

“Incidencia y distribución de la depresión a causa del confinamiento por el COVID – 19 en estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo”.

Andrade Morales Emanuel de Jesús¹, Gordillo López Eric Roberto², De la Cruz Escobar Victoria Belén³

1,2,3. Médico general en formación de la Universidad del Sureste, campus Comitán del 4to semestre.

Resumen

Introducción: Durante el periodo del aislamiento social ocurrido por la pandemia del COVID-19, varios grupos de edades se han visto afectados, ya sea forma física o social, uno de estos grupos afectados fueron los estudiantes del nivel medio superior, debido a las dificultades que se les presentaba al intentar seguir su vida académica.

Objetivos: investigar la incidencia y distribución a causa del confinamiento por el COVID-19 en estudiantes de la preparatoria Frontera Comalapa, Chiapas.

Método: Análisis cuantitativo de los casos de depresión en estudiantes de la preparatoria, los resultados se obtuvieron gracias a encuestas aplicadas a un máximo de 100 estudiantes de dicha preparatoria, lamentablemente no se pudieron realizar de forma presencial, así que se realizó de forma digital, por lo que se optó utilizar un formulario (digital), para aplicar la encuesta.

Resultados: Al haber obtenido todos los datos de 100 estudiantes encuestados, se recopilaron en tablas y graficas para su mejor interpretación, las cuales mostraron que mas del 50% de los estudiantes encuestados presentaron depresión.

Conclusiones: La mayoría de las hipótesis planteadas en esta tesis, fueron acertadas, de igual manera aquellas hipótesis que no fueron acertadas demostraron que no solamente se pueden llegar a presentar casos de depresión en situaciones que no necesariamente perjudiquen en su totalidad al estudiante

Palabras clave: depresión, confinamiento, COVID-19, estudiante, pandemia.

"Incidence and distribution of depression due to confinement by COVID - 19 in students of Comalapa Chiapas High School in the period from January to May".

Abstract:

Introduction: During the period of social isolation occurred by the COVID-19 pandemic, several age groups have been affected, either physical or social form, one of these affected groups was students of the upper secondary level, due to the difficulties that was presented to them when trying to continue their academic life.

Objectives: to investigate the incidence and distribution due to confinement by COVID-19 in students at Frontera Comalapa High School, Chiapas.

Method: Quantitative analysis of cases of depression in high school students, the results were obtained thanks to surveys applied to a maximum of 100 students from said high school, unfortunately they could not be done in person, so it was done digitally, Therefore, it was decided to use a form (digital) to apply the survey.

Results: Having obtained all the data of 100 surveyed students, they were compiled in tables and graphs for their better interpretation, which showed that more than 50% of the surveyed students presented depression.

Conclusions: Most of the hypotheses raised in this thesis were correct, in the same way those hypotheses that were not correct showed that not only can cases of depression occur in situations that do not necessarily harm the student as a whole.

Keywords: depression, confinement, COVID-19, student, pandemic.

Introducción

La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración, por lo cual en los estudiantes de preparatoria se desarrolla debido a una nueva modalidad de estudio, destacando como uno de los factores más importantes el aislamiento social durante la cuarentena, que ha sido considerado por esta investigación como objeto de estudio para la depresión.

Creemos pertinente enfocarnos en la salud mental de los estudiantes, debido a que es un tema que no se toca tanto y se tienen tantos tabúes al respecto, como aquel que dice

“solamente es una etapa, pronto pasara”. Lamentablemente este trastorno depresivo no tiene una edad específica para aparecer, pero si hay severas repercusiones graves en la vida personal.

Problema

La depresión es más que un sentimiento ya que llega a formar parte de la vida de quien lo presenta, trayendo consecuencias consigo, desde siempre ha existido por lo mismo que somos seres biológicos sociables, donde hacemos vínculos durante nuestro desarrollo ya sea a una persona o animal, ante la pérdida o ante situaciones de impotencia llega este la sensación de soledad, donde pese este rodeado de personas cercanas, se siente solo, sin motivo a seguir adelante, con ello

viene problemas de salud, de dieta, mental, físicas.

