los problemas internalizantes en adultos emergentes.
- Evaluar la relación entre los perfiles emocionales y los problemas internalizantes
- Investigar la asociación longitudinal de la rumiación con la depresión.

FACTORES TRANSDIAGNÓSTICOS EN ADULTOS EMERGENTES: DESREGULACIÓN EMOCIONAL, VARIABILIDAD AFECTIVA Y PROBLEMAS INTERNALIZANTES

- **Desregulación emocional:** La desregulación emocional se refiere a las dificultades para manejar, comprender y responder de forma adaptativa a las propias emociones, de modo que estas terminan interfiriendo en el bienestar y en la capacidad de actuar según las metas personales.
- **Variabilidad Afectiva:** rango de estados emocionales.
- **Inestabilidad Afectiva:** magnitud de los cambios emocionales en el tiempo.
- **Evitación:** implica eludir estímulos psicológicos internos (por ejemplo, emociones) y externos (por ejemplo, situaciones).
- **Rumiación:** tendencia a analizar repetidamente las experiencias emocionales propias, así como sus causas o consecuencias.

OBJETIVOS

DESCRIBIR ASOCIACIONES

Este objetivo busca describir la relación entre la variabilidad e inestabilidad afectiva, la desregulación emocional y las estrategias desadaptativas de regulación emocional, con los problemas internalizantes (PI).

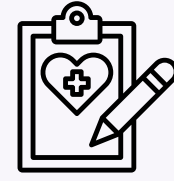
IDENTIFICAR PERFILES

Identificar perfiles emocionales en función de la variabilidad e inestabilidad afectiva, la desregulación emocional y el uso de estrategias desadaptativas.

COMPARAR ENTRE PERFILES

Comparar cómo varían los problemas internalizantes entre los perfiles identificados.

METODOLOGÍA



EVALUACIÓN INICIAL

Cuestionario sociodemográfico ad hoc, índice socioeconómico (Perera & Cazulo, 2016) y entrevista clínica MINI-PLUS para relevar criterios diagnósticos DSM-5.



INSTRUMENTOS DE AUTORREPORTE

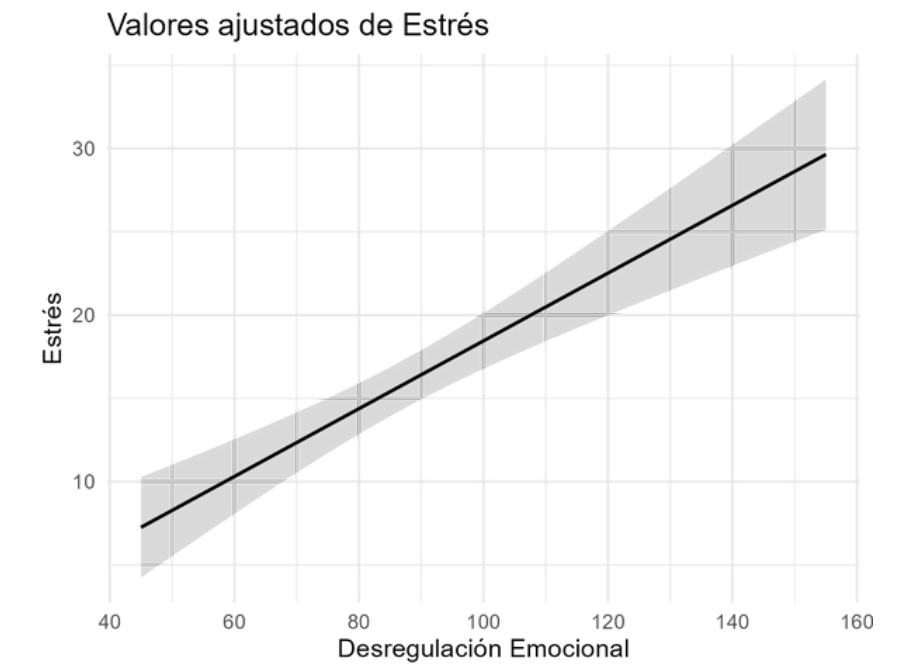
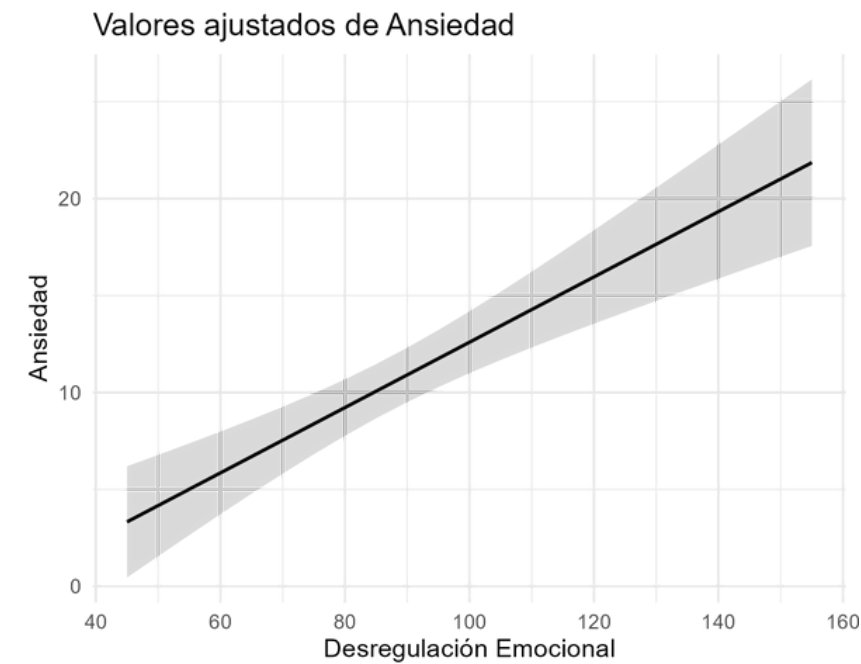
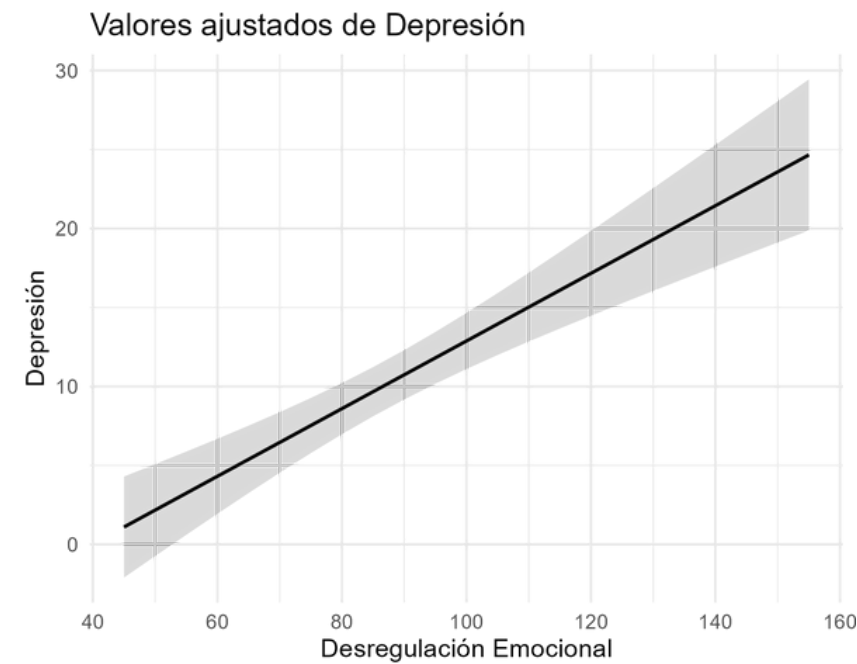
- Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21)
- Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)
- Respuestas Rumiativas breve (RRS)
- Aceptación y Acción (AAQ)



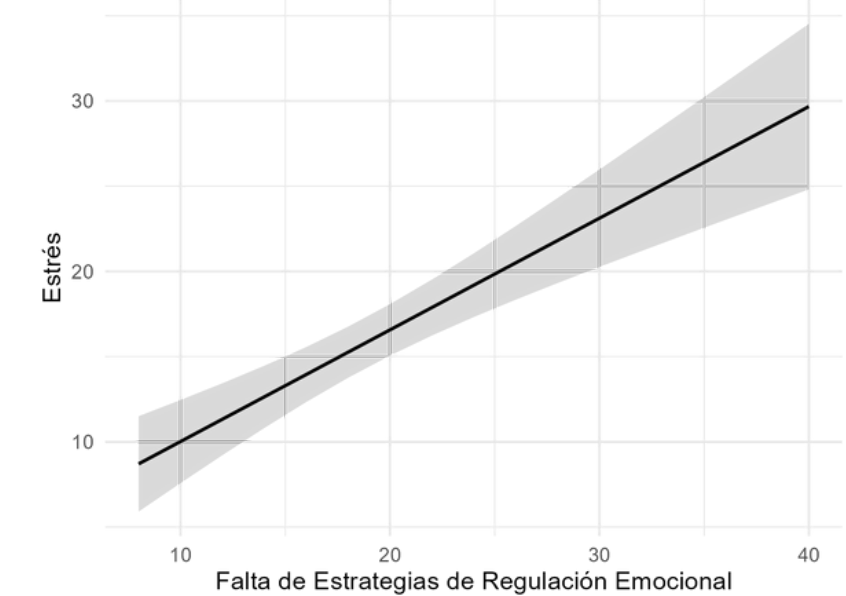
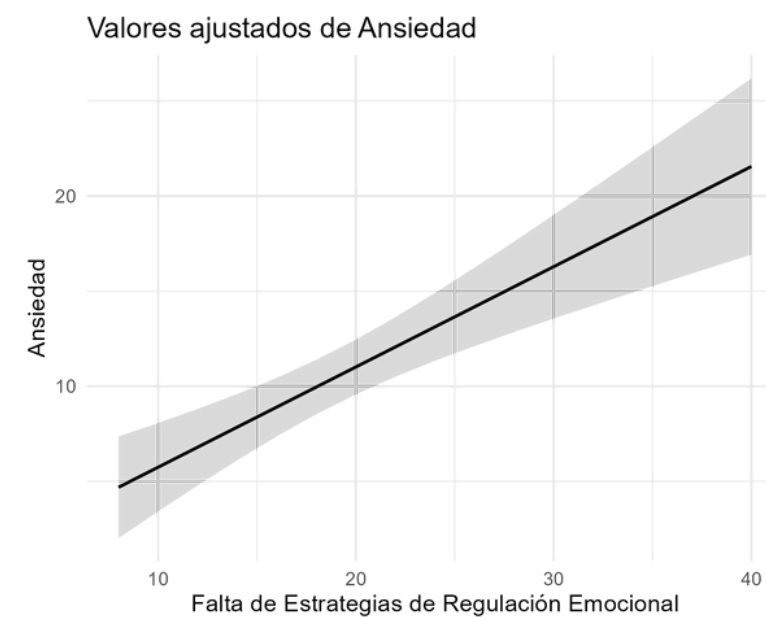
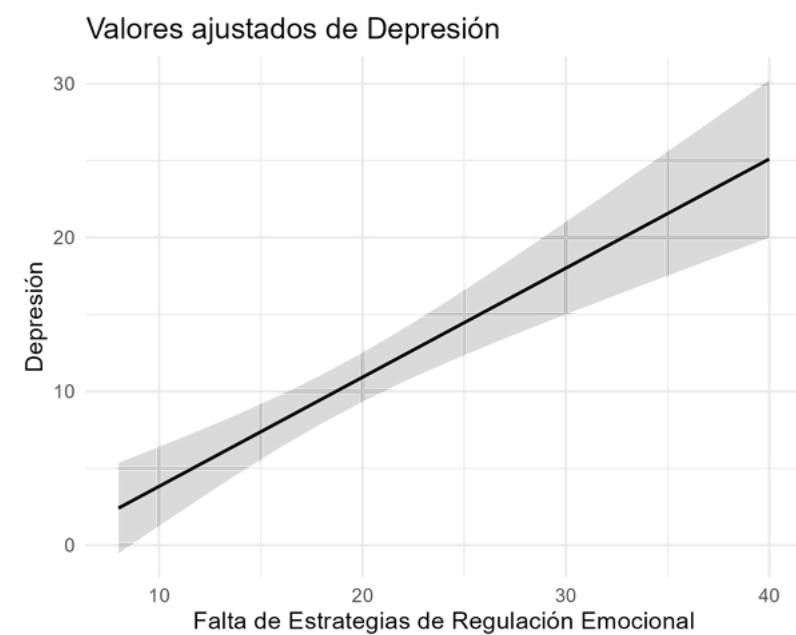
EVALUACIÓN DIARIA (EMA – 14 DÍAS)

