



RED BIBLIOTEQUES D'EDUCACIÓ CEFIRE

DIA MUNDIAL DE LA LLUITA CONTRA LA DEPRESSIÓ

**DOSSIER BIBLIOGRÀFIC
10/1/2024**

CEFIRE EDUCACIÓ INCLUSIVA

46402880.biblioteca@edu.gva.es

<https://portal.edu.gva.es/cefireinclusiva/es/biblioteca-3/>

Telf. 963 869 394 - 963 869 390



DÍA MUNDIAL DE LA LUCHA CONTRA LA DEPRESIÓN 2024

1. [INSTITUCIONES, PROYECTOS](#)
 2. [ASOCIACIONES](#)
 3. [RECURSOS](#)
 4. [LIBROS](#)
 5. [ARTÍCULOS](#)
 6. [TESIS](#)
-

1. INSTITUCIONES , PROYECTOS

[Día Mundial de Lucha contra la Depresión](#) / discapnet

[Día Europeo contra la Depresión](#) / Sacyl, Junta de Castilla y León

[Mensaxe UDC Saudable Enero 2024](#): "La depresión es un trastorno mental que se puede tratar. 2.5 millones de españoles tienen algún tipo de cuadro depresivo. Es la enfermedad que genera más discapacidad laboral y social a nivel mundial".

[Depresión](#) / OMS

[GuíaSalud](#) es un organismo del Sistema Nacional de Salud (SNS) en el que participan las 17 Comunidades Autónomas y el Ministerio de Sanidad, fue creado en el 2002 y adoptado en 2003 por el Consejo Interterritorial como instrumento para mejorar la calidad de la atención sanitaria en el SNS.

[Fundación ANAED](#)

Somos una fundación sin ánimo de lucro. Nuestros objetivos fundamentales son el fomento, desarrollo y aplicación de medidas de ayuda a la persona enferma de depresión. Por tanto, dentro de la Fundación se realizan acciones para la formación, información, conocimiento y aceptación de esta enfermedad. Igualmente, incentivamos activamente todo tipo de investigación y terapias para aliviarla en los pacientes, así como ayudar a gestionar y hacer más llevaderos el sufrimiento colateral en la familia y la sociedad.

[Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental](#) (CIBERSAM)

Este Centro tiene como principal objetivo el realizar investigación de excelencia que redunde en la prevención de los trastornos mentales y por ende, en una mejor calidad de vida de la población en general así como en mejores tratamientos para aquellos que padecen algún tipo de trastorno mental. En el CIBERSAM se busca la sinergia entre los grupos punteros en investigación a nivel nacional primando la innovación, participación en consorcios internacionales y el traslado a la clínica de los hallazgos en las investigaciones realizadas. La prevalencia (una persona de cada cuatro), discapacidad (se pierden más años de vida y años de trabajo por trastornos mentales que por cualquier otra patología) y coste (más de 450 billones de euros al año en Europa atribuibles a trastornos mentales) en relación con el dinero invertido en investigación en esta área, lo identifican como un área de mejora importante. El CIBERSAM pretende paliar, en la medida de lo posible, esta necesidad no cubierta. Sirva esta página para dar a conocer, tanto a expertos como a la población general, el trabajo que en investigación en salud mental realizan los principales grupos del país. En ella se

recogen desde las descripciones de los principales programas clínicos, plataformas existentes, actividades formativas, bolsa de trabajo o la forma de colaborar con las investigaciones realizadas.

[ESTUDIO PSICE](#) : Psicología basada en la evidencia en contextos educativos : La salud mental de los adolescentes en contextos educativos: reflexiones derivadas del estudio PSICE / Fonseca-Pedrero, E., Calvo, P., Díez-Gómez, A., Pérez-Albéniz, A., Lucas-Molina, B., y Al-Halabí, S. - Consejo General de la Psicología de España, 2023.

[Proyecto COMSAL](#) – [Los ocho ámbitos de la Educación para la Salud en la Escuela](#), 2016

Investigación realizada por docentes de la Universidad de Valencia en el marco del Proyecto “Competencias a adquirir por los jóvenes y el profesorado en Educación para la Salud durante la escolarización obligatoria”, subvencionados por el Ministerio de Economía y Competitividad español (MINECO) El proyecto intenta responder a varias preguntas: ¿Desarrolla la ciudadanía en su paso por la enseñanza obligatoria las competencias en salud necesarias para funcionar en una sociedad en continuo cambio, para controlar los factores que determinan la salud, individual y colectiva, para intervenir en su entorno próximo a fin de hacerlo más humano y amable, y en definitiva, para añadir vida a los años y años a la vida? ¿Cuáles son las competencias necesarias para un desarrollo saludable personal y social? Este trabajo define la competencia en salud y dibuja las subcompetencias necesarias para cada uno de los ocho ámbitos que encontramos en la educación obligatoria, indicando contenidos que son necesarios trabajar en el aula para desarrollarlas. El trabajo se completa con las aportaciones, en cada uno de los ocho ámbitos, de personas expertas que ofrecen una visión diferente al trabajo de investigación, pero actual y bien fundamentada.

2. ASOCIACIONES

[Assadegam](#) : Asociación para la Superación de la Ansiedad y la Depresión, Grupos de Ayuda Mutua (Barcelona y su Ámbito Metropolitano)

[Hablemos de depresión](#) / Janssen contigo

[LASSUS](#) es una asociación socio-sanitaria de autoayuda sin ánimo de lucro que se creó el 13 de Enero de 1997 por personas que, de alguna manera, se han acercado a la realidad de la depresión, bien por un familiar, bien por un amigo o bien por circunstancias personales. Desde LASSUS se programan cada año una serie de actividades encaminadas a potenciar la salud mental de un número cada vez mayor de personas, que padecen trastornos depresivos, de ansiedad o estrés.