“En el cuadro clínico consiste que es un trastorno del estado de ánimo duradero en el tiempo dos semanas mínimo para poder hacer un diagnóstico, con los síntomas presentes cada día, en donde tienen que aparecer necesariamente la disforia y la anhedonia con carácter incapacitante, es decir, que altere la vida habitual del sujeto que la padece”. (Arango Lasprilla, Romero García, Hewitt Ramírez, & Rodríguez Irizarry, 2018).

“En el caso en que al joven se le observen signos de adicción como abandono de la escuela, del deporte u otras aficiones, hay que ponerse en contacto con centros especializados para lograr ayuda”. (Toro Gomez & Yepez Sanz, 2018) la percepción de los padres a los hijos llega a ser que es normal por el estudio o el cansancio de sus hábitos o hobbies que ayuda en su progreso, pues si es algo cierto, hay signos que ayudaran a identificar la diferencia de estar cansado a estar en depresión como son:

- Insomnio.
- Hiporexia.
- Apatía. Inhibición psicomotriz.
- Desilusión.
- Desinterés.
- Desesperanza.
- Llanto fácil e inmotivado.
- Sentimientos de incapacidad y minusvalía.
- Ideas y tentativas de suicidio.” (Urzúa, Vera-Villarroel, Caqueo-Urizar, & Polanco-Carrasco, 2020)

Como toda buena enfermedad existe la posibilidad que sea hereditaria, aunque en depresión se podría manejar en cuestión de hormas o conexiones neuronales que afecta de manera significativa, pues en ocasiones no solo se basa en duelos internos o externos, ya que el cuerpo humano es procesador de reacciones químicas en todo momento, lo que hace posible la reproducción y existencia de la humanidad.

La importancia de la depresión a nivel social debe ser relevante, pues a diario hay suicidios en todo el mundo, el factor que lo conlleva es la depresión, por el hecho de sentir impotencia, degasto, sin motivantes, pero lo que hace que sea peligroso es el hecho que a la víctima la hace ser más callada, lo que puede generar ansiedad con pensamientos negativos.

“En consecuencia, la depresión puede representar un riesgo dual de diabetes, aumentando en primer lugar, la probabilidad de desarrollar diabetes tipo 2, y después incrementando el riesgo de complicaciones médicas en quienes sufren la enfermedad.” (Dwight L. , Dennis S. , & Lydia, 2007)

“En los pacientes con trastornos depresivos mayores se realizará una evaluación inicial completa, pues, aunque parezca obvia esta primera conducta, no en pocas ocasiones se pasa por alto. Para lograr este primer objetivo, se determinará si está justificado un diagnóstico de depresión y se comprobará si existen otras enfermedades psiquiátricas o médicas.” (Zarragoitia Alonso, 2011).

El tratamiento principal son los medicamentos, la terapia conversacional o una combinación de ambos. Puesto los fármacos sirven para inhibir, prevenir o curar, en este caso estaría buscando curar mediante inhibiendo redes neuronales o actuando a nivel hormonal, todo dependerá del paciente.

Lo anterior se relaciona fuertemente con el aislamiento social provocado por una nueva enfermedad, denominada COVID-19.

“El COVID-19 es una nueva forma de la enfermedad del Coronavirus la cual se debe al nuevo virus SARS-CoV2 que causa una infección aguda con síntomas respiratorios. Este nuevo-virus es diferente de los que causan el SARS (Síndrome Respiratorio Agudo Severo) o el MERS (Síndrome Respiratorio del Medio Oriente). También es diferente del Coronavirus que

causa la infección estacional en los EE. UU.” (ATS, 2020)

