

EFICACIA DE UN PROGRAMA MULTIMEDIA BASADO EN SUPER SKILLS FOR LIFE EN NIÑOS ECUATORIANOS

Data de submissão: 13/03/2024

Data de aceite: 02/05/2024

María Angélica Idrobo Gutiérrez

Catedrática en la Universidad Nacional de
Loja
Loja-Ecuador
<https://orcid.org/0000-0003-4127-9143>

Mireia Orgilés

Catedrática de Psicología en Universidad
Miguel Hernandez de Elche
Alicante-España
[https://es.linkedin.com/in/mireia-
orgil%C3%A9s-69723552](https://es.linkedin.com/in/mireia-orgil%C3%A9s-69723552)

RESUMEN: A pesar de la gran prevalencia de la ansiedad y depresión en la población infantil, y de disponer de algunos programas protocolizados que han mostrado su eficacia, un alto porcentaje de niños ecuatorianos no tienen acceso a tratamiento psicológico. Las listas de espera de los servicios de salud mental y el excesivo tiempo transcurrido entre sesiones dificultan que los niños y adolescentes puedan recibir el tratamiento psicológico que necesitan en el momento oportuno y de una manera eficaz. Una alternativa que puede dar solución a las dificultades para acceder a tratamiento psicológico es la aplicación del tratamiento online. El objetivo del presente

trabajo es determinar la eficacia de un programa multimedia de corte cognitivo-conductual, basado en el programa Super Skills for Life, en niños ecuatorianos de 8 a 12 años con problemas interiorizados. Además, se pretende analizar los problemas interiorizados más prevalentes, conocer las variables que pueden influir en la eficacia del programa, y comparar los problemas interiorizados. El programa consta de 8 sesiones que se llevan a cabo de forma autónoma por el niño, bajo la supervisión de los padres y la orientación de psicólogos previamente entrenados. En cada sesión el niño aprende habilidades que le ayudan a afrontar situaciones cotidianas y difíciles de la vida. Entre los componentes del programa destaca la educación emocional, habilidades sociales, entrenamiento en resolución de problemas, y relajación. Dentro de los resultados encontrados, se determina: disminución de la interferencia de la ansiedad en la vida de los padres y los sujetos, mejora problemas internalizantes: disminución problemas conductuales y con compañeros, aumento de habilidades sociales y autoestima.

PALABRAS CLAVE: programa multimedia, programa Super Skills for Life, ansiedad, depresión, habilidades sociales, resolución de problemas, relajación.

EFFECTIVENESS OF A MULTIMEDIA PROGRAM BASED ON SUPER SKILLS FOR LIFE IN ECUADORIAN CHILDREN

ABSTRACT: Despite the high prevalence of anxiety and depression in the child population, and the availability of some protocolized programs that have shown their effectiveness, a high percentage of Ecuadorian children do not have access to psychological treatment. Waiting lists for mental health services and the excessive time elapsed between sessions make it difficult for children and adolescents to receive the psychological treatment they need in a timely and effective manner. An alternative that can provide a solution to the difficulties in accessing psychological treatment is the application of online treatment. The aim of this study is to determine the effectiveness of a cognitive-behavioral multimedia program, based on the Super Skills for Life program, in Ecuadorian children from 8 to 12 years old with internalized problems. In addition, we intend to analyze the most prevalent internalized problems, to know the variables that may influence the effectiveness of the program, and to compare the internalized problems. The program consists of 8 sessions that are carried out autonomously by the child, under the supervision of parents and the guidance of previously trained psychologists. In each session the child learns skills that help him/her to cope with everyday and difficult life situations. Among the components of the program are emotional education, social skills, problem-solving training, and relaxation. Among the results found, it is determined: decrease in the interference of anxiety in the lives of parents and subjects, improvement of internalizing problems: decrease in behavioral problems and problems with peers, increase in social skills and self-esteem.

KEYWORDS: multimedia program, Super Skills for Life program, anxiety, depression, social skills, problem solving, relaxation.