[RethinkDepression](#)

Descubre RethinkDepression, el lugar donde encontrar información útil para conocer y comprender la depresión. En Lundbeck trabajamos con el objetivo de mejorar los tratamientos para las enfermedades del área de la psiquiatría y la neurología. Es un reto complejo y desafiante, pero mantenemos el empeño y la ilusión del primer día para poder mejorar la calidad de vida de los pacientes. Por ese motivo hemos creado Rethink Depression, el lugar de referencia donde poder obtener y compartir información sobre la depresión. Porque si entendemos mejor esta enfermedad, podremos hacer más llevadera la vida de los pacientes con depresión y de su entorno más cercano. Ponemos a tu disposición información propia y seleccionada a partir de otras fuentes para ayudarte a:

- Reconocer el amplio abanico de síntomas asociados a la depresión.
- Comprender cómo los síntomas repercuten en tu vida diaria, tu trabajo y los que te rodean
- Hablar con tu médico para desarrollar el plan de tratamiento más adecuado para ti.
- Recuperarte si estás pasando por una depresión, y evitar las recaídas si ya estás mejor.
- Descubrir la mejor forma de apoyar a esa persona querida que padece depresión, a la vez que cuidas de ti mismo.



Agifes

AGIFES es una asociación sin ánimo de lucro que surgió en 1985 con el objetivo de:

- Ofrecer espacios de ayuda a las personas con problemas de salud mental y a sus familias.
- Contribuir a mejorar la salud mental de la sociedad guipuzcoana.
- Ser referentes en salud mental en Gipuzkoa.

Necesitas ayuda? Si tienes un problema de salud mental o tienes un familiar en situación de sufrimiento psíquico y no sabes cómo ayudarle, no dudes en contactar con Agifes. Te ofrecemos un servicio gratuito de orientación para resolver tus dudas y asesorarte sobre los recursos y programas a tu disposición.

The [European Depression Association](#) (EDA) is an alliance of organisations, patients, researchers and healthcare professionals from 19 countries across Europe. We support and give a voice for those affected by depression.

La [Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA](#) es una entidad sin ánimo de lucro y de interés social que surgió en 1983. En la actualidad, integramos a 18 federaciones autonómicas y asociaciones uniprovinciales, las cuales agrupan a más de 340 asociaciones y suman más de 60.000 socios y socias en todo el territorio estatal. Desde junio del año 2015 FEAFES pasa a denominarse Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, ofreciendo a la sociedad una visión positiva, que se acerca más al concepto de "salud mental" y se aleja del de "enfermedad mental. De esta forma, se propicia que el conjunto de la sociedad se sienta interpelada directamente por el mensaje de la Confederación, ya que el nuevo nombre diluye la diferenciación entre personas sanas y personas con enfermedad, en tanto que todos debemos cuidar la salud mental.

[¿Qué es la depresión? Explicación de un experto de Mayo Clinic](#) / Mayo Clinic

[Abstinencia de los antidepresivos: ¿existe algo así?](#) / Mayo Clinic

3. RECURSOS

[Cruz Roja](#) → [Cruz Roja Te Escucha \(900 107 917\)](#)

[Info y recursos](#) / Discapnet

[Guía de práctica clínica sobre el Manejo de la Depresión en el Adulto](#) / [GuíaSalud](#)

Esta nueva GPC sobre el Manejo de la Depresión en el Adulto actualiza parcialmente la guía anterior y la sustituye. Es el resultado del trabajo de un grupo multidisciplinar de profesionales que integran la asistencia del paciente con depresión, y en ella se pretende dar respuesta a muchas de las preguntas que plantea la asistencia del paciente adulto con depresión, las cuales vendrán dadas en forma de recomendaciones elaboradas de forma sistemática y basadas en la mejor evidencia disponible en la actualidad. Aunque la investigación en relación al manejo de la depresión ha experimentado un gran auge en los últimos años todavía existen áreas de incertidumbre, por lo que futuras actualizaciones de esta guía abordaran estos aspectos.

La GPC ha sido revisada en mayo de 2023. La revisión ha concluido que las recomendaciones continúan siendo vigentes. Aunque existen nuevas alternativas terapéuticas, el grupo de revisión de la guía considera que el abordaje de primera línea no se ve afectado en este momento. Se ha realizado un cambio de redacción en una recomendación sobre tratamiento farmacológico, que se señala en la GPC.

[La depresión: información para pacientes, familiares y allegados](#) / [GuíaSalud](#)

[Trastornos depresivos, depresión](#) / Mentees abiertas

Hastags

[#SoledadNoDeseada](#)

[#SoledadCero](#)

Ppt

[Síntomas guía en psiquiatría](#) / Antonio Pelaz Antolín, Psiquiatra Infantil H. Clínico San Carlos, Madrid. 16º Congreso Actualización en Pediatría, 2019

Vídeos - webinars

[La depresión. Reportaje de Radio Gaga](#) [vídeo] / [Assadegam](#)

[Soledad no deseada y discapacidad](#) : el acoso escolar como factor de soledad en las niñas, niños y adolescentes con discapacidad [webinar] / CERMI, Real Patronato sobre la Discapacidad, 2020

4. LIBROS

En Bibliotecas CEFIRE, sobre [depresión](#).

[Arrojando luz en un problema oscuro](#) / [European Depression Association](#) ; versión en castellano traducida por Juan Manuel Mendive

[Más allá de un estado de ánimo: la Depresión](#) / Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, 2023

El Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, con motivo de la celebración del Día Mundial de la Lucha contra la Depresión el 13 de enero, ha reeditado la breve Guía "Más allá de un estado de ánimo: la depresión" para ayudar a la ciudadanía a comprender los síntomas y consecuencias de este trastorno que ya afecta a más de 2 millones de personas en España. Según los últimos datos del INE, relativos al año 2020, hay 2,1 millones de personas con depresión en nuestro país. Esto se traduce en que el 5,25% de la población mayor de 15 años padece esta enfermedad. De todas ellas, 230.000 personas sufren depresión grave. Además, la prevalencia en mujeres duplica a la de hombres (7,1% frente a 3,5%). Los cuadros depresivos son más frecuentes al aumentar la edad y alcanzan su valor máximo entre los mayores de 85 años, donde afectan al 16 % de la población.