Es importante recalcar que todas las personas pueden presentar cuadros clínicos opuestos y que el hecho de que en algunos pacientes se llegaran a presentar síntomas que otro no tuvo, no da por hecho que el paciente no presente la enfermedad, por siempre se debe permanecer alerta de cualquier síntoma que se manifieste y tenga una posible relación con el diagnóstico que se le da a la enfermedad. “Las manifestaciones clínicas de la infección por SARS-CoV-2 presentan un espectro que va desde la ausencia de síntomas hasta las formas más graves, que requieren cuidados intensivos y tienen una alta mortalidad” (Ruiz Bravo & Jimenez Valera, 2020)

Las alteraciones de los sentidos del gusto (ageusia) y del olfato (anosmia) también son frecuentes” (Diaz Castrillon & Toro Montoya, 2020) Se puede percibir que son muy pocos aquellos signos que se puedan presentar en una persona que presente Covid-19, con esto no se desestima que los pacientes puedan presentar signos más severos o incluso que estos puedan llegar a ser asintomáticos en su totalidad.

Las recomendaciones que más se han remarcado es que los pacientes que presenten la enfermedad de una manera tenue deben ser aislados en casa. Mientras que los casos graves deben ser transportados a los centros de salud más cercanos y poder recibir el tratamiento adecuado, los cuales están orientados en aliviar todos los síntomas generales y en los casos más severos emplear la ventilación mecánica “Hasta el momento no hay un tratamiento antiviral específico aprobado por la FDA.

“Aunque en su mayoría las personas con la COVID-19 tienen síntomas entre leves y moderados, la enfermedad puede llevar a complicaciones médicas graves y, en algunas personas, causar la muerte. Los adultos mayores o las personas con afecciones crónicas están a mayor riesgo de enfermarse gravemente con la COVID-19.

Algunas de las complicaciones pueden incluir: Neumonía y problemas para respirar, Insuficiencia de varios órganos, Problemas cardíacos, Una afección pulmonar que hace que poca cantidad de oxígeno pase a través del torrente sanguíneo a los órganos (síndrome de dificultad respiratoria aguda), Coágulos sanguíneos, Lesión renal aguda, Infecciones virales y bacterianas adicionales” (CLINIC, 2020)

La investigación realizada, se conllevó en la preparatoria Frontera Comala, ubicada en el municipio Frontera Comalapa el cual se encuentra ubicado en la zona fronteriza del estado de Chiapas, limita al norte con el municipio de La Trinitaria, al oeste con el municipio de Chicomuselo, al sur con los municipios de Amatenango de la Frontera y Bella Vista, al este limita con Guatemala, en particular con el Departamento de Huehuetenango. Tiene una extensión territorial del 717.90 km² que representan el 5.62% de la superficie de la región Fronteriza y el 0.94% a nivel estatal. (Geográfica, 2019)

Aparece desde el siglo XVI, atendido por doctrineros del convento dominico de Comitán. En 1665 Comalapa pertenecía al curato de Yayagüita del convento de Comitán. En 1921 era Cabecera Municipal.

“El comercio, es el sector que más empleos ha generado en los últimos diez años, comparado con el de manufactura y construcción y el de servicios empresariales”. (Hernández González, 2016).

Las principales celebraciones que se realizan en este municipio son el de la feria por el Santo Niño de Atocha el 28 de febrero, también se incluye las representaciones a la Pasión de Cristo y los bailes de los judíos.

Las principales vías de comunicación del municipio son dos carreteras, que son:

- ◆ Carretera Federal 190
- ◆ Carretera Federal 211

Material y métodos

Tipos de estudio

Se realizó una investigación, aplicando un método cuantitativo, por el cual se obtuvieron los datos necesarios para interpretar y compararlos con las hipótesis creadas.

Universo

El lugar en cual se realizó la investigación fue el municipio de Frontera Comalapa, específicamente en la preparatoria Frontera Comalapa.