La terapia cognitivo-conductual se considera el tratamiento de elección para la ansiedad infantil; sin embargo, se estima que es eficaz para un rango entre el 50 y el 70% de los niños (Barrett, Dadds & Rapee, 1996; Barrett & Turney, 2001; Essau, Conradt, Sasagawa & Ollendick, 2012; Kendall et al., 1997; Seligman & Ollendick, 2011; Stallard, Simpson, Anderson, Hibbert & Osborn, 2007). La moderada eficacia del tratamiento se ha atribuido principalmente a dos motivos. El primero, que la mayoría de las intervenciones han sido diseñadas específicamente para el tratamiento de los trastornos de ansiedad, y no ha tenido en cuenta la alta comorbilidad entre la ansiedad y otros problemas internalizantes como la depresión (Essau, 2008). Los estudios muestran una menor eficacia del tratamiento para la ansiedad cuando el niño presenta además síntomas depresivos (Brent et al., 1998; O'Neil & Kendall, 2012), siendo las tasas de co-ocurrencia de ambos trastornos muy elevadas, situándose entre un 30% y un 75% (Essau, 2008; Last, Perrins, Hersen & Kazdin, 1992).

En una muestra española con más de 1500 niños de 8 a 12 años, el 82% de los que tenían síntomas depresivos presentaba algún trastorno de ansiedad y el 20% de los niños con ansiedad presentaba sintomatología depresiva (Romero et al., 2010). Estos datos advierten de la necesidad de atender los síntomas depresivos en el tratamiento de los

trastornos de ansiedad y viceversa. Un segundo motivo que explica la moderada eficacia de la terapia cognitivo-conductual para la ansiedad infantil es que los niños pequeños pueden tener dificultades para entender conceptos básicos, como la asociación entre los pensamientos, sentimientos y comportamientos (Essau et al., 2004). Por ejemplo, los niños que no logran entender la técnica de reestructuración cognitiva muestran un bajo cumplimiento para hacer las tareas relacionadas con esa área durante el tratamiento lo que puede afectar a la eficacia de la terapia (Essau et al., 2014).

Teniendo en cuenta la investigación previa, la Dra. Cecilia Essau de la University of Roehampton (Reino Unido) y el Dr. Thomas Ollendick de la Virginia Polytechnic Institute and State University (Estados Unidos) desarrollaron en 2013 el protocolo de tratamiento Super Skills for Life para niños con problemas interiorizados (ansiedad y/o depresión). El programa Super Skills for Life ha demostrado ser eficaz en población anglosajona (Essau, Olaya, Sasagawa, Pithia, Bray & Ollendick, 2014) para la reducción de la ansiedad infantil y de los problemas comórbidos, especialmente la depresión, los problemas de autoestima y los problemas de conducta, tanto en el postratamiento como en el seguimiento. Además, tras el tratamiento los participantes muestran una mejora en sus habilidades sociales, solución de problemas, manejo de los conflictos y del estrés. Dado su carácter innovador y su interés clínico, el programa está siendo traducido y validado en países como Alemania, Chipre, Portugal, Turquía, Sudáfrica, Grecia, Somalia, Australia y Polonia.

En España, la traducción y validación del programa se ha llevado a cabo por la Dra. Mireia Orgilés y el Dr. José Pedro Espada con la financiación del Programa Estatal de Fomento de la Investigación Científica y Técnica de Excelencia del MINECO. Los resultados del proyecto indican que el programa Super Skills ha resultado ser eficaz al aplicarlo a 115 niños españoles de 8 a 12 años, observándose en ellos una disminución de la ansiedad, mejor estado de ánimo, mejor autoestima, mejores habilidades sociales, y más recursos para afrontar situaciones que les preocupan, manteniéndose la eficacia del tratamiento en el seguimiento que se ha llevado a cabo a los 12 meses. Además, los niños que han recibido el programa de tratamiento muestran tras la intervención menos síntomas de ansiedad y depresión que los niños que forman parte de un grupo de control. Por tanto, los datos disponibles apoyan a Super Skills como un programa de tratamiento eficaz para los problemas interiorizados de los niños españoles de 8 a 12 años.