PANAS-SF administrado dos veces al día vía WhatsApp durante 14 días para registrar afecto negativo y obtener dinámica afectiva en tiempo real con alta validez ecológica.

RESULTADOS

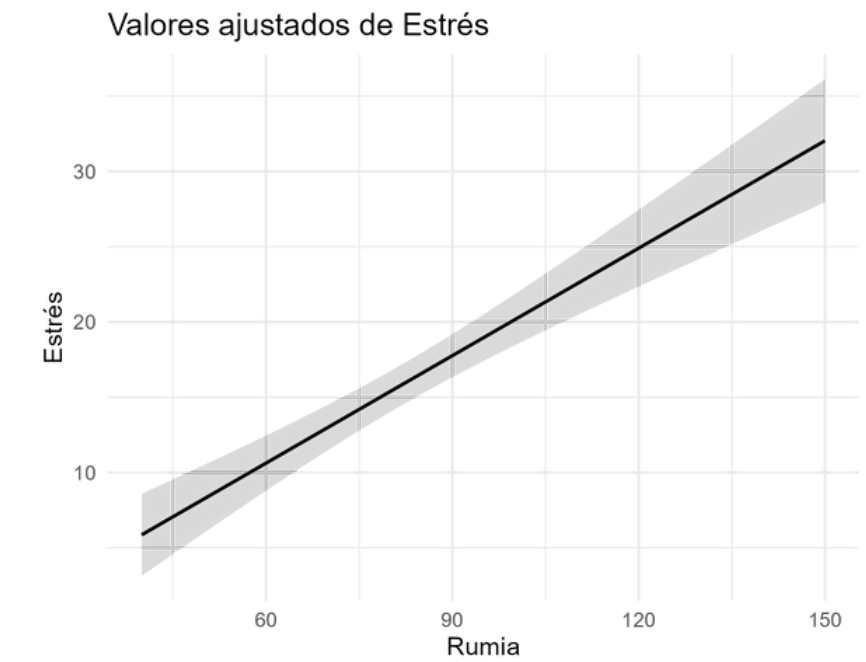
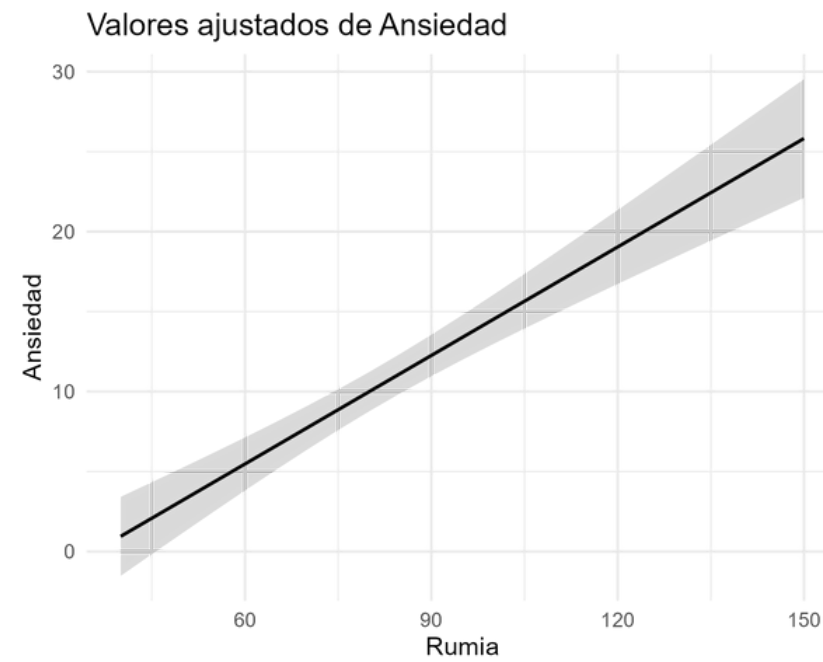
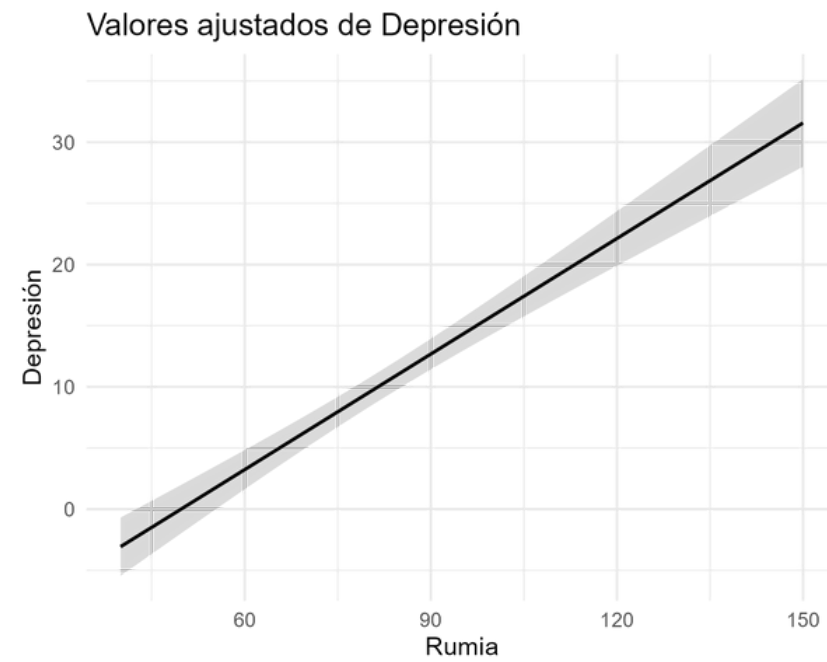


Las dificultades en la regulación emocional se relacionaron con un aumento de problemas internalizantes.
(D: $\beta = 0,21$, $p < 0,001$; A: $\beta = 0,17$; $p < 0,001$; E: $\beta=0,20$, $p < 0,001$).

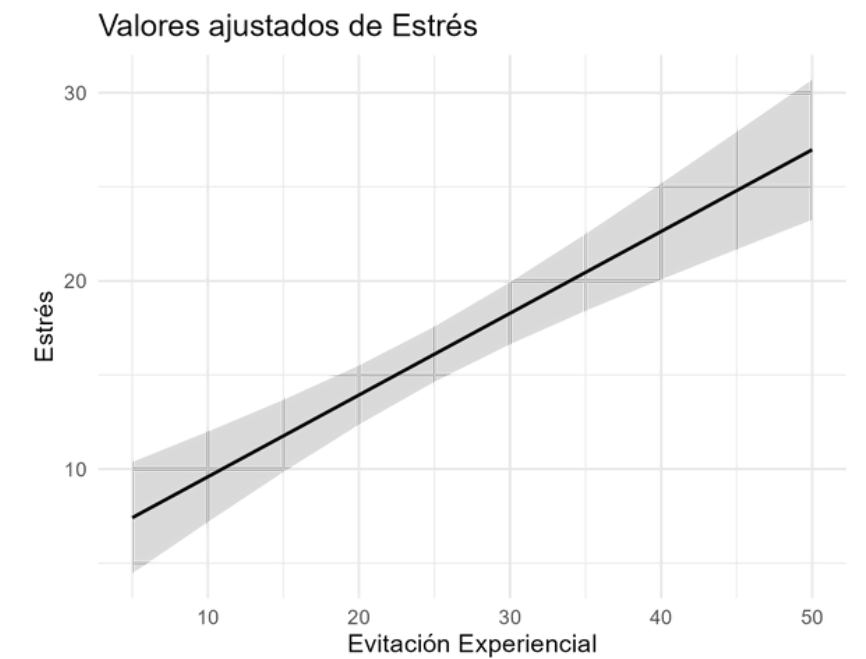
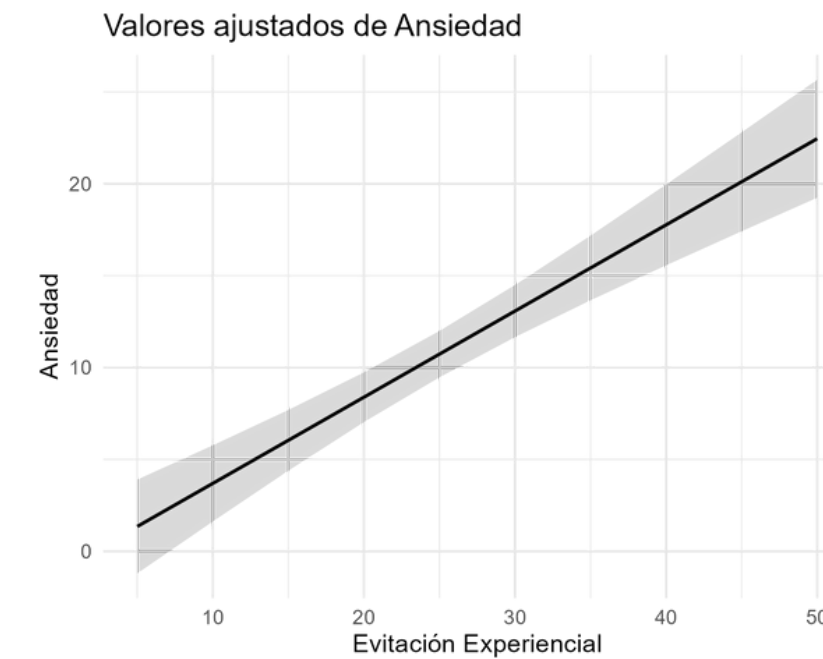
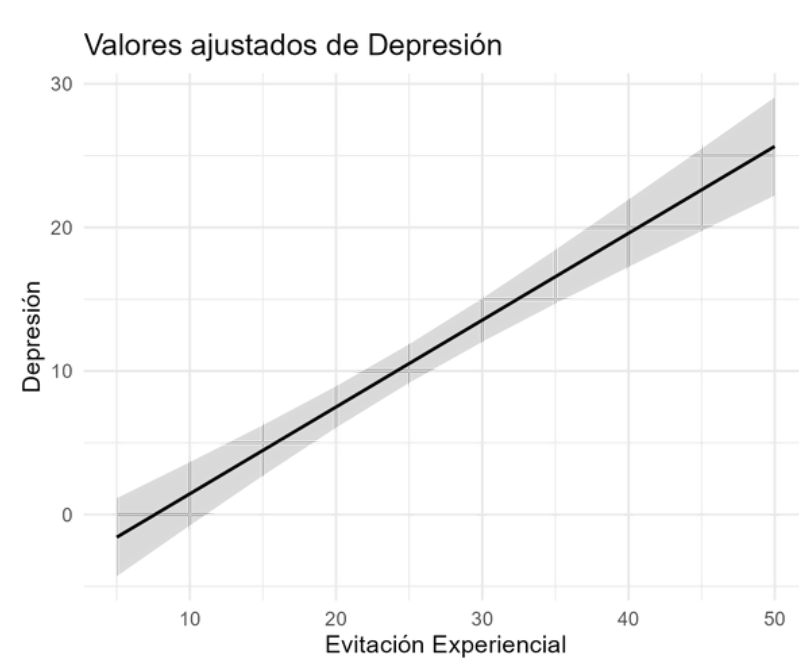