Este municipio se ubicada en el municipio Frontera Comalapa el cual se encuentra ubicado en la zona fronteriza del estado de Chiapas, limita al norte con el municipio de La Trinitaria, al oeste con el municipio de Chicomuselo, al sur con los municipios de Amatenango de la Frontera y Bella Vista, al este limita con Guatemala, en particular con el Departamento de Huehuetenango. Tiene una extensión territorial del 717.90 km² que representan el 5.62% de la superficie de la región Fronteriza y el 0.94% a nivel estatal.

Cuenta con 214 localidades y una población total de 57 580 habitantes

Muestra

Se escogieron las muestras a partir del semestre que cursan los alumnos de la preparatoria Frontera Comalapa, el total de encuestados fue de 100 personas (estudiantes).

Se aplico una encuesta en línea, para recopilar los datos, esta encuesta fue evaluada a través del método Delphi

Tipo de instrumento:

La muestra se obtuvo de una preparatoria en Frontera Comalapa, Chiapas, se aplicó una encuesta en línea, ya que no se logro realizar de forma presencial por culpa del aislamiento por COVID-19.

Previo a la aplicación de la encuesta, se realizó una prueba Delphi, para verificar si

la encuesta era favorable para la comprensión de las personas encuestadas (estudiantes) y si fuese capaz de obtener los datos necesarios para la investigación.

Análisis:

Los datos se obtuvieron gracias a una encuesta digital aplicada en los estudiantes de la preparatoria Frontera Comalapa.

Todos los datos se recopilaron en una base de datos en donde se aplicaron cada una de las fórmulas ya mostradas. Y así lograr su interpretación.

ITEM		
1.- ¿Qué edad tienes?	Total	Porcentaje
15 años	8	8%
16 años	29	29%
17 años	38	38%
18 años	25	25%
Total	100	100%
2.-¿Cuál es tu sexo?	Total	Porcentaje
Hombre	42	42%
Mujer	55	55%
Prefiero no decirlo	3	3%
Total	100	100%
3.-¿Qué semestre cursa?	Total	Porcentaje
2do semestre	22	22%
4to semestre	31	31%
6to semestre	47	47%
Total	100	100%
4.- ¿Tiene o a tenido en algún momento durante el confinamiento por COVID-19 tristeza, melancolía, desanimo, vacío, estrés y desesperanza?	Total	Porcentaje
Si	69	69%

No	31	31%
Total	100	100%
5. ¿Tiene o a tenido videoconferencias o actividades en plataformas digitales durante el confinamiento?	Total	Porcentaje
Si	97	97%
No	3	3%
Total	100	100%
6. Con respecto a la pregunta anterior, ¿Cuáles han sido?	Total	Porcentaje
Videoconferencias	18	18%
Actividades en plataformas digitales	36	36%
Ambas	46	46%
Total	100	100%
7. ¿Durante el confinamiento usted a tenido de manera presencial una clase con sus docentes?	Total	Porcentaje
Si	37	37%
No	63	63%
Total	100	100%
8. ¿Actualmente usted cursa el nivel medio superior?	Total	Porcentaje
Si	96	96%
No	4	0.04
Total	100	100%
9. ¿Cuál es su lugar de residencia?	Total	Porcentaje
Front. Comalapa	61	61%
Foraneo	39	39%
Total	100	100%
10. ¿En donde se encuentra su preparatoria?	Total	Porcentaje

Frontera Comalapa, Chiapas	100	100.00%
Total	100	100.0000
11. ¿Presentará algún examen de admisión para el nivel superior?	Total	Porcentaje
Si	37	37%
No	63	63%
Total	100	100%
12. ¿Cuenta con servicio de internet estable?	Total	Porcentaje
Si	34	34%
No	34	34%
Ocasiones	32	32%
Total	100	100%

Resultados:

Los datos obtenidos de cada pregunta de la encuesta se acomodaron en graficas para su mejor interpretación, además se realizaron análisis para ver que grupos de los encuestados se encontraban en mayor o menor riesgo de padecer depresión.