En esta Guía informativa dirigida a la sociedad, el Colegio quiere dar respuesta de una forma ágil y sencilla a muchas preguntas que pueden hacerse en torno a este trastorno. En ella, se explican los diferentes tipos de depresión, cuáles son los principales síntomas y cómo contribuir a su prevención. Cabe señalar que la situación generada por la pandemia ha disparado el número de casos de ansiedad y depresión no solo en España, sino a nivel mundial. El Colegio Oficial de la Psicología de Madrid busca con esta Guía, además, ofrecer datos de interés, romper con los mitos que rodean a esta enfermedad y dar respuesta a preguntas básicas como qué es la depresión y cómo actuar si algún familiar o amigo la padece, entre muchas otras.

[IDEA: Impact of Depression at Work in Europe Audit : final report](#) / [European Depression Association](#), 2012.

[Libro 'Como superar la depresión'](#) (incompleto) - [Libros de depresión para leer online](#)

[Actividad Física y Salud en la Infancia y la Adolescencia : guía para todas las personas que participan en su educación](#) / Susana Aznar Laín, Tony Webster. - Ministerio de Educacion y Cultura, Centro de Investigación y Documentación educativa, 2006

[Actividad Física y salud : guía para padres y madres](#) / [varios autores]. - Ministerio de Educación y Cultura, 1999.

5. ARTÍCULOS

[Determinantes sociales de la depresión en adolescentes de los colegios públicos de Cuenca](#) / Valeria Lizbeth Guamán-Masache [1] ; Joanine Marly Correa-Garzon [1] ; Edison Patricio Lucero-Portilla [1] ; Mauricio Álvarez Gómez-Coello, Universidad Católica de Cuenca. Localización: Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional, ISSN-e 2550-682X, Vol. 8, N°. 8 (AGOSTO 2023), 2023, págs. 276-308

Introducción: La depresión, un trastorno degradante que causa tristeza y pérdida de interés, afectando a todas las edades. A nivel mundial, el 3.8% de la población padece depresión, especialmente mujeres y jóvenes. Factores como genética, hormonas, antecedentes mentales, drogas, catástrofes, determinantes sociales y culturales pueden llegar a desencadenarla. Objetivo: Conocer las distintas determinantes sociales de la depresión enfocada en adolescentes de las diferentes Instituciones públicas que se encuentran en la ciudad de Cuenca. Métodos: Se realizó un estudio utilizando artículos de revisión y documentos científicos de bases de datos como Scopus, Web of Science, Elsevier, Pubmed y Google Scholar, utilizándose palabras clave como "Depresión escolar", "Instituciones públicas" y "Adolescentes", además se aplicaron operadores booleanos y se seleccionaron artículos de los últimos cinco años para este estudio. Resultados: La depresión es un trastorno mental común y tratable con cambios emocionales y conductuales, causado por factores psicológicos, sociales y biológicos, lo cual va a relacionarse con el suicidio, pérdidas familiares y autoestima, por ello existen grandes diferencias según los países y géneros, así también se clasifica en trastorno depresivo mayor y distímico. Conclusión: la depresión es una enfermedad grave que perturba diversos aspectos de la vida diaria, como el sueño, trabajo, alimentación y el disfrute de la vida. Su origen combina factores biológicos, ambientales, sociales, culturales y económicos. Los antecedentes familiares de intento de suicidio en la adolescencia están asociados a la depresión, siendo la influencia familiar temprana y duradera en la vida de los jóvenes, lo que puede predisponer a patologías psicológicas.

[Eres la mejor persona del mundo](#) / Jaume Funes Artiaga. Localización: Aula de secundaria, ISSN-e 2014-8623, ISSN 2014-8615, N°. 50, 2023 -> en [Bibliotecas de Educación CEFIRE](#)

A lo largo de dos horas, en una charla en un centro, hemos hablado con los adolescentes acerca de sus vidas y de cómo viven lo que viven. Cada una de sus palabras y de sus reacciones merecería un comentario, lo mismo que sus caras de desconcierto e interés.

[El protocolo del Proyecto PSICE : evaluación del protocolo unificado transdiagnóstico para adolescentes con síntomas emocionales en contextos educativos](#) / Eduardo Fonseca-Pedrero ; Alicia Pérez-Albéniz ; Susana Al-Halabí ; Beatriz Lucas-Molina ; Javier Ortuño-Sierra ; Adriana Díez-Gómez ; Julia Pérez-Sáenz ; Félix Inchausti ; Ana V Valero García ; Andrea Gutiérrez García ; Rebeca Aritio Solana ; Gabriel Ródenas-Perea ; María P De Vicente Clemente ; Ana Ciarreta López ; Martin Debbané, University College London. Localización: Clínica y salud: Investigación Empírica en Psicología, ISSN 1130-5274, Vol. 34, N°. 1, 2023, págs. 15-22 **Idioma: inglés**

Antecedentes: El objetivo del Proyecto PSICE (Psicología basada en la evidencia en contextos educativos) es examinar la efectividad del protocolo unificado para el tratamiento transdiagnóstico de síntomas de ansiedad y depresión en adolescentes (UP-A) en contextos educativos. El objetivo es prevenir los problemas emocionales, así como mejorar el ajuste socioemocional, los procesos de aprendizaje y el rendimiento académico de los adolescentes. Método: Se implementa mediante un ensayo controlado aleatorizado con dos grupos: control activo (entrenamiento en relajación progresiva) y experimental (UP-A). Tras un cribado, se seleccionarán participantes con síntomas emocionales subclínicos a los que se realizará evaluación pretest, postest y seguimiento a los 6, 12 y 18 meses. Resultados: Se analizará el impacto de diferentes indicadores a nivel comportamental, cognitivo, afectivo y de funcionamiento social y académico, así como sus efectos a corto, medio y largo plazo. Conclusiones: Examinar la efectividad del UP-A en el contexto educativo español permitirá, entre otras cuestiones, disponer de datos en el campo de la psicología educativa de cara a la toma de decisiones informadas, además de garantizar que dichas intervenciones sean accesibles, empleando protocolos estandarizados, para un gran conjunto de la población y en una etapa del desarrollo humano tan relevante como es la adolescencia. El proyecto PSICE proporcionará liderazgo y orientación sobre la importancia de la Psicología en el contexto educativo.