Existen diversos estudios que han demostrado que la terapia cognitivo-conductual aplicada a través de internet puede ser igual de eficaz en el tratamiento de los problemas emocionales infantiles que la terapia llevada a cabo en una consulta clínica, como por ejemplo el programa BRAVE-online desarrollado con población australiana (Spence et al., 2011). En base a las ventajas de la terapia aplicada online y a la dificultad de acceso a tratamiento psicológico de un porcentaje alto de niños españoles, se considera de interés la adaptación y evaluación de la eficacia del programa transdiagnóstico Super Skills for Life, que ha mostrado su eficacia para los problemas de ansiedad y depresión, para su

aplicación online. Puesto que el programa ha resultado ser eficaz para el tratamiento de los niños españoles de 8 a 12 años con problemas interiorizados, probar su eficacia al aplicarlo online permitiría acceder a un mayor número de niños, reduciendo el tiempo de espera para recibir tratamiento, y con una mejor relación coste efectividad. Finalizado el estudio, se dispondrá de un programa de tratamiento protocolizado para ser aplicado online con resultados de eficacia para la intervención en los problemas interiorizados.

La alta frecuencia de los problemas de ansiedad infantil y sus repercusiones a corto y largo plazo recomiendan su tratamiento. Sin embargo, existe un porcentaje elevado de niños y adolescentes que no pueden acceder a tratamiento psicológico o que no reciben el tratamiento adecuado, entre otros motivos por la alta saturación de las unidades de salud mental infantil. Teniendo en cuenta las dificultades para recibir la intervención adecuada de una forma eficaz, es necesario plantear nuevos enfoques que faciliten el acceso a la terapia, destacando la aplicación de las intervenciones online por su óptima relación coste-beneficios. Para el tratamiento de los problemas de ansiedad y depresión, el programa Super Skills for Life (SSL; Essau & Ollendick, 2013) ha demostrado su eficacia con niños españoles de 8 a 12 años, siendo el primer programa basado en la terapia cognitivo-conductual que integra activación conductual, entrenamiento en habilidades sociales y que usa el video-feedback con preparación cognitiva como parte del tratamiento. Dados los buenos resultados alcanzados por el programa para reducir los problemas interiorizados en niños españoles, se prevé que su implementación online resulte del mismo modo eficaz, proporcionando tratamiento a un mayor número de niños con un coste menor.

OBJETIVOS

Objetivo general

Determinar la eficacia del programa Super Skills for Life aplicado a través de la modalidad online, en niños ecuatorianos de 8 a 12 años con problemas interiorizados.

Objetivos específicos

- Analizar los problemas interiorizados prevalentes en niños ecuatorianos de 8 a 12 años.
- Estudiar la relación entre los problemas interiorizados y el programa Super Skills for Life online.
- Examinar la eficacia del programa Super Skills for Life online.

METODOLOGÍA

La investigación tuvo lugar en Ecuador tras haberse recabado los permisos correspondientes tanto de la Coordinación Zonal de Salud del Ministerio de Salud Pública del Ecuador como del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social y de los representantes legales de los menores quienes previo a la aplicación del programa Super Skills for Life, firmaron un consentimiento informado, autorizando la intervención en el niño/adolescente. También se realizó un acercamiento con el Ministerio de Educación del Ecuador, el ministro zonal concedió el permiso respectivo para realizar un acercamiento a las escuelas y colegios, se informó a las autoridades acerca del programa y a su vez ellos hicieron la réplica del mismo con los padres de familia, dándoles a conocer el link de inscripción, la misma que fue voluntaria.

DISEÑO DEL ESTUDIO Y VARIABLES

Diseño de Estudio

Se realizó un estudio correlacional, transversal y retrospectivo, en el que se consideran las siguientes variables:

- Variable dependiente:

- Programa Super Skills for Life (Essau & Ollendick , 2013).