La falta de estrategias de regulación emocional se relacionaron con un aumento de problemas internalizantes.
(D: $\beta = 0,54$, $p < 0,001$; A: $\beta = 0,53$; $p < 0,001$; E: $\beta=0,37$, $p < 0,013$).

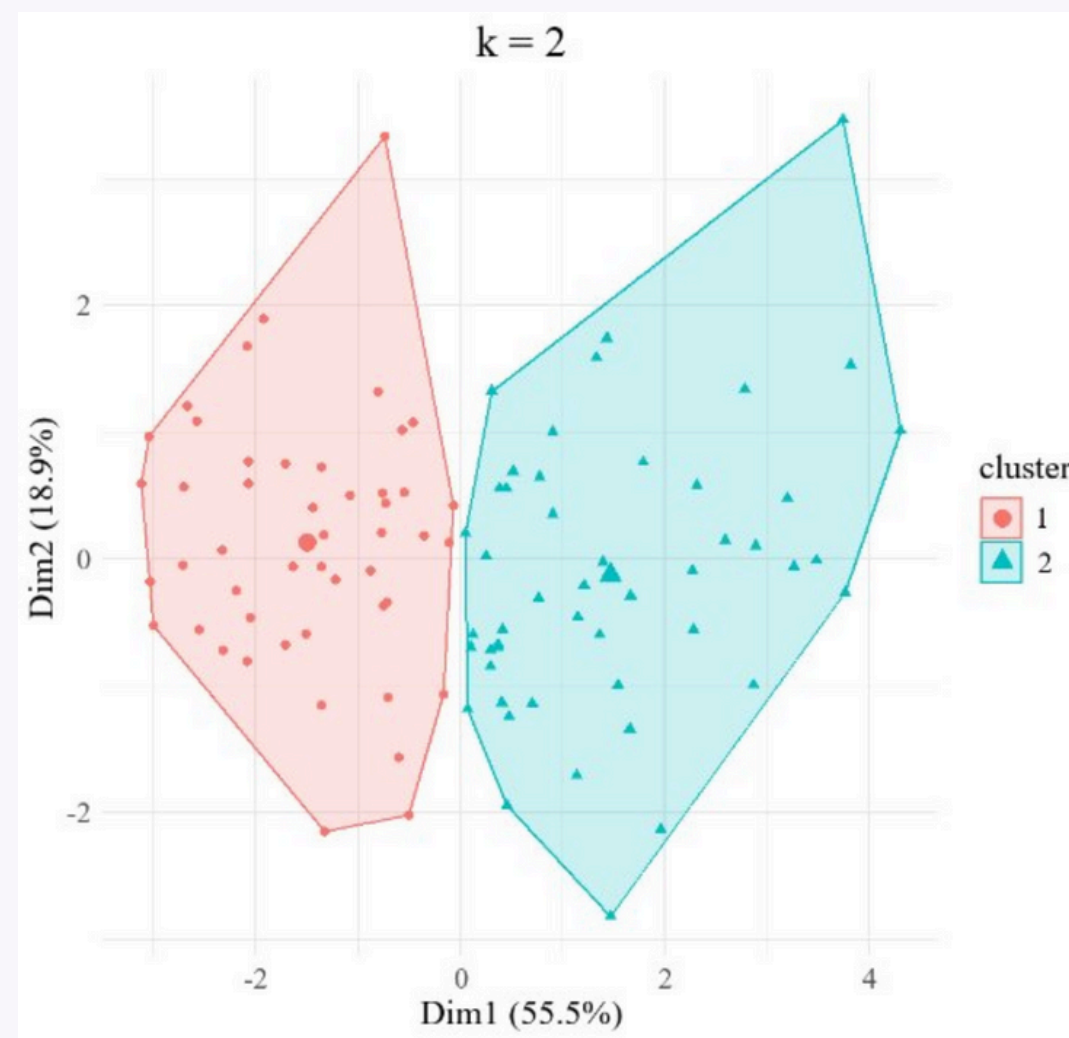
RESULTADOS



La rumiación se relacionó con un aumento de problemas internalizantes.
(D: $\beta = 0,31$, $p < 0,001$; A: $\beta = 0,23$; $p < 0,001$; E: $\beta = 0,24$, $p < 0,001$).

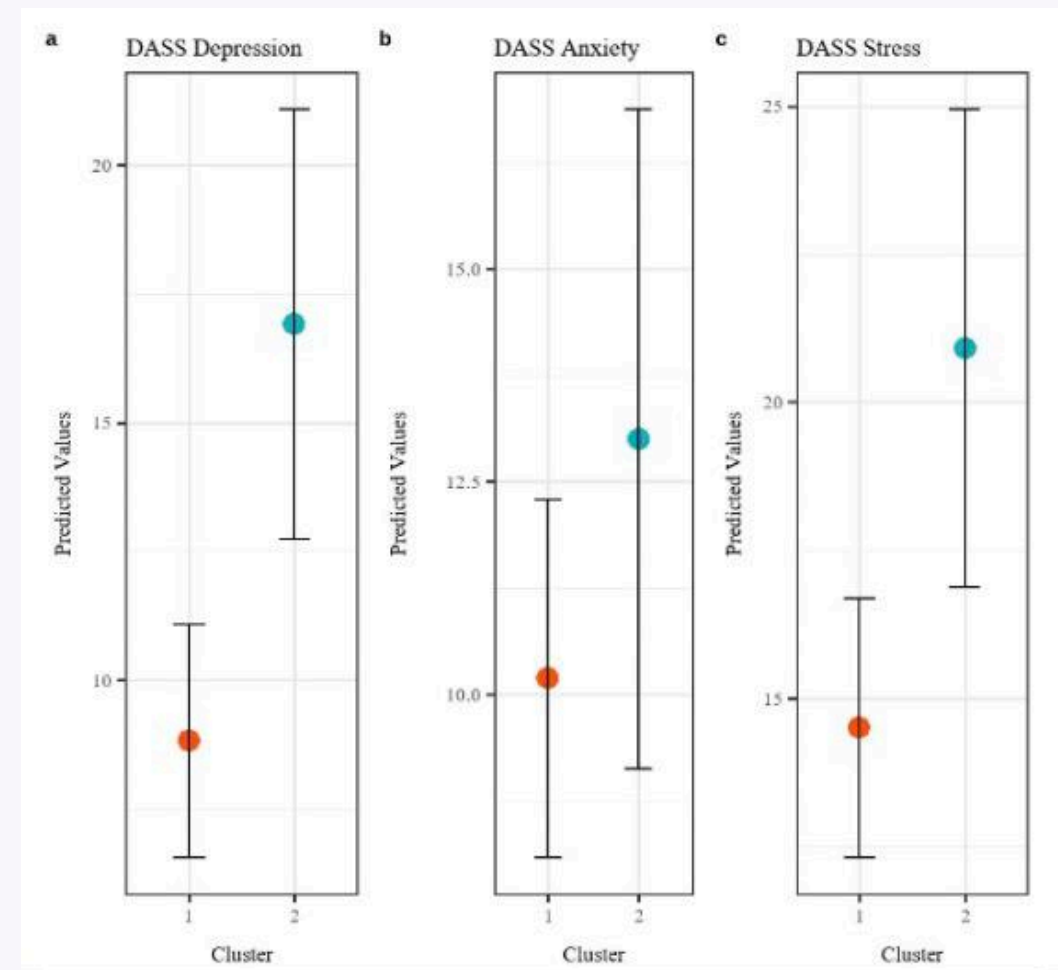


La evitación se relacionó con un aumento de problemas internalizantes.
(D: $\beta = 0,61$, $p < 0,001$; A: $\beta = 0,47$; $p < 0,001$; E: $\beta = 0,43$, $p < 0,001$).



El análisis de Clúster identificó dos perfiles diferenciados:

- Clúster 1: niveles más bajos de evitación, dificultades en la regulación emocional, rumiación, variabilidad e inestabilidad afectiva
- Clúster 2: niveles significativamente más altos en estas variables, lo que se tradujo en mayores problemas internalizantes



Se encontraron efectos principales positivos significativos de pertenecer a los clústeres identificados sobre

depresión ($\beta = 12,854$, $p < 0,001$),

ansiedad ($\beta = 8.396$, $p < 0,001$) y

estrés ($\beta = 11.219$, $p < 0,001$)

DISCUSIÓN

En conjunto, los hallazgos respaldan el enfoque transdiagnóstico y su relevancia para la práctica clínica, indicando la necesidad de estrategias personalizadas que promuevan la regulación emocional adaptativa.

Futuros estudios deberían evaluar la estabilidad de estos perfiles en el tiempo, su valor predictivo sobre resultados clínicos y la interacción con factores ambientales y sociales.