[Depresión y ansiedad: por qué el ejercicio físico puede ser tan efectivo como la psicoterapia o los medicamentos.](#) En: Infobae, marzo, 2023

Una amplia revisión de estudios de la Universidad de Australia del Sur sugirió que debe considerarse a la actividad física como primera opción para mejorar la salud mental, sin dejar de tener en cuenta los otros tratamientos. Ahora, una revisión que acaba de publicarse en el [British Journal of Sports Medicine](#) ha concluido que el ejercicio debería ser el tratamiento principal para la depresión y otras afecciones de salud mental comunes.

[Eficacia del ejercicio físico en la depresión](#) / Giovanna Zandanel Estevez, Luz Maria Hernandez Herrera, Mariana Garay Granados, Melissa Alejandra Díaz Medina, Brenda Boquer Ramirez, Escuela superior de rehabilitación: Instituto Nacional de Rehabilitación, México. En: Efisioterapia, 2022.

[...] La depresión se refiere a una amplia gama de problemas de salud mental caracterizados por la ausencia de un afecto positivo (pérdida de interés y disfrute por las cosas y experiencias ordinarias), un estado de ánimo bajo persistente y una variedad de síntomas emocionales, cognitivos, físicos y conductuales asociados (2)[...]

Este trastorno tiene la capacidad de disuadir sobre problemas asociados como la ansiedad, el trastorno por consumo de sustancias y el trastorno por estrés postraumático (4). Es aquí donde la actividad física juega un papel importante en la prevención y complemento de tratamiento clínico de diversas patologías [...]

El ejercicio físico regular es una herramienta de tratamiento que se utiliza en enfermedades mentales incluyendo la depresión debido a que influye en el estado de ánimo (incrementa la circulación sanguínea cerebral), en la función cognitiva (aumenta la perfusión), autoestima (percepción física); en la calidad de vida, aptitud vascular, el ciclo de sueño y sobre el afrontamiento del estrés (6).

[Hábitos de sueño y depresión como factores del rendimiento académico de niños en edad](#) / Silvana Mariuxi Nazareno Medranda, Jefferson Mauricio Moyano Carrera. Localización: Polo del Conocimiento: Revista científica - profesional, ISSN-e 2550-682X, Vol. 7, N° 7 (JULIO 2022), 2022, págs. 526-554

Los hábitos de sueño son fundamentales para la buena salud de los seres humanos en general, cuando se pierden horas de sueño o se está en un estado de somnolencia el cuerpo no regula los procesos naturales que necesita para el correcto funcionamiento, para los niños en particular, es de mucha importancia que cuenten con las horas de sueño necesarias y suficientes no solo para el descanso normal del cuerpo, sino para que las funciones a nivel de crecimiento, creación de redes neuronales, y regulaciones a nivel metabólico funcionen se puedan llevar a cabo con normalidad y no se presenten posteriormente problemas en la salud, no solo se pueden presentar problemas a nivel de salud física, sino que a nivel de salud mental pueden ocasionar estragos cuando el sueño o los malos hábitos del sueño provocan problemas en los niños como por ejemplo la depresión infantil, la presente investigación se plantea establecer una relación entre la mala calidad del sueño o malos hábitos de sueño en los infantes, la depresión infantil y el rendimiento académico. Por medio de una investigación metodológica cuantitativa, en donde se aplicaron dos instrumentos, uno a los padres y representantes de la unidad escolar Juan XXIII y otro a un grupo de niños.

[La preocupación desde el Parlamento Europeo sobre la salud mental en el ámbito laboral](#) / Estefanía González Cobaleda. Localización: Boletín LARPSICO: nuevas claves para la salud psicosocial en las organizaciones, N° 2, 2022, págs. 12-13

Según un interesante y reciente estudio internacional liderado por Joaquim Raduà del CIBERSAM en el Hospital Clínic, demuestra que 1 de cada 5 casos de depresión se produce a causa del estrés laboral. De hecho, se ha concluido que la implementación de planes de prevención de riesgos psicosociales en las empresas para minimizar el estrés laboral lograría una reducción de un 18% en los trastornos depresivos. No podemos obviar que "un 25% de la población sufre o sufrirá algún tipo de trastorno mental". De hecho, algunas de las causas que pueden estar vinculadas en el origen o que potencian la depresión sufrida por una persona, pueden estar relacionados con aspectos del trabajo como los problemas de comunicación y conflictos con otras personas compañeras, las responsabilidades excesivas y no acordes con el salario, con la insatisfacción en general al no sentirse valorado o compensado económicamente, estar inmerso en un

ambiente laboral altamente tóxico, etc. Precisamente, la preocupación va en aumento al constatarse como un problema creciente en los tiempos que vivimos. Así lo demuestra el Informe elaborado por la consultora Gallup en el año 2021, State of the Global Workplace, pues se ha alcanzado una cifra récord de estrés laboral en todo el mundo, donde el 44% de las personas trabajadoras encuestadas aseguraron que sentían altos niveles de estrés a diario y vinculado al trabajo. Así, un 40% aseguraron sentirse preocupados a diario por su empleo, el 21% concreta que se enfada a diario a causa de su empleo y el 23% admite que está triste a diario por culpa de su trabajo.