Hipotesis General y Especificos	Ch i2	R R	O R
1. Será alta la incidencia y distribución desigual de depresión a causa del confinamiento por el COVID – 19 estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo	6.49	0.35	0.38
1. Se registrará 50% de los entrevistados como casos de depresión localizados en el estudio como causa	6.49	0.35	0.38

del confinamiento por el COVID – 19 en estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo				
2. Será mayor la distribución de casos de depresión entre mujeres que en hombres a causa del confinamiento por el COVID – 19 estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo	6.9 3	0.3 7	1. 49	
3. Será mayor la distribución de casos de depresión entre las personas que son foráneas que en las personas que son locales a causa del confinamiento por el COVID – 19 estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo	12. 21	0.8 4	0. 74	
4. Será mayor la distribución de casos de depresión entre los 6tos semestres que en los 2dos y 4tos semestres a causa del confinamiento por el COVID – 19 estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas	5.1 0	1.7 8	1. 19	

en el periodo de enero – mayo				
5. Será mayor la distribución de casos de depresión entre las personas de 17 y 18 años que en las personas de 15 y 16 años a causa del confinamiento por el COVID – 19 estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo	12. 21	0.3 5	0. 74	
6. Será mayor la distribución de casos de depresión entre las personas que tienen señal de internet inestable a las que tienen señal de internet estable como causa del confinamiento por el COVID – 19 estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo	3.0 1	0.5 4	1. 65	
7. Será mayor la distribución de casos de depresión entre las personas que tienen actividades en plataforma junto con videoconferencias a las que solamente tienen videoconferencias a causa del	22. 24	0.4 6	0. 56	

confinamiento por el COVID – 19 en estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo				
8. Será mayor la distribución de casos de depresión entre las personas que presentaran exámenes para ingresar a el nivel superior que en los que no presentaran su examen para ingresar a el nivel superior a causa del confinamiento por el COVID – 19 en estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo	6.4 9	3.2 6	0. 60	
9. Será mayor la distribución de casos de depresión entre las personas que cursan el nivel medio superior a las que no cursan, causa del confinamiento por el COVID – 19 en estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo	82. 28	74. 56	2. 31	
10. Será mayor la distribución de casos de depresión entre las personas que tuvieron	10. 85	1.7 9	2. 30	

asesoramientos presenciales que en las personas que no tuvieron asesoramiento de manera presencial a causa del confinamiento por el COVID – 19 en estudiantes de la preparatoria Comalapa Chiapas en el periodo de enero – mayo				
--	--	--	--	--

Corolario:

La depresión se elevó, lamentablemente por el aislamiento social.

Bibliografías:

- Zarragoitia Alonso, I. (2011). *Depresion. Generalidades y particularidades*. La Habana: eciMED. Editorial Ciencias Medicas .
- Arango Lasprilla, J. C., Romero García, I., Hewitt Ramírez, N., & Rodríguez Irizarry, W. (2018). *Trastornos psicológicos y neuropsicológicos. en la infancia y la adolescencia*. Ciudad de Mexico : El Manual Moderno.
- Armendáriz García, N. A., Alonso Castillo, M. M., López García, K. S., & Alonso Castillo, B. A. (2013). Depression in women. Concept analysis from the nursing perspective. *Original article*, 272 - 273.
- asintomatica, I. p.-C.-2. (2020). *Fundacion FEMEBA*. Obtenido de Fundacion de FEMEBA: <https://www.fundacionfemeba.org.ar/blog/farmacologia-7/post/historia-natural-de-la->