CALIDAD DE SUEÑO, REGULACIÓN EMOCIONAL Y PROBLEMAS INTERNALIZANTES EN ADULTOS EMERGENTES

Categoría de problemas internalizantes: ansiedad, depresión, estrés

Calidad de sueño: tiene que ver con qué tan bien duerme una persona. Contiene elementos tanto objetivos como subjetivos. Es considerado un predictor de salud física y mental.

- Latencia: tiempo que una persona demora en dormir.
- Despertares: número de veces que una persona se despierta.
- Eficiencia: relación entre el tiempo dormido y el tiempo en cama.

OBJETIVO

Estudiar la asociación entre la calidad de sueño y la regulación emocional en adultos emergentes con problemas internalizantes.

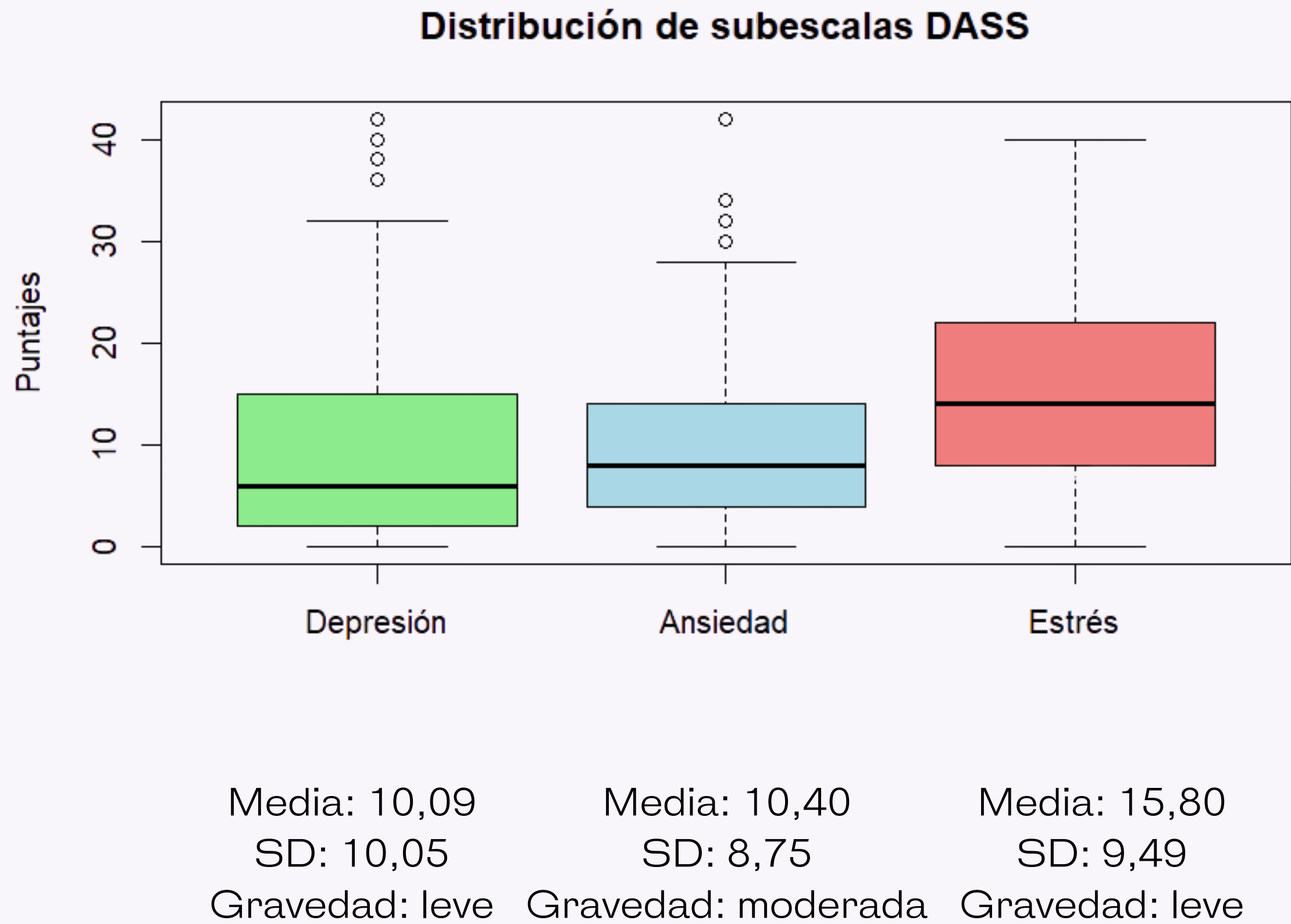
METODOLOGÍA

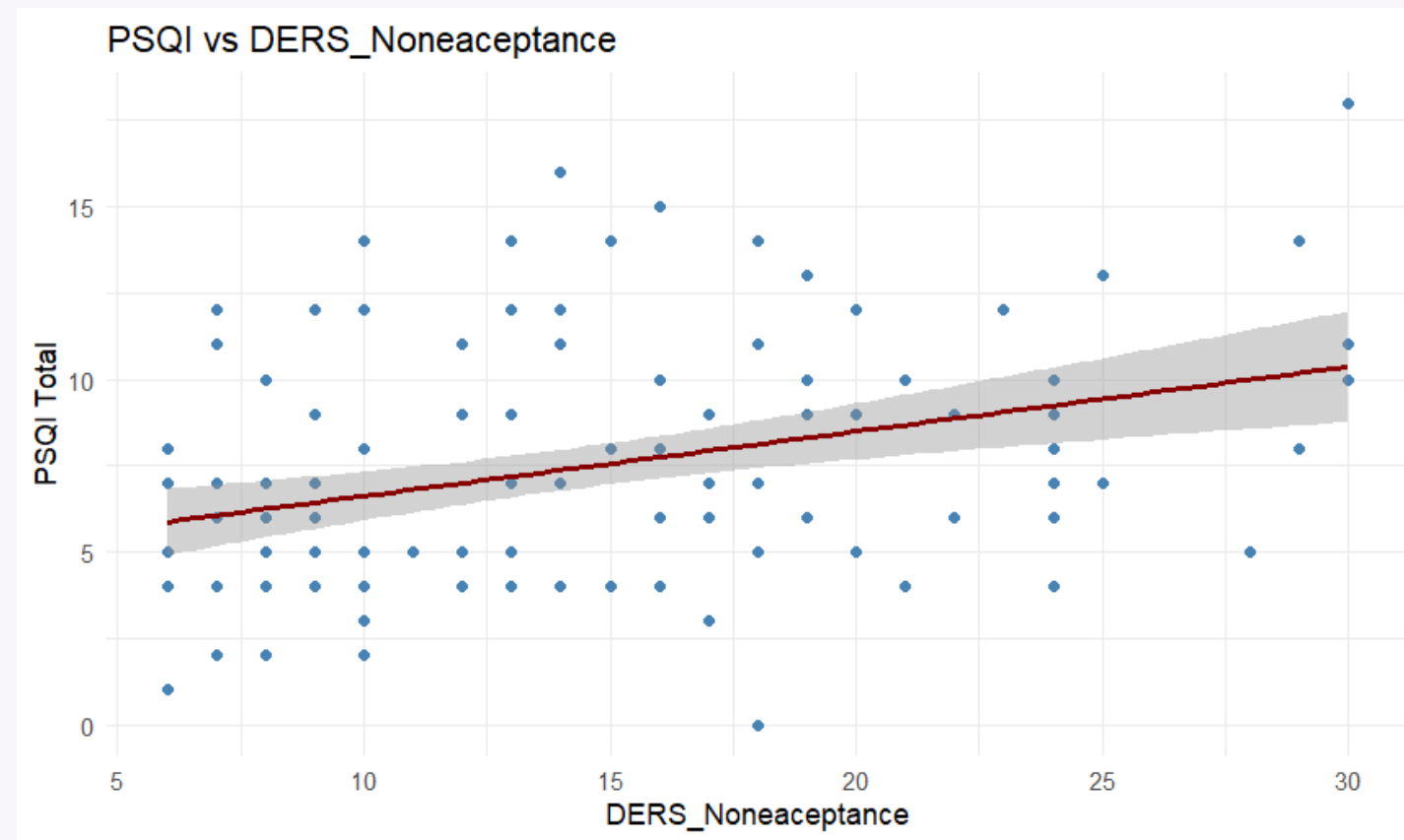


INSTRUMENTOS

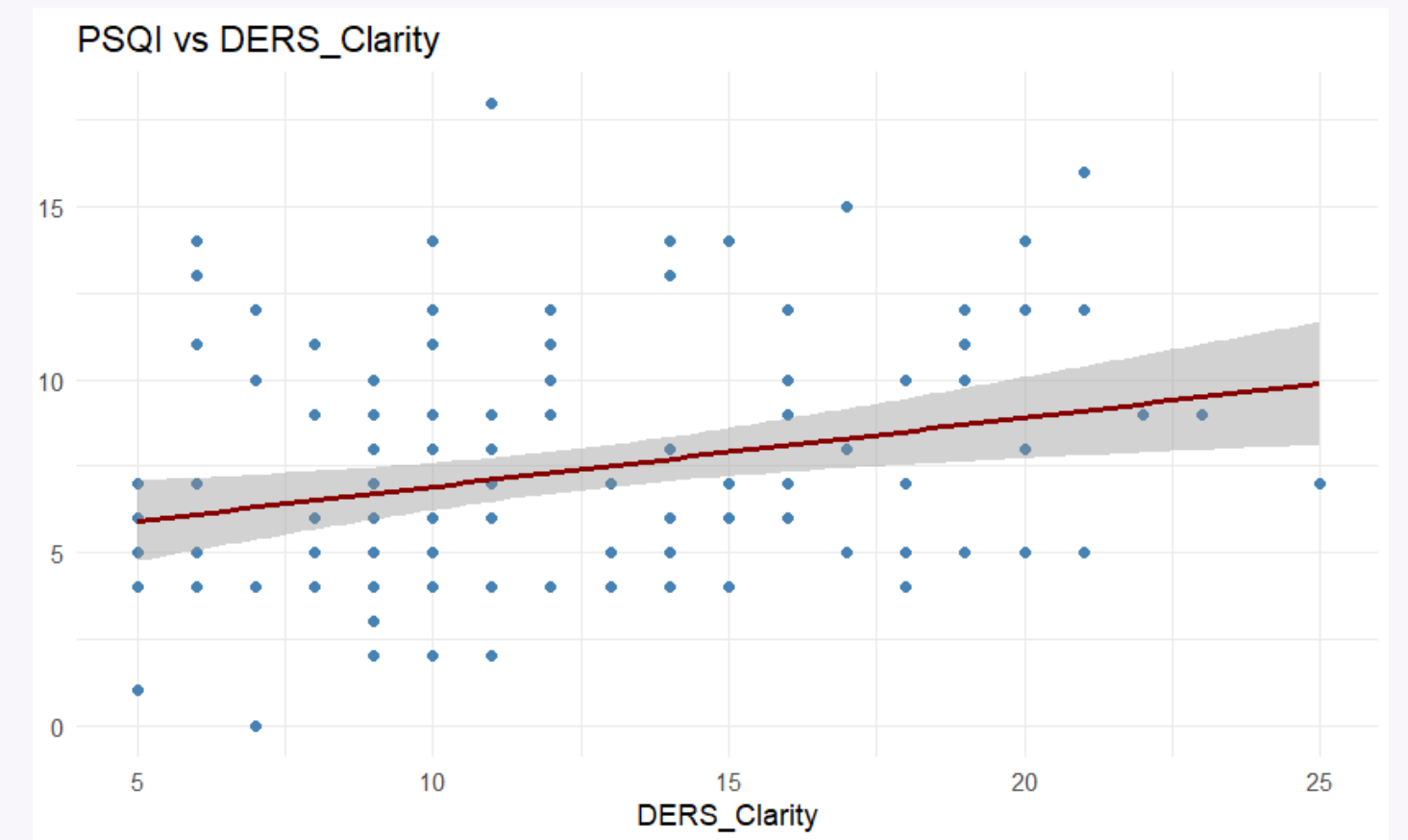
- PSQI (Inventario de Calidad de Sueño de Pittsburgh)
- DERS (Escala de Dificultades en Regulación Emocional): no aceptación, claridad, metas, estrategias, impulsividad y conciencia
- DASS (Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés)