European journal of education and psychology, [Año: 2022, Vol.: 15, Número: 2](#). Dedicado a: Social anxiety disorder, social phobia, and psychoeducational variables that affect children, adolescents, and undergraduate students around the world. Idioma: inglés Incluye entre otros:

[Introduction Current status of research on social anxiety and relationship with psychoeducational variables : An international perspective](#) / Caballo, Vicente E. [1] ; Salazar, Isabel C., Universidad de Granada. Localización: European journal of education and psychology, ISSN 1888-8992, ISSN-e 1989-2209, Vol. 15, N.º. 2, 2022 (Ejemplar dedicado a: Social anxiety disorder, social phobia, and psychoeducational variables that affect children, adolescents, and undergraduate students around the world), págs. 3-6

Social anxiety, and its most extreme condition, social anxiety disorder, is a common international problem today. The recent Covid-19 pandemic has brought relief, at least temporarily, to many social anxiety sufferers. The decrease in face-to-face social interactions and the use of face masks have reduced the usually daily discomfort of those interactions. But it has also frozen in time the practice of their social skills and served as a safe refuge from experiencing the daily symptoms of social anxiety so often. We can say, therefore, that the pandemic has served as a reinforcement of social withdrawal behaviors for people with social anxiety, both in children and in adolescents and adults.

[Análisis de los beneficios de la actividad física en situaciones de crisis en jóvenes universitarios con síntomas depresivos](#) / John D. Hoyos-Cifuentes 1, César A. Bernal-Torres 2, 1 Facultad de educación, Corporación universitaria minuto de Dios, Bogotá, 2 Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas, Universidad de La Sabana, Colombia. En: Formación universitaria, versión On-line, vol.14, no.6, dic. 2021.

El presente estudio se enfocó en analizar los beneficios de la actividad física en jóvenes universitarios con síntomas depresivos. La investigación se realizó con 30 participantes no necesariamente diagnosticados clínicamente como depresivos. Se utilizó el inventario de depresión de Beck (BDI-II) antes y después de un programa de intervención basado en la realización de diferentes ejercicios físicos para determinar su incidencia en los estados de depresión. Para el análisis de los datos, se utilizó la prueba de los rangos con Signo de Wilcoxon. Los resultados indicaron que si hubo diferencia significativa entre el nivel de síntomas de depresión antes del programa de actividad física y después del programa, evidenciado una reducción significativa en síntomas depresivos. Se concluye que un buen programa de actividad física realizado de manera moderada presenta beneficios en la reducción de los niveles de depresión en jóvenes universitarios debido a que permite generar espacios de bienestar y mejoramiento de la calidad de vida.

[Voces de ellas : una aproximación literaria a la fenomenología del sufrimiento en la respuesta ética](#) / Pérez Reyes, Paula Andrea, Universidad Pontificia Bolivariana. Localización: (Pensamiento), (palabra) y obra, ISSN 2011-804X, ISSN-e 2462-8441, N.º. 26 (julio-diciembre), 2021

El fenómeno del sufrimiento se retrata a través de la palabra hecha relatos, poesía e ilustración, en donde es posible identificar su dolor como una vivencia narrada en presente continuo. Para este artículo se tomará en cuenta la obra de tres escritoras colombianas: María Mercedes Carranza, Patricia Nieto y Mery Yolanda Sánchez. De aquello que se relata en los textos, se pueden descubrir aquellas huellas como una marca hecha memoria en las voces de sus protagonistas, cuyas líneas lo describen como una imborrable cicatriz. La palabra como respuesta ética le permite al sufriente catalizar el dolor, con ella puede volver en el tiempo mediante el relato, con una voz y una historia por contar. De esta manera, surge este artículo, el cual es producto de la investigación doctoral titulada: Fenomenología del sufrimiento, las voces en la respuesta ética del rostro, en donde se hace uso de las herramientas propias de la investigación cualitativa de tipo

fenomenológica, realizando un abordaje desde una metodología que hace que el factor experiencia a través de las voces presentes en la creación literaria, sea a su vez el recurso central de la fenomenología de la ética. De lo anterior surge la siguiente inquietud: ¿cómo contribuye la fenomenología al reconocimiento de las voces, presentes en la literatura del sufrimiento en Colombia? El desafío que aquí se presenta, permanece en el marco de la discusión en donde es necesario el diálogo de saberes entre la filosofía y la literatura como una forma de reflexión que permita el reconocimiento de aquellas voces.

[La depresión en la adolescencia : ¿Un problema enmascarado?](#) / Núria Voltas Moreso y Josefa Canals Sans. Universidad Rovira i Virgili . En: Documentos / Injuve, 2019

Este artículo pretende mostrar que la depresión es un problema frecuente entre la juventud a nivel mundial y puede ser un problema grave de salud además de tener un fuerte impacto social y económico. Es un trastorno mental y es diferente de las fluctuaciones del estado de ánimo como respuesta a situaciones negativas vividas en el día a día. Debido a que la etapa de mayor riesgo de inicio de la depresión es la adolescencia, es fundamental tener la máxima información para que no se convierta en un problema enmascarado que persista en la vida adulta, además del sufrimiento y de las consecuencias negativas a nivel académico, social y familiar que ocasiona en las/los jóvenes. La detección y la intervención temprana son clave para evitar que las cifras crezcan y para mejorar el pronóstico. Tener una buena formación es básico para todos los agentes que forman parte de la red de atención pública en salud o del sistema educativo ya que a través del contacto con las/los jóvenes pueden trabajar en la promoción del buen estado físico y mental y coordinarse con los profesionales especializados. El esfuerzo científico y político-administrativo es crucial en la instauración de programas de prevención y la mejora de los tratamientos.

[Soledad forzosa de las personas con discapacidad](#) / Por Observatorio Estatal de la Discapacidad, 2019.