- Variable independiente:

- Nivel de sintomatología de los distintos trastornos interiorizados como depresión y ansiedad, diagnóstico actual, variables sociodemográficas (sexo, edad, nivel de estudios, situación socioeconómica, núcleo de convivencia, antecedentes familiares y personales previos, antecedentes conductuales intrafamiliares y escolares).

Participantes:

La muestra estuvo compuesta por 250 niños de 8 a 12 años (cifra calculada para un estudio con una potencia del 0,95 y un tamaño del efecto esperado de, al menos, 0,30) de manera retrospectiva entre aquellos que han solicitado consulta durante 2022 y 2023 en las entidades de Salud Pública del Ecuador como en las entidades del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social ubicadas en las distintas ciudades del país, siempre que esté disponible el informe de evaluación realizado por el terapeuta o profesional a cargo, en el cual se determine el diagnóstico de un trastorno internalizado.

Procedimiento:

Se analizaron las historias clínicas de los niños ecuatorianos de 8 a 12 años, quienes presentaban el diagnóstico de un trastorno internalizado. Y se realizó la socialización del programa en escuelas y colegios del país.

Todos los niños y adolescentes participaron de manera voluntaria en el estudio y sus representantes legales firmaron en un primer momento el consentimiento informado donde se explicó el contenido de la investigación y realizaron la inscripción de manera digital mediante el link: <https://bit.ly/3RI6iDQ> donde se realizó la recolección de datos y el pretest. De igual manera, al finalizar las 8 sesiones del programa, los niños y adolescentes participantes, realizaron el posttest de manera digital en el siguiente link: <https://forms.gle/SyrPc8i8L5CWmfNi7>

En cuanto a las **consideraciones éticas**, el proyecto tuvo lugar bajo la supervisión del Ministerio de Salud Pública y el Ministerio de Educación del Ecuador. La participación no conllevó ningún tipo de riesgo para los participantes. Se obtuvo un consentimiento informado de los representantes legales de todos los participantes, comunicándoles que la información de sus representados será utilizada en la investigación. Se les informó acerca de los objetivos y logros obtenidos en otros estudios del programa Super Skills for Life en otros países y en sus diferentes presentaciones tanto presencial como online, la participación fue voluntaria ya que los padres de familia inscribieron a sus hijos de forma digital.

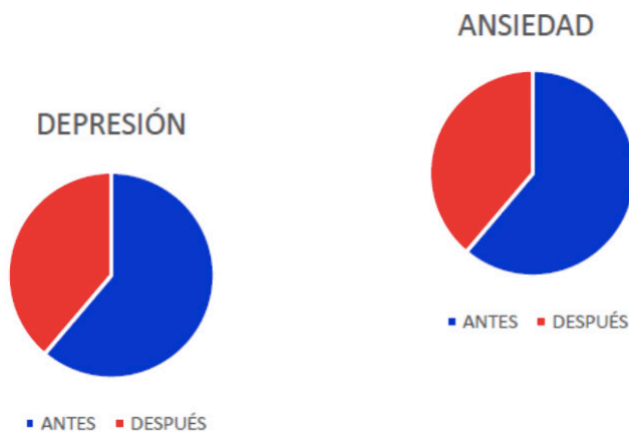
Instrumentos

ESCALA	PRUEBA
ANSIEDAD	-Escala de ansiedad infantil de Spence (SCAS; Spence, 1997). -Informe de padres de escala de interferencia de vida de ansiedad infantil (CALIS-P; Lyneham et al., 1995).
DEPRESIÓN	-Cuestionario de estado de ánimo y sentimientos, versión para padres (MFQ-P; Angold et al., 1995).

Resultados

Dentro de los resultados del estudio con población ecuatoriana, Super Skills for Life se puede considerar un programa eficaz con resultados satisfactorios para la prevención y disminución de síntomas emocionales de niños que presentan ansiedad y/o depresión. Los beneficios del programa se extienden además a otros problemas exteriorizados

que presentan los niños participantes, como problemas de conducta y problemas en las relaciones sociales. En conclusión, la eficacia del programa Super Skills for Life con niños ecuatorianos es consistente con otros estudios que apoyan la eficacia de las intervenciones transdiagnósticas para reducir la ansiedad y depresión en población infanto-juvenil, y que defienden la utilidad del enfoque transdiagnóstico para la prevención de los trastornos emocionales. En aquellos niños que presentaron diagnóstico de trastornos interiorizados, se determinó: mejoría de los síntomas de ansiedad y depresión, disminución en los síntomas: disminución de la interferencia de la ansiedad en la vida de los padres y los sujetos, mejora problemas internalizantes: disminución problemas conductuales y con compañeros, aumento de habilidades sociales y autoestima.