RESULTADOS

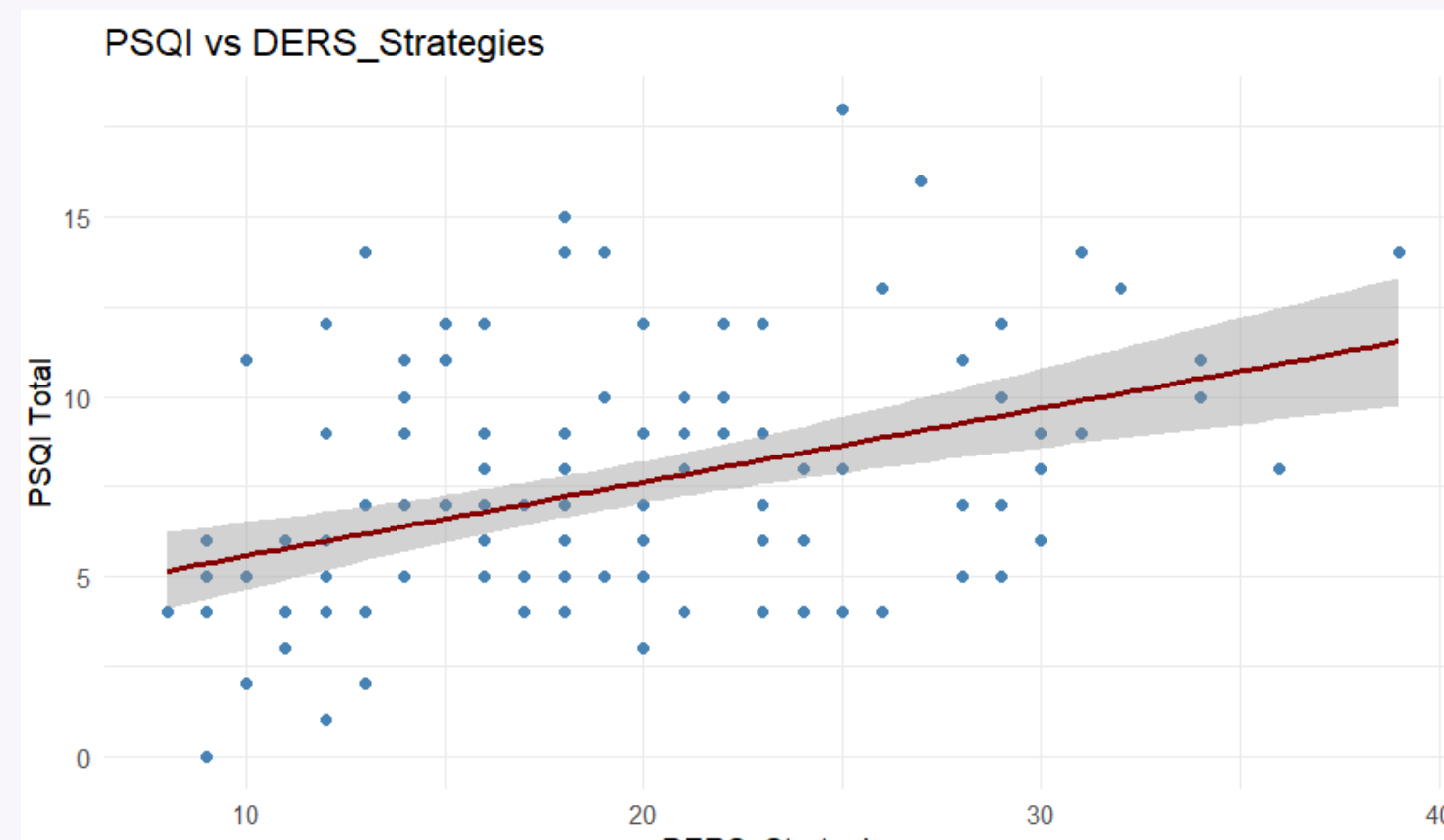




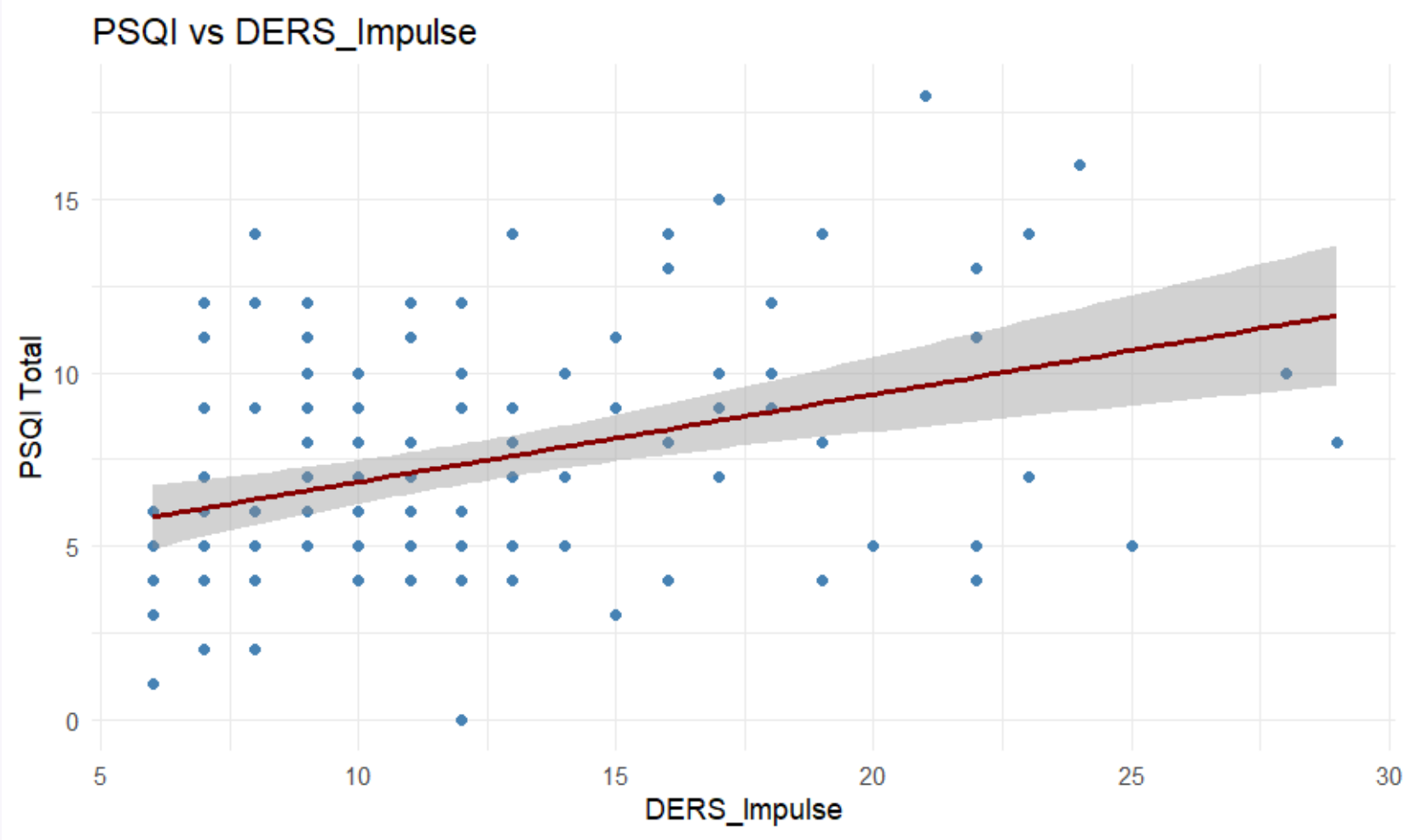
r: 0,34
p-value: <0,001



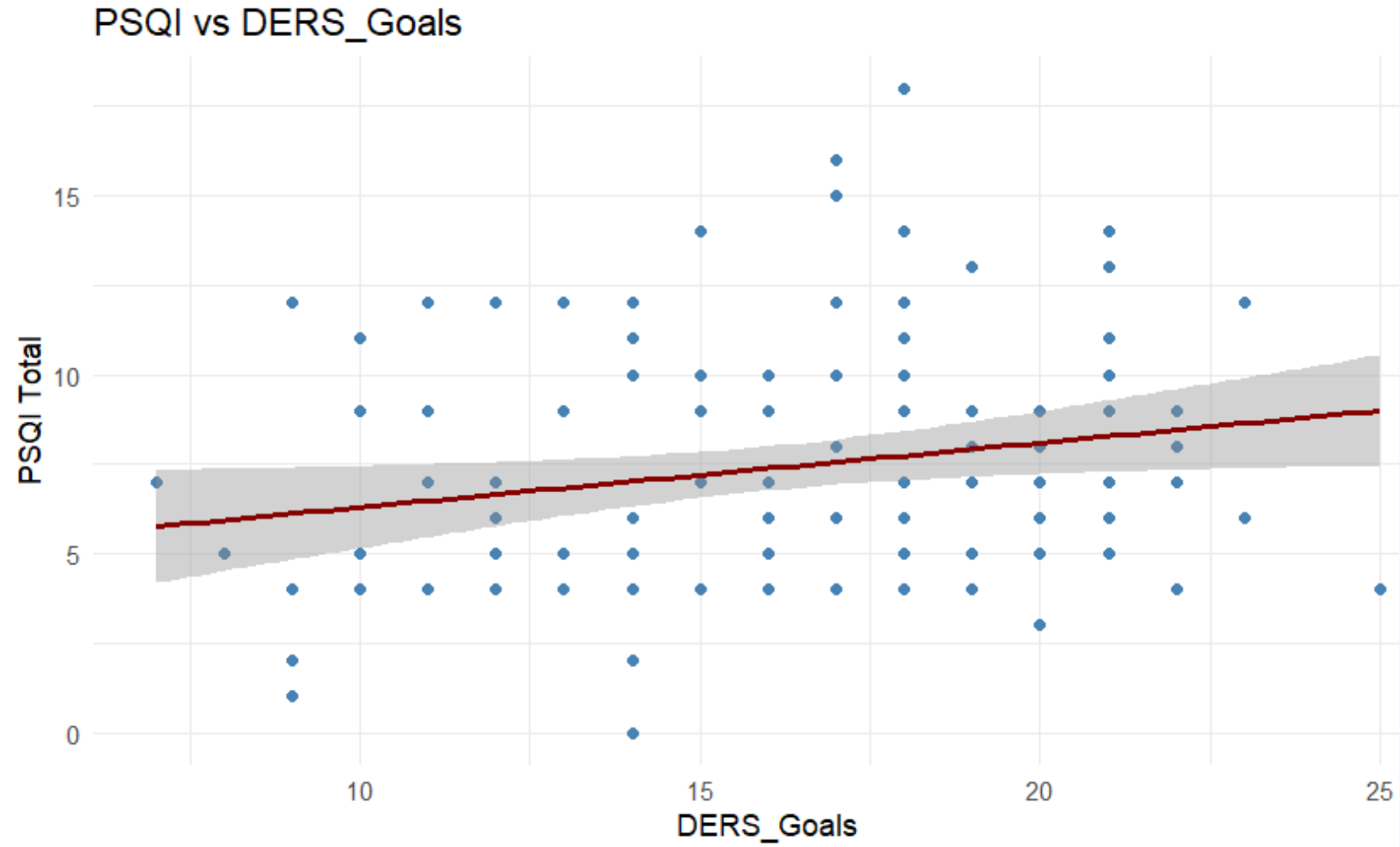
r: 0,26
p-value: <0,001



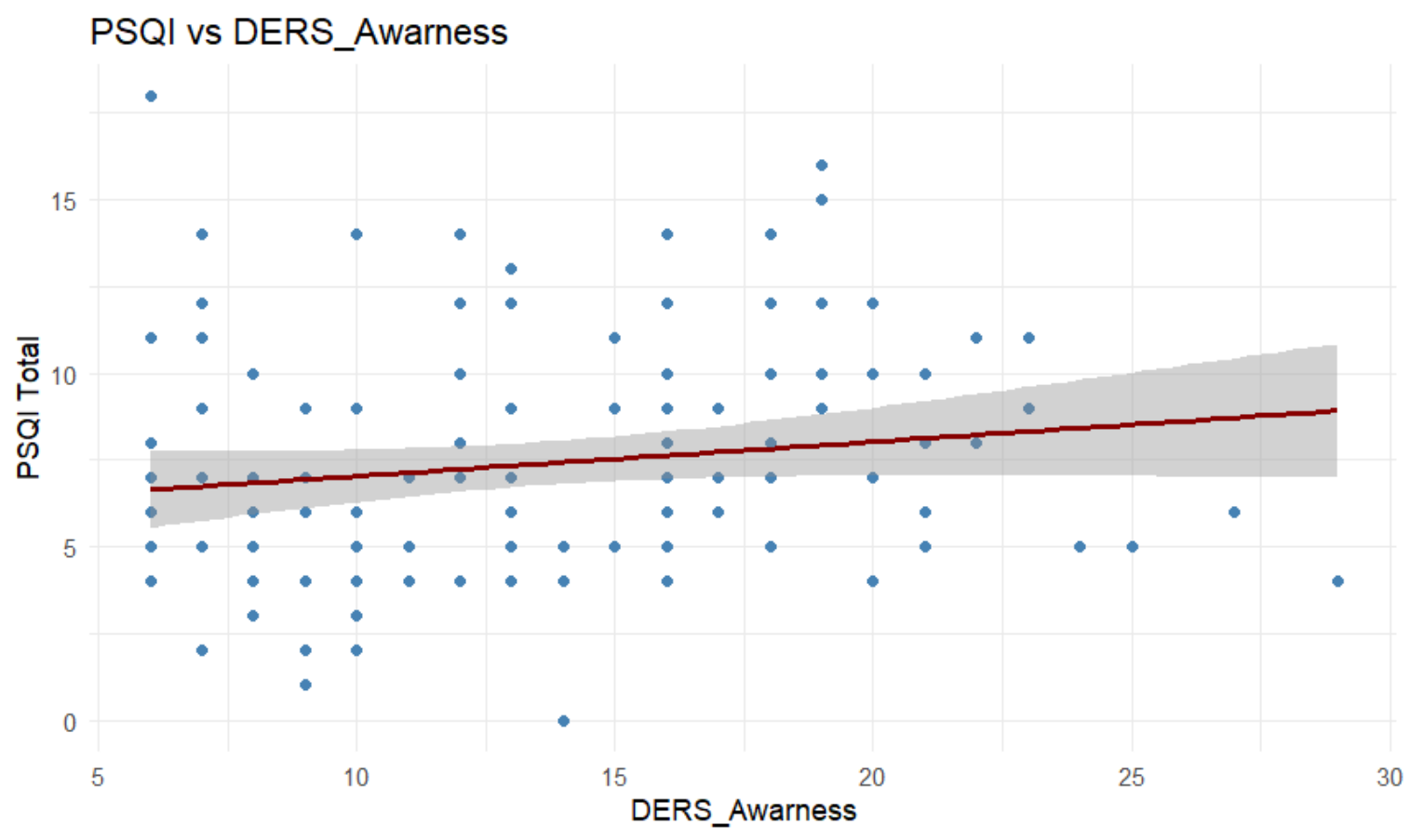
r: 0,40
p-value: <0,001



r: 0,37
p-value: <0,001



r: 0,20
p-value: 0,02



r: 0,14
p-value: 0,10 (NS)

DISCUSIÓN

- Dimensionalidad de los problemas internalizantes.
- Asociación significativa entre calidad de sueño y no aceptación, impulsividad, estrategias, claridad y metas. Se podría explicar por la afectación del sueño REM, ya que durante esta fase se procesan las emociones.
- Continuar la investigación en la asociación entre calidad de sueño y desregulación emocional e indagar en la asociación no significativa con la subescala de conciencia.

LA RUMIACIÓN COMO PREDICTOR TRANSDIAGNÓSTICO DE SINTOMATOLOGÍA EMOCIONAL EN ADULTOS EMERGENTES

La rumiación, entendida como un estilo repetitivo y pasivo de pensamiento centrado en el malestar, se ha identificado como un factor que contribuye al mantenimiento e incremento de la sintomatología internalizante (Nolen-Hoeksema, 2000).

Desde el enfoque transdiagnóstico, la rumiación funciona como un proceso común a múltiples problemas emocionales, operando como un mecanismo de vulnerabilidad (Aldao et al., 2010; Harvey et al., 2004). Comprender su impacto a lo largo del tiempo es fundamental para la prevención y la intervención temprana.

OBJETIVOS

EVALUAR RELACIONES PREDICTIVAS

Se propone analizar si los niveles de rumiación evaluados en el primer punto temporal (T1) predicen la sintomatología emocional —depresión, ansiedad y estrés— registrada en las mediciones posteriores (T2 y T3).

METODOLOGÍA



INSTRUMENTOS

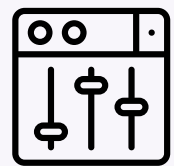
RRS aplicada en T1 para evaluar rumiación.

DASS-21 administrada en T2 y T3 para medir depresión, ansiedad y estrés.



ANÁLISIS ESTADÍSTICOS

Modelos lineales mixtos con intercepto aleatorio por participante.