[Prevention of Depression in At-Risk Adolescents: Moderators of Long-term Response](#) / J. Garber,¹ V.R. Weersing,² S.D. Hollon,³ G. Porta,⁴ G.N. Clarke,⁵ J.F. Dickerson,⁵ W.R. Beardslee,⁶ F.L. Lynch,⁵ T.G. Gladstone,⁷ W. Shamseddeen,⁸ and D.A. Brent⁴. En: Prev Sci. 2018 Feb; 19 (Suppl 1): 6–15. Idioma: inglés

In a randomized controlled trial, we found that a cognitive behavioral program (CBP) was significantly more effective than usual care (UC) in preventing the onset of depressive episodes, although not everyone benefitted from the CBP intervention. The present paper explored this heterogeneity of response. Participants were 316 adolescents (Mage=14.8, SD=1.4) at risk for depression due to having had a prior depressive episode or having current subsyndromal depressive symptoms, and having a parent with a history of depression. Using a recursive partitioning approach to baseline characteristics, we (Weersing et al., 2016) previously had identified distinct risk clusters within conditions that predicted depressive episodes through the end of the continuation phase (month 9). The present study used the same risk clusters that had been derived in the CBP group through month 9 to reclassify the UC group, and then to examine group differences in depression through month 33. We found that in this overall very high-risk sample, the CBP program was superior to UC among youth in the low risk cluster (n=33), characterized by higher functioning, lower anxiety, and parents not depressed at baseline, but not in the middle (n=95) and high-risk (n=25) clusters. Across conditions, significantly more depression-free days were found for youths in the low-risk cluster (M=951.9, SD=138.8) as compared to youths in the high-risk cluster (M=800.5, SD=226.7). Identification of moderators, based on purely prognostic indices, allows for more efficient use of resources and suggests possible prevention targets so as to increase the power of the intervention.

[Depresión en niños y adolescentes](#): [capítulo de libro] / Rey JM, Bella-Awusah TT, Jing L. ; Prieto-Tagle MF, ed. En Rey JM (ed), Manual de Salud Mental Infantil y Adolescente de la IACAPAP. Ginebra: Asociación Internacional de Psiquiatría del Niño y el Adolescente y Profesionales Afines 2017.

La depresión mayor es un trastorno episódico y recurrente, caracterizado por tristeza o infelicidad persistente y generalizada, pérdida de disfrute de las actividades cotidianas, irritabilidad, y síntomas asociados, tales como pensamientos negativos, falta de energía, dificultad para concentrarse, y alteraciones del apetito y el sueño. Las manifestaciones pueden variar dependiendo de la edad, el género, y antecedentes educacionales y culturales. Los diferentes subtipos de de la depresión se identifican en base a la gravedad de

los síntomas, el grado de generalización, el deterioro funcional, o la presencia o ausencia de episodios maníacos o fenómenos psicóticos. Todavía existe mucha discusión en torno a si la depresión es una enfermedad dimensional—es decir, que la diferencia entre tener y no tener depresión es cuantitativa, una cuestión de grado, como en el caso de la hipertensión—o categórica (p.e., la diferencia es cualitativa), y si existen etiológicamente diversos tipos distintos de depresión (p.e., melancólica y no melancólica). En este capítulo, se utilizarán los términos “depresión”, “episodio depresivo”, “trastorno depresivo” y “depresión clínica” para referirse a lo que el DSM-5, Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, define como “trastorno de depresión mayor” o “episodio de depresión mayor”, y la CIE-10, Clasificación Internacional de Enfermedades, define como “episodio depresivo” y “episodio depresivo recurrente”. A menos que se indique lo contrario, toda la información de este capítulo se refiere a la depresión unipolar.

[Técnica psicoeducativa como herramienta de abordaje a necesidades afectivas en adolescentes.](#) / Tiu Gutierrez, Maria de los Angeles (2016), Universidad de San Carlos de Guatemala. El estudio tuvo como objetivo, implementar técnicas psicoeducativas como herramienta de abordaje de necesidades psicoactivas en adolescentes, en una institución educativa. Asimismo, identificar las necesidades psicoactivas de las adolescentes. = Sensibilizar a las adolescentes en la importancia de buscar acompañamiento psicológico. = Implementar redes de apoyo que fortalezcan las relaciones interpersonales dentro del plantel. Se realizó durante los meses de mayo a julio con una población de 40 alumnas comprendidas entre los quince y diecinueve años. Para seleccionar la muestra se utilizaron técnicas de muestreo intencional. El enfoque de la investigación fue cuanti-cualitativa. Para recolectar datos se utilizaron las técnicas siguientes: observación y las herramientas utilizadas fueron: consentimiento informado, cuestionario, implementación como técnica psicoeducativa dentro del plantel, autoevaluación, inventario de actitudes y sociodrama. Concluye que, se identificaron las siguientes necesidades afectivas en las adolescentes: soledad en casa, problemas de identidad, incomprensión de parte de los padres o ausencia de ellos que provocan la necesidad de ser escuchadas o necesidad de pertenencia a su núcleo familiar, aislamiento en clase, falta de acompañamiento e interés de los padres durante el proceso de estudio. Siendo afectadas diversas dimensiones como: el desarrollo cognitivo, emocional, afectivo y el contacto social, quedando expuestas a recibir un influjo de información procedente de múltiples medios internos y externos como la misma familia, la comunidad, los medios masivos de comunicación, los preceptos morales vigentes en la sociedad. Recomienda, promover espacios dentro de la programación y calendarización semanal para lograr una comunicación asertiva que proporcione a la alumna sentido de pertenencia y aceptación dentro del grupo.

[Intervenciones Terapéuticas en Depresión de Niños y Adolescentes](#) / Nadia Guajardo Moreno 1, Antonia Olivari Luengo1, Marcela Larraguibel Quiroz. En: Rev. Chil. Psiquiatr. Neurol. Infanc. Adolesc. / Volumen 26, N°2, Septiembre 2015.

La depresión en niños y adolescentes tiene en Chile una prevalencia de 5,1%(7). Su manejo debe considerar una perspectiva contextual, incorporando a los diferentes actores en el proceso terapéutico. Independiente del nivel de gravedad, es fundamental realizar psicoeducación y acompañamiento, frecuentemente se deben agregar psicoterapia, farmacoterapia o ambas. En preescolares, no están avalados los antidepresivos, siendo de primera línea de tratamiento la psicoterapia, debiendo incluir a los cuidadores principales. En escolares destaca la terapia cognitivo conductual (TCC) como efectiva, donde las intervenciones van dirigidas al niño y sus cuidadores. El uso de psicofármacos se evalúa individualmente, reservándose para casos graves o comórbidos, privilegiándose los ISRS que poseen mayor evidencia de eficacia y seguridad. En adolescentes aumenta la prevalencia de Depresión, para su manejo destacan la TCC individual y grupal, la Terapia psicoanalítica y la interpersonal. Los inhibidores selectivos de recaptación de la serotonina (ISRS) son de primera línea, considerando que su combinación con psicoterapia es más efectiva y segura que la farmacoterapia sola.