REFERENCIAS

- Barret , P., & Turner , C. (2001). Prevention of anxiety symptoms in primary school children: Preliminary results from a universal school-based trial. *Clinical Psychology*, *40*, 399-410. doi:10.1348/014466501163887
- Barret, P., Dadds, M., & Rapee, R. (1996). Family enhancement of cognitive style in anxious and aggressive children. *J Abnorm Child Psychol*, *24*, 187–203. doi:10.1007/BF01441484
- Brent, D., Kalas, R., Edelbrock, C., Costello, A., Dulcan, M., & Conover, N. (1998). Psychopathology and its relationship to suicidal ideation in childhood and adolescence. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, *25*(5), 666-673. doi:10.1016/S0002-7138(09)60292-2
- Essau, C. (2008). Comorbidity of depressive disorders among adolescents in community and clinical settings. *Psychiatry Res*, *158*(1), 35-42. doi:10.1016/j.psychres.2007.09.007
- Essau, C., & Ollendick , T. (2013). The Super Skills for Life.
- Essau, C., Conradt, J., Sasagawa, S., & Ollendick, T. (2012). Prevention of anxiety symptoms in children: results from a universal school-based trial. *Behav Ther*, *43*(2), 450-64. doi:10.1016/j.beth.2011.08.003

Essau, C., Lewinsohn, P., Olaya, B., & Seeley, J. (2014). Anxiety disorders in adolescents and psychosocial outcomes at age 30. *J Affect Disord*, *163*, 125-32. doi:10.1016/j.jad.2013.12.033

Essau, C., Olaya, B., Sasagawa, S., Pithia, J., Bray, D., & Ollendick, T. (2014). Integrating video-feedback and cognitive preparation, social skills training and behavioural activation in a cognitive behavioural therapy in the treatment of childhood anxiety. *Journal of Affective Disorders*, *167*, 261-267. doi:10.1016/j.jad.2014.05.056

Kendall, P., Flannery-Schroeder, E., Panichelli-Mindel, S., Southam-Gerow, M., Henin, A., & Warman, M. (1997). Therapy for youths with anxiety disorders: a second randomized clinical trial. *J Consult Clin Psychol*, *65*(3), 366-80. doi:10.1037//0022-006x.65.3.366

Last, C., Perrins, S., Hersen, M., & Kazdin, A. (1992). DSM-III-R anxiety disorders in children: sociodemographic and clinical characteristics. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, *6*, 1070-6. doi:10.1097/00004583-199211000-00012

O'Neil, & Kendall. (2012). Role of comorbid depression and co-occurring depressive symptoms in outcomes for anxiety-disordered youth treated with cognitive behavioral therapy. *Child and Family Behavior Therapy*, *34*, 197-209.

Seligman, M., & Ollendick, T. (2011). Cognitive-behavioral therapy for anxiety disorders in youth. *Child Adolesc Psychiatr Clin N Am*, *2*, 217-38. doi:10.1016/j.chc.2011.01.003

Spence, S., Donovan, C., March, S., Gamble, A., Anderson, R., Prosser, S., & Kenardy, J. (2011). A randomized controlled trial of online versus clinic-based CBT for adolescent anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *79*, 629-642. doi:10.1037/a0024512

Stallard, P., Simpson, N., Anderson, S., Hibbert, S., & Osborn, C. (2007). The FRIENDS emotional health programme: initial findings from a school based project. *Child and Adolescent Mental Health*, *12*(1), 32-37. doi:10.1111/j.1475-3588.2006.00421.x