**Aplicación de Tipos de Citas APA**

Cristina Tipan

Universidad Nacional de Chimborazo: Comunicación Académica

Ing. Janneth Nina MsC.

01 de noviembre de 2022

# Unidad 1

## La Depresión

### Una Revisión a la Enfermedad del Momento

De acuerdo a la publicación de la Universidad Nacional de Chimborazo (2013) La depresión que habitualmente tiene la población es muy creciente, pero la causa por la cual se desarrolla este trastorno a pesar de las múltiples investigaciones e hipótesis siguen siendo desconocidas. Uno de los factores posibles más habituales que tiene la mayoría de las personas melancólicas, la cual sufren este trastorno es la frustración que sienten frente al amor, sin ser amados, ni amarse a ellos mismos, la poca personalidad y falta de autoestima genera que el individuo sienta frustración, tristeza y temor.

Hoy en día la depresión es una condición social en donde muchas personas consideran que es falta de carácter, en otras palabras, esto significa debilidad en la personalidad (UNACH, 2013) ……

### Tipos de Depresión

**Tabla 1.**

*Tipos de depresión*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Episodio Depresivo** | **Bipolaridad** | **Depresión postparto** | **Recurrente** |
| Síntomas continuos | Saltos de humor | Después del parto | Con frecuencia depresiva |

Nota: La depresión tiene más allá de 7 tipologías, sin embargo, existen 4 que son las más relevantes.

**Gráfico 1.**

*Índices de depresión en hombres y mujeres*

Nota: Este gráfico refiere al que los hombres son el género que más predomina en tipos de depresión. Elaboración propia.

**Ilustración 1.**

*Tipo de depresión*



Nota: Los mayores tipos de depresión culminan en la muerte. Tomado de: Mediline Plus [Fotografía], 2022

Realizar un tratamiento es esencial para las personas que padecen depresión ya que crea autoconfianza y no tener ganas de nada , al igual que auto ayudarse, así se favorecerá más rápido y eficazmente el tratamiento, acelerando la curación y evitando que reaparezcan nuevamente síntomas; por lo que aceptar ayuda de otras personas, expresar sentimientos reprimidos, practicando alguna actividad física, mejorar la alimentación, relacionarse con otras personas, y mantener una vida activa hará sentir a la personas capaz de realizar cualquier cosa, ayudando así a la confianza en sí mismo produciendo que el padecer de esta enfermedad vaya desapareciendo. (Herrera & Noruegas, 2013)

La depresión es una condición comórbida concurrente que complica la busca de ayuda, se debe considerar que la depresión no es un signo de debilidad; debe ser tratada con terapia de conversación, con medicación antidepresiva o combinado. Existe evidencia de que la depresión afecta a la salud, así produciendo un ataque cardiaco y la diabetes, muchos factores influencian en la depresión como factor económico, consumo de bebidas alcohólicas y el estrés son los más comunes en este trastorno afectando no solo a la salud mental, si no que un daño colateral es la salud física, cabe recalcar que esta enfermedad no es transmisible (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2013).

Los individuos que sufren depresión muestran continuamente dificultad para reconocer la situación de autocriticarse y compartir sus propios sentimientos, por lo tanto, es necesario orientar el trabajo con el terapeuta especializado, hacia la reconstrucción del estado de ánimo del paciente, un aspecto esencial es llevar al individuo a observar el problema presentado como algo externo así percibiendo la experiencia de otras personas que padecen la enfermedad.(Reda, 2003 citado por Nardi, 2004)

## La personalidad y la depresión

Según el criterio de Botto et at., (2014) “La relación entre el temperamento como manifestación de la personalidad y las alteraciones del ánimo proviene de la antigüedad griega” (p.1300) además….

## Estimaciones mundiales

El número total de personas que tienen depresión en el mundo es de 322 millones. Casi la mitad de estas personas viven en la Región de Asia Sudoriental y en la Región del Pacífico Occidental, lo que refleja las poblaciones relativamente más grandes de esas dos regiones (que incluyen India y China, por ejemplo) (OPS, 2017, p.8).

Bajo el criterio de “Los trastornos mentales comunes se refieren a una variedad de trastornos depresivos y de ansiedad” (OPS, 2017, p.12).

## Referencias bibliográficas

Corrales, N. (2012). *Amor y melancolía en el demoño de la depresión de Andrew Salomón.* Obtenido de Amor y melancolía en el demoño de la depresión de Andrew Salomón: https:/[/w](http://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/202112/TFC-CORRALES-)w[w.recercat.cat/bitstream/handle/2072/202112/TFC-CORRALES-](http://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/202112/TFC-CORRALES-) 2012.pdf?sequence=1

Herrera, B., & noruegas, V. (2013). *Consejería de salud y bienestar social junta de Andalucía.* obtenido de consejería de salud y bienestar social junta de Andalucía: https://consaludmental.org/publicaciones/Guiasautoayudadepresionansiedad.pdf

Nardi, B. (2004). *La depresión adolescente.* Obtenido de La depresión Adolescente: https://[www.redalyc.org/pdf/1710/171017841006.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/1710/171017841006.pdf)

Organización Panamericana de la Salud. (2013). *Depresión.* Obtenido de Depresión: https:[//w](http://www.paho.org/es/temas/depresion)ww[.paho.org/es/temas/depresion](http://www.paho.org/es/temas/depresion)

Vasquez, F., Muñoz, R., & Becoña, E. (2000). *Depresión: diagnóstico, modelos teóricos.* Obtenido de Depresión: Diagnóstico, modelos teóricos: https://[www.behavioralpsycho.com/wp-](http://www.behavioralpsycho.com/wp-) content/