[Evaluación de la sintomatología depresiva en el contexto escolar y variables asociadas](#) / BERNARAS, Elena et al. En: Anal. Psicol. [online]. 2013, vol.29, n.1, pp.131-140.

El objetivo del estudio consistía en analizar la tasa de sintomatología depresiva infantil en el ámbito escolar a partir del examen de las variables clínicas y escolares relacionadas con la sintomatología depresiva, para

obtener un modelo predictor de la depresión que ayude a detectar y a entender mejor esta patología. La muestra estaba compuesta por 1104 estudiantes de 8 a 12 años de edad de distintos centros escolares de la Comunidad Autónoma del País Vasco. Los participantes cumplieron el Cuestionario de Depresión para Niños (CDS) y el autoinforme S-2 del Sistema de Evaluación de la Conducta de Niños y Adolescentes (BASC). Los maestros tutores proporcionaron información sobre el rendimiento académico de cada estudiante. Los resultados mostraron una interacción entre el sexo y la edad de los alumnos, lo que apoyaría la perspectiva evolutiva del trastorno depresivo. En los chicos los niveles de sintomatología depresiva descendían con la edad, pero en las chicas se daba un ligero repunte a la edad de 12 años. Los predictores más destacables de la depresión infantil eran el estrés social, la ansiedad, el sentido de incapacidad y la baja autoestima, lo que vendría a demostrar la vertiente emocional, social y cognitiva de la sintomatología depresiva.

[¿Depresión o evolución? : revisión histórica y fenomenológica del concepto aplicado a la infancia y adolescencia](#) / Elena Guillén Guillén, PIR Psicología Clínica, M^a José Gordillo Montaña, MIR Psiquiatría, Hospital Juan Ramón Jiménez, Huelva, Isabel Ruiz Fernández, Dpto. de Psicología y Antropología, Universidad de Extremadura, M^a Dolores Gordillo Gordillo, Dpto. de Psicología y Antropología, Universidad de Extremadura, Teresa Gordillo Solanes, Psicopedagoga Orientadora en I.E.S San Roque, Badajoz. En: INFAD Revista de Psicología, N^o1-Vol.2, 2013, pp: 499-506

En los últimos años, hemos visto un aumento considerable en la prevalencia de la depresión en todo el mundo y al mismo tiempo una disminución en la edad en que se inicia. Los trastornos depresivos afectan a personas de cualquier edad, condición económica o nivel educativo o cultural, y representan un costo importante para los individuos, la familia, el sistema de salud y la comunidad en general. Aunque existen múltiples estudios sobre la prevalencia, diagnóstico y tratamiento de la depresión en los adultos, hay pocos en la población infantil y adolescente. Además, los resultados de estos estudios son variables, debido básicamente a la dificultad en el diagnóstico en esta etapa de la vida, dado que las manifestaciones clínicas pueden ser menos específicas que en la depresión del adulto. La importancia de profundizar en aspectos claves de la depresión mayor en niños y adolescentes se justifica por la magnitud del problema, tanto en el ámbito de la salud como en el social, y por la demanda generada por las diversas áreas del sistema de sanidad involucradas en el manejo de esta patología.

[Asociación entre depresión y rendimiento académico en un grupo de niños de la localidad de Usaquén](#) / Jaime Moreno, Andrea Escobar, Anderssen Vera Maldonado, Tatiana Andrea Calderon y Luisa Fernanda Villamizar, Universidad de San Buenaventura Bogotá. En: Psychologia : avances de la disciplina. vol. 3. n.º 1.: 131-156, enero-junio de 2009.

El presente estudio tuvo como propósito describir y asociar la depresión y el rendimiento académico en un grupo de niños entre 8 y 11 años, de colegios distritales de la localidad de Usaquén, en la ciudad de Bogotá. Para tal fin, se llevó a cabo un estudio empírico-analítico, con un diseño descriptivo y método de asociación. Para la presente investigación se empleó, el Inventario de Depresión Infantil de Kovacs y Beck (CDI) y la sub escala de depresión de la Lista de Chequeo de la Conducta Infantil – Formato para Padres de Achenbach y Edelbrock (CBCI), además, se realizó la revisión del boletín escolar de los niños para determinar su rendimiento académico con el fin de establecer si existía asociación entre depresión y rendimiento académico. Como resultado de esta investigación se encontró que pese a que no se logró establecer dicha asociación, es de suma importancia considerar los indicadores de sintomatología depresiva obtenidos, encontrando un mayor porcentaje en el género masculino que en el femenino. Asimismo, se observó que el nivel de rendimiento académico de esta población es bajo.

Carmona, Elena; Grande, Imma; Blasco, Tomás. «[RELACIÓN ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPRESIÓN: UN ESTUDIO PILOTO](#)». Apunts. Educación física y deportes, 1988, Vol. 4, n.º 14, pp. 17-18

La actividad física podría ser considerada como una medida del gasto de energía que realiza un individuo. Sin embargo, en esta demarcación entran en juego otros conceptos que no significan necesariamente lo mismo. Principalmente nos referimos a los conceptos "actividad física", "ejercicio físico" y "deporte". La definición de estos términos tiene una gran relevancia teórica y práctica, pues cada uno de ellos precisará de una forma

particular de medida. En nuestro caso hemos delimitado el campo de cada uno de estos conceptos de acuerdo a las definiciones que hemos considerado más acertadas.