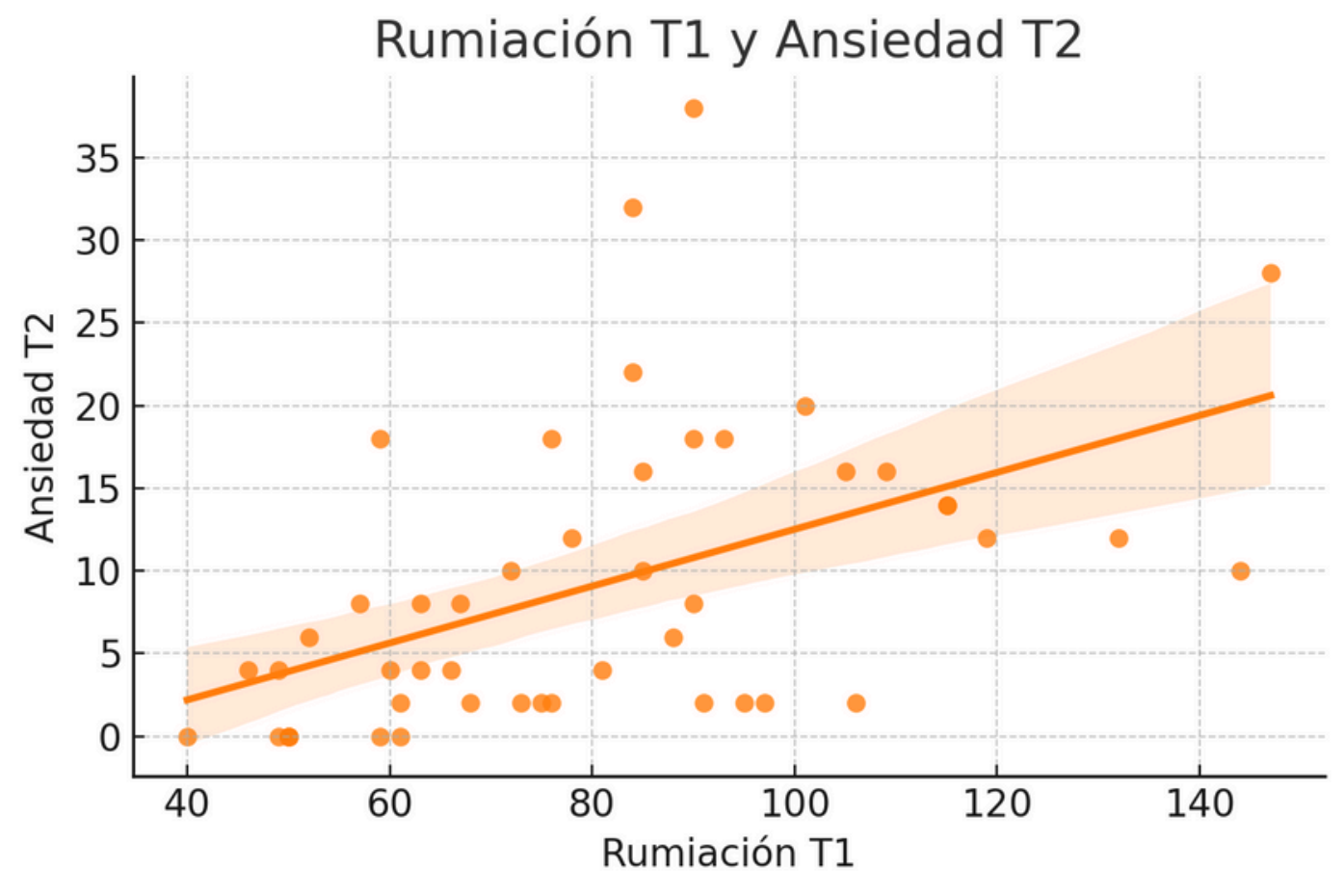
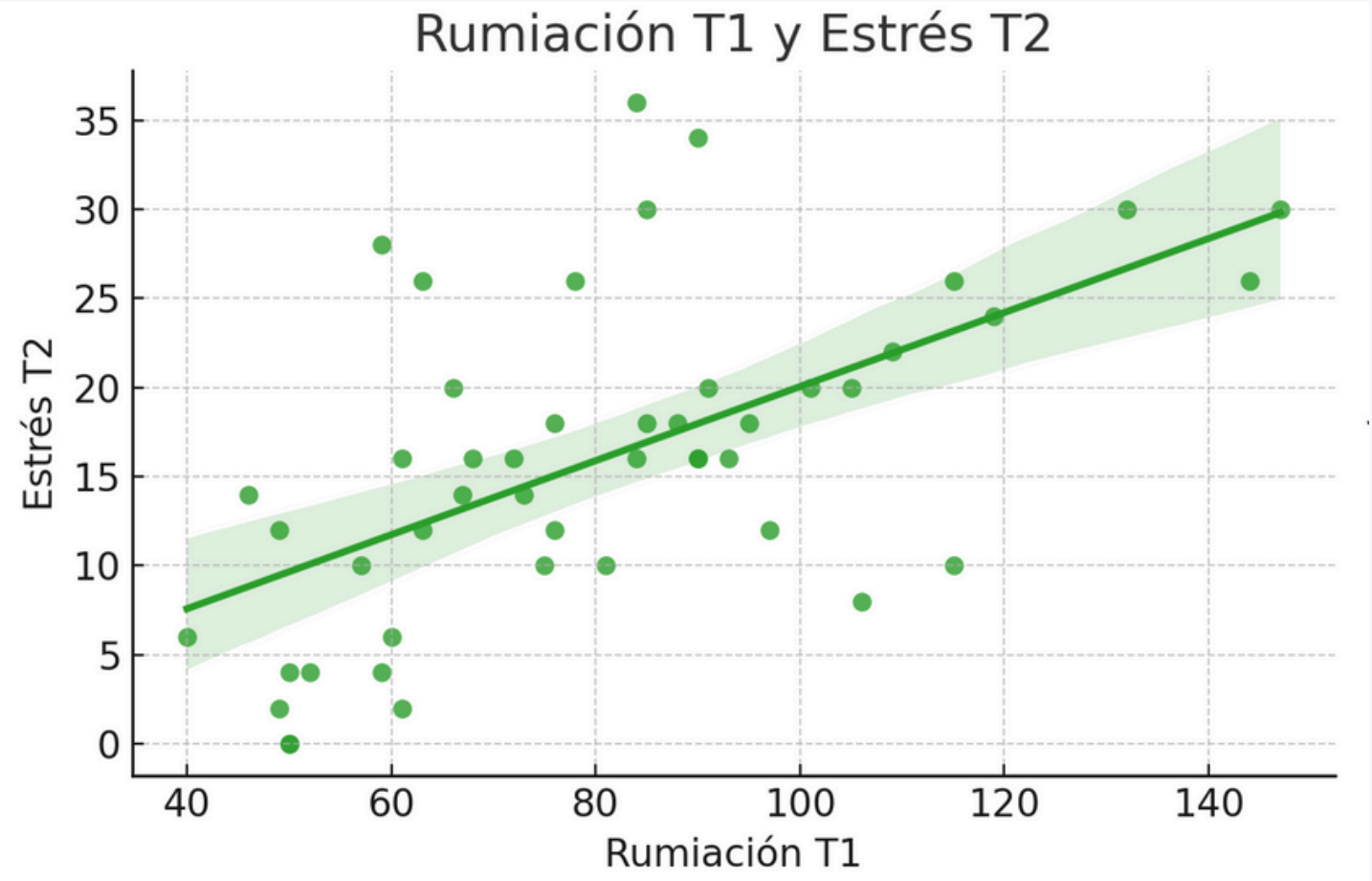
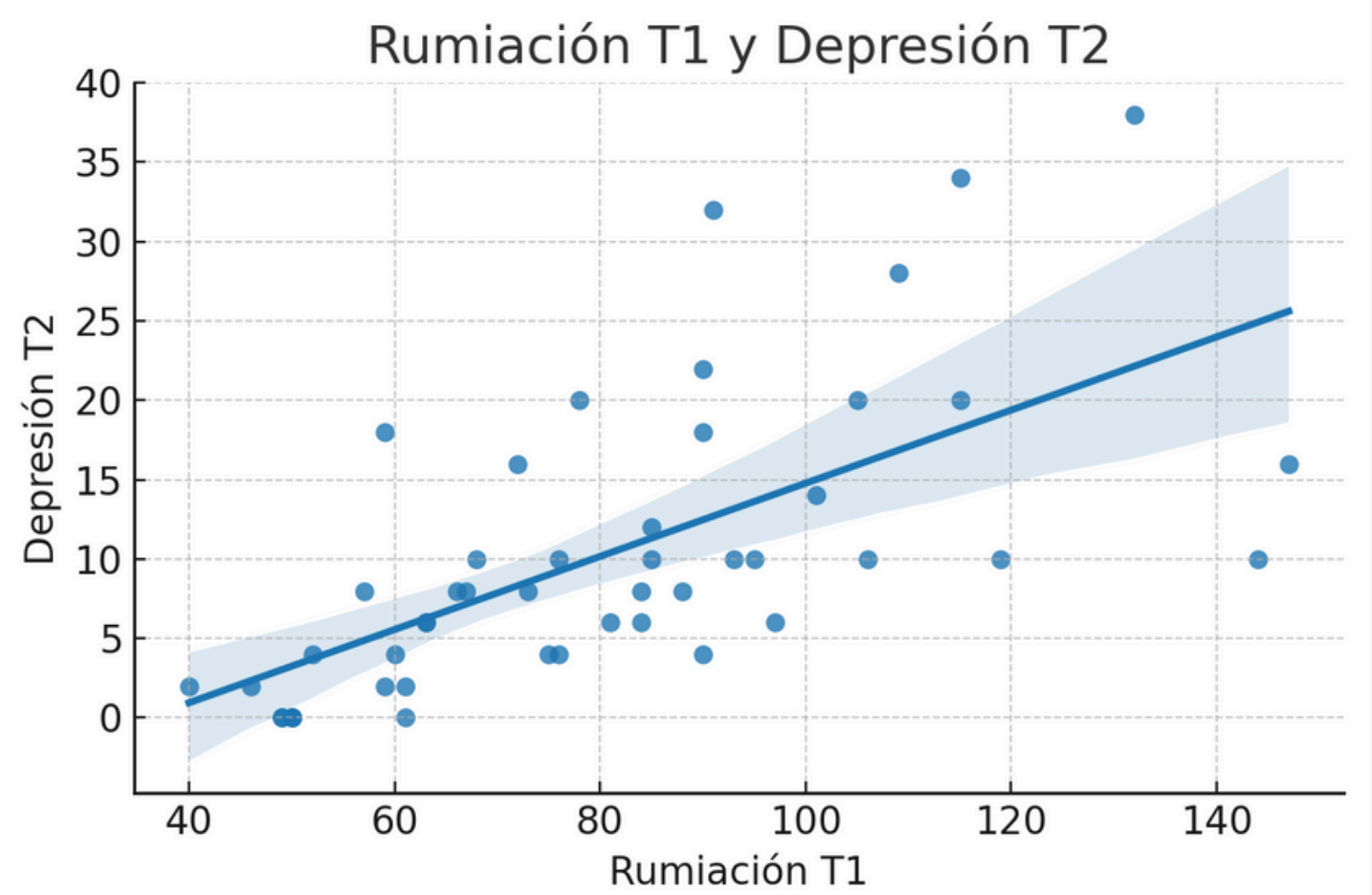


VARIABLES DE CONTROL

Se controló por edad y género como variables fijas.