6. TESIS

[LA DEPRESIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA : ¿Qué tipo de actividad física es más efectiva para reducir los síntomas depresivos?](#) : [Memoria del Trabajo de Fin de Grado] / Ana María Ortega Sánchez, Facultad de Enfermería y Fisioterapia, Universitat de les Illes Balears, 2016.

[Proyecto Educativo Sobre la Prevención de la Depresión Infantil para Agentes Educativos](#) / Sara M. Echeverri; Katherine Dennis; Ana M. Castillejo & Paula Jaramillo, Universidad Ces, Medellín, [2014].

A continuación se encontrará el desarrollo de un proyecto educativo sobre la depresión infantil para agentes educativos de la ciudad de Medellín, Colombia. Por medio de este proyecto se espera capacitar, informar y sensibilizar a los agentes educativos sobre la depresión infantil y su detección e intervención adecuada con el fin de aportar a su prevención. Este trabajo consta de dos momentos principales, en un primer momento se identificó la depresión infantil como una situación problemática, con sus posibles causas y consecuencias, esto se realizó a través de un rastreo de antecedentes sobre estudios e investigaciones, leyes, proyectos vigentes e información general de la depresión infantil con el fin de sustentar esta situación como una problemática actual. En un segundo momento, se realizó el diseño de una propuesta de un proyecto educativo con el fin de aportar a la de prevención de la depresión infantil, basado en los diferentes resultados obtenidos del rastreo mencionado anteriormente.

[Evaluación multimétodo y multiinformante de la sintomatología depresiva en niños y adolescentes](#) : [Tesis] / Anna Figueras Masip ; Directores de la: Juan Antonio Amador Campos, Universitat de Barcelona, 2006 ; Tribunal Calificador, María Forns-Santacana (presid.), Teresa Kirchner (secret.), Joan Guàrdia Olmos (voc.), María Victoria del Barrio Gándara (voc.), Edelmira Domènech (voc.).

La depresión es uno de los principales problemas de salud mental de la sociedad actual. En los últimos años ha habido un interés creciente por la evaluación de la depresión infanto-juvenil. La depresión en niños y adolescentes es un trastorno insidioso, en bastantes ocasiones poco reconocido, confundido con otros trastornos, o entendido como una variación normal del estado de ánimo. Las causas de este hecho son varias e incluyen, entre otras, el tipo de sintomatología y la naturaleza frecuentemente encubierta de los síntomas, la visión del final de la infancia y del inicio de la adolescencia como una época de cambios y alteraciones emocionales, la poca relación y la insuficiente comunicación entre algunos adolescentes y padres o adultos de referencia, como profesores, y la falta de auto derivación a los profesionales por parte de los adolescentes.

Si queremos que la evaluación psicológica proporcione un retrato lo más cercano posible al funcionamiento del niño o adolescente, debemos evitar, de entrada, otorgar una etiqueta diagnóstica, procurar evaluar diversas áreas de funcionamiento y recoger información de diferentes informantes. También es necesario utilizar instrumentos variados que incluyan, si es posible, enfoques categoriales y dimensionales. Además estos instrumentos han de estar adaptados a la población y al contexto cultural en el que se aplican y contar con normas apropiadas para la edad y el sexo de los evaluados.

El objetivo de la tesis es estudiar la utilidad de un procedimiento de evaluación de la sintomatología depresiva en niños y adolescentes, y adaptar a población catalana diversas medidas de autoinforme y heteroinforme que evalúan sintomatología psicopatológica en general, y sintomatología depresiva, en particular.

Se han evaluado dos grupos de participantes con edades entre 10 y 16 años: un grupo comunitario (1706 participantes) y uno clínico (285 participantes). A partir del grupo comunitario se ha seleccionado un grupo de control, con 46 participantes, y uno de riesgo, con 102 participantes y, a partir del grupo clínico, un subgrupo clínico, con 40 participantes.

Los instrumentos administrados han sido el Reynolds Adolescent Depression Scale (RADS), el Reynolds Child Depression Scale (RCDS) y el Childrens Depression Inventory (CDI) en el grupo comunitario y clínico. En los grupos control, de riesgo y clínico se han administrado, además, el Youth Self Report (YSR), el Child

Behavior Checklist (CBCL), el Teacher Report Form (TRF), las Devereux Scales of Mental Disorders (DSMD) y una entrevista diagnóstica. Se han traducido, a catalán y castellano, y adaptado para este estudio el RADS, RCDS, CDI y DSMD. El procedimiento de traducción se ha realizado mediante una traducción directa del cuestionario del inglés al castellano y del inglés al catalán por dos traductores expertos y con conocimientos de evaluación psicológica y psicopatológica y una back translation del catalán y castellano al inglés, por otros traductores expertos.

Los resultados obtenidos muestran que los instrumentos adaptados tienen buena validez y fiabilidad y son útiles para la identificación y la evaluación de la sintomatología depresiva en niños y adolescentes tanto en el ámbito comunitario, y escolar, como en el ámbito clínico. Asimismo, el procedimiento de evaluación que se ha seguido en este estudio es útil para identificar este tipo de síntomas. Los datos que se recogen en este trabajo aportan una guía de evaluación multiestadio, con diferentes métodos e informantes, que no sólo serviría para evaluar la sintomatología que ha sido objeto de estudio sino que, con los estudios de validación correspondientes, podría aplicarse en otros trastornos de inicio en la infancia y la adolescencia.

[Prevenção de la depresi3n en adolescentes : Programa de educaci3n para la salud](#) : TRABAJO FIN DE GRADO / Fina Tabuenca Silvestre, tutor, Jes3s Fleta Zaragozano, UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA, GRADO EN ENFERMERIA, 2021

[DETECCI3N DE LA DEPRESI3N EN J3VENES DE 11 A 17 AÑOS](#) : TRABAJO FIN DE GRADO EN TRABAJO SOCIAL/ Olga Ib3ñez Cazorla, Tutora, Gema Ruiz L3pez del Prado, FACULTAD DE EDUCACI3N Y TRABAJO SOCIAL, UNIVERSIDAD DE VALLADOLID, 2017.