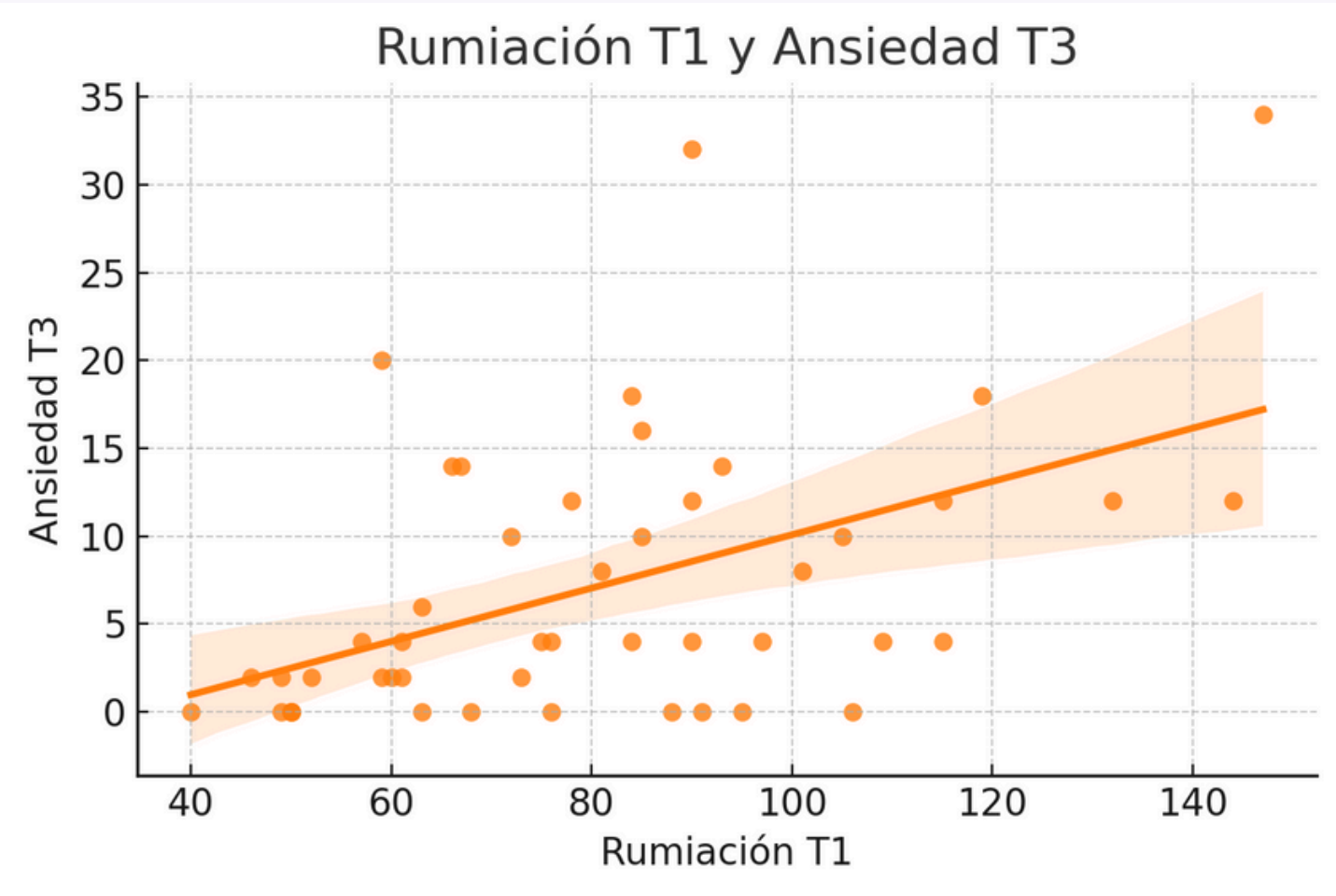
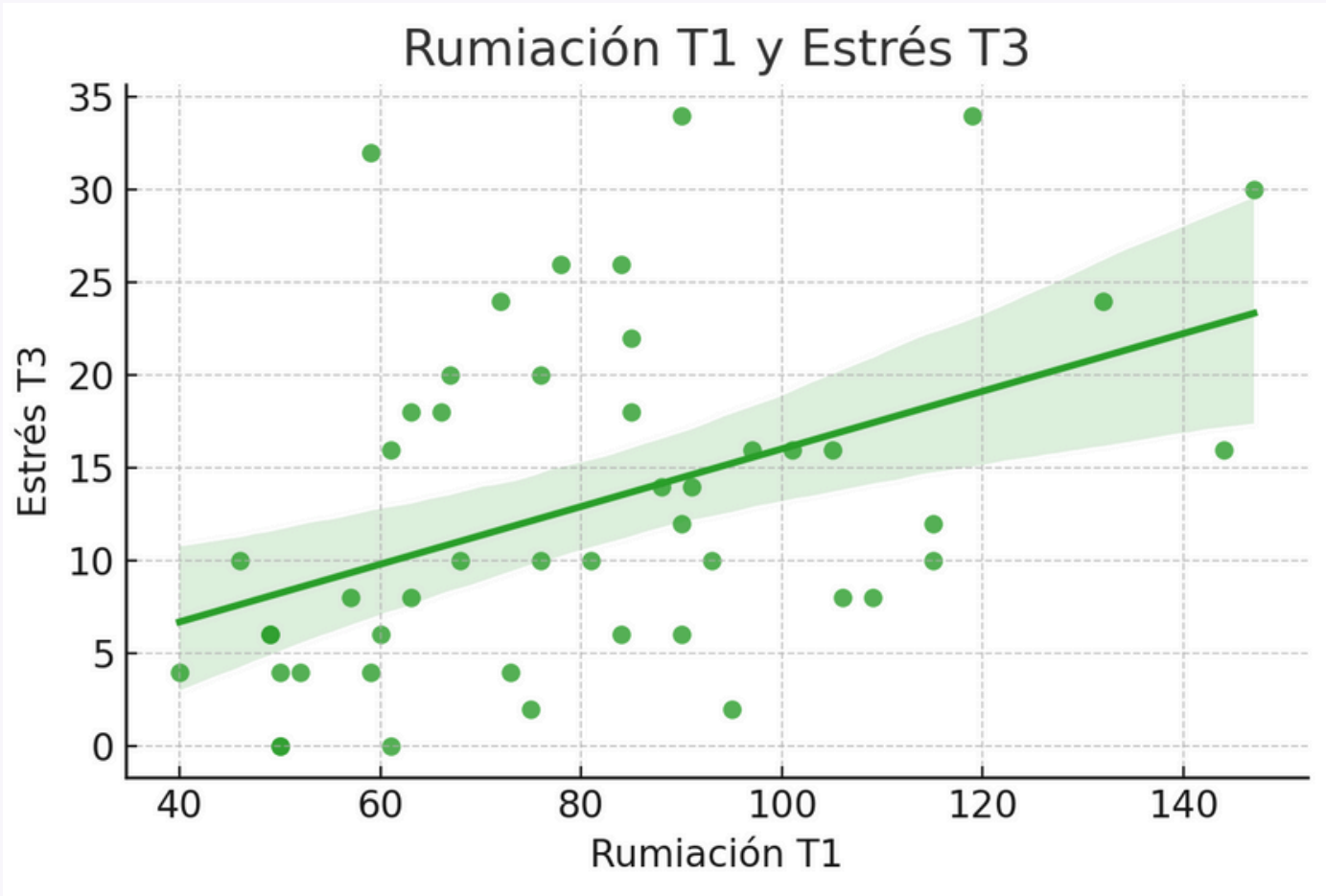
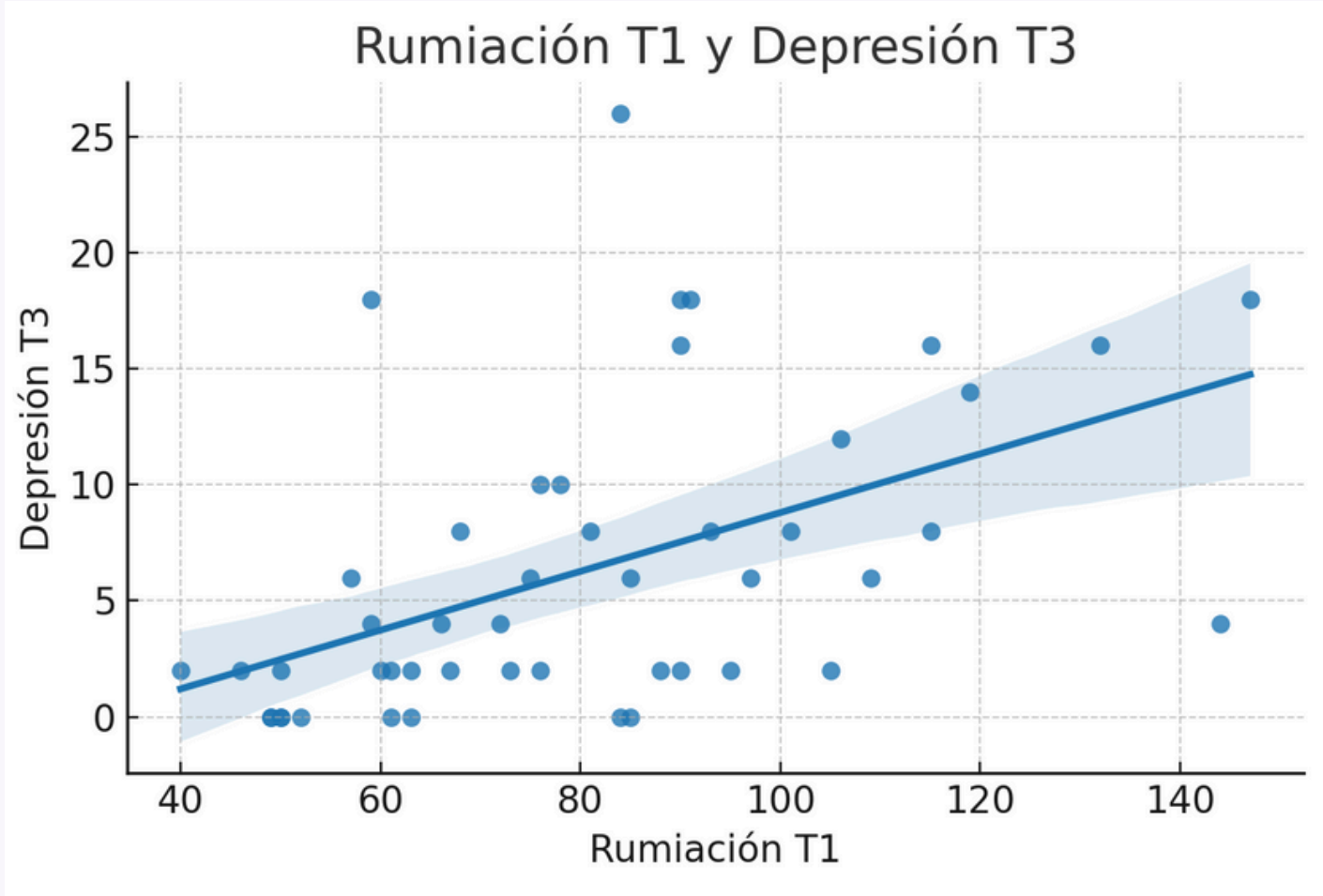
RESULTADOS

(T1 - T2)



RESULTADOS

(T1 - T3)



CONCLUSIONES

- La adultez emergente se confirma como un período especialmente vulnerable, donde los problemas internalizantes presentan una elevada prevalencia y un impacto significativo en el bienestar emocional.
- La rumiación aparece como un proceso central, alimentando un círculo persistente de malestar emocional que contribuye al mantenimiento y la intensificación de los problemas internalizantes.
- Los hallazgos refuerzan la importancia de comprender la vulnerabilidad emocional desde un enfoque transdiagnóstico, destacando la interacción entre regulación emocional, estrategias desadaptativas y dinámica afectiva.

CONCLUSIONES FINALES

- 1) La adultez emergente es una etapa de alta vulnerabilidad emocional, donde los problemas internalizantes son frecuentes y se ven influenciados por procesos como la rumiación, la desregulación emocional y la dinámica afectiva.
- 2) La calidad del sueño y la regulación emocional muestran una asociación significativa, lo que resalta la necesidad de seguir investigando cómo distintos componentes de la desregulación, incluyendo la no aceptación, el control de impulsos y las dificultades en metas, interactúan en la aparición y mantenimiento del malestar.
- 3) Los hallazgos respaldan el enfoque transdiagnóstico, subrayando la importancia de intervenciones personalizadas que promuevan estrategias adaptativas de regulación emocional y la necesidad de evaluar la estabilidad de los perfiles emocionales y su valor predictivo en futuros estudios.

¡MUCHAS GRACIAS!



 [@itrapsi.udelar](https://www.instagram.com/itrapsi.udelar)

 gfernandez@psico.edu.uy
vpaz@psico.edu.uy

TOMA	N	Media de Edad	Mujeres	Varones
TOMA 1	124	22.8 (SD= 3.2)	101	23
TOMA 2	82	23.59 (SD= 3.24)	67	15
TOMA 3	66	23.97 (SD= 2.99)	52	14