- infeccion-por-sars-cov-2-asintomatica-48013
- ATS. (2020). *ATS we hel the word breathe. Pulmonary, Critical Care, Sleep*. Obtenido de American Thoracic Society: <https://www.thoracic.org/patients/patient-resources/resources/spanish/covid-19.pdf>
- Chiapas, G. d. (2020). <https://www.chiapas.gob.mx/>. Obtenido de <https://www.chiapas.gob.mx/funcionarios/estatal/municipios/frontera-comalapa#S%C3%ADndico%20Municipal>
- CLINIC, M. (2020). *MAYO CLINIC*. Obtenido de mayoclinic: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/coronavirus/symptoms-causes/syc-20479963>
- CONEVAL. (2011). *SEDESOL*. Obtenido de http://www.monitorodm.chiapas.gob.mx/odm2/wp-content/downloads/Indicadores/2014_Informe_Sobre_Situacion_Pobreza/Chiapas_Frontera_Comalapa.pdf
- Cuevas Tascon, G., Salazar Chiriboga, D., & Martin Navarro, J. (2020). *cOMPLICACIONES EN PACIENTES COVID-19*. Argentina: SiicSalud.
- Diaz Castrillon , F. J., & Toro Montoya, A. I. (2020). SARS-CoV2/COVID-19:el virus, la enfermedad y la pandemia. *Medicina & Laboratorio*, 184.
- Dwight L. , E., Dennis S. , C., & Lydia, L. (2007). *Guía para el médico. DEPRESIÓN Y TRASTORNOS BIPOLARES*. Madrid: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA DE ESPAÑA, S. A. U.
- Flores Peña, C., Silvestre Camposeco, C., & Ramos Bautista, M. (2015). *imumi*. Obtenido de <https://imumi.org/documentos/Diagnostico-FOCA-final.pdf>
- Geográfica, C. E. (2019). <http://www.ceieg.chiapas.gob.mx/>. Obtenido de <http://www.ceieg.chiapas.gob.mx/productos/files/MAPASMUN/034.pdf>
- Gerhard Heinze, M., & Camacho Segura , P. (2010). Guía Clínica para el manejo de la depresión. *Guías Clínicas Para La Atención De Transtornos Mentales* , 6 - 7.
- Gil Gregorio , p. (2005). *Guía Practica. Depresion y Ansiedad* . Barcelona : Laboratorios Wyeth.
- Health, N. I. (2016). Depresión. *INSTITUTO NACIONAL DE LA SALUD MENTAL*, 3 - 4.
- Hernández González, F. (2016). *gestiopolis*. Obtenido de <https://www.gestiopolis.com/actividad-comercial-municipio-comalapa-chiapas-mexico/>
- INEGI. (2015). *INEGI.org*. Obtenido de <https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2010/?ps=herramientas>
- Martin , A. (05 de Febrero de 2017). *FisioOnline. Todo sobre fisioterapia* . Obtenido de **DEPRESIÓN Y FISIOTERAPIA:** <https://www.fisioterapia-online.com/articulos/depresion-y-fisioterapia-en-que-podemos-contribuir>
- Martínez Velasco, G. (Abril de 2014). *SciELO*. Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-19182014000100009
- Naturalista. (2018). <https://www.naturalista.mx/>. Obtenido de

- <https://www.naturalista.mx/places/wikipedia/Frontera%20Comalapa>
- Pérez Esparza, R. (2017). Tratamiento farmacológico de la depresión: actualidades y futuras direcciones. *Revista de la Facultad de Medicina de la UNAM*, 9 - 11.
- Perez, L., & Shyrel, B. (25 de mayo de 2015). *slideshare*. Obtenido de Historia Natural de la Depresión: <https://es.slideshare.net/shyroloza/no/historia-natural-de-la-depresin>
- Publica, I. N. (2020). *Gobierno de Mexico*. Obtenido de Signos, síntomas y prevención : <https://www.insp.mx/nuevo-coronavirus-2019/signos-sintomas-prevencion.html>
- Robledo Hernández, G. (15 de Junio de 2010). *SciELO*. Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-80272010000200011
- Ruiz Bravo, A., & Jimenez Valera, M. (2020). SARS-CoV2 y pandemia de síndrome respiratorio agudo (COVID-19). *Ars Pharmaceutica*, 70.
- Ruiz Hernández, C., Pérez Juárez, A., Gonzáles Grajales, G., Rodríguez Martínez, L., Torres Genovés, F., Jiménez Villalobos, G., . . . Cortez Taboada, C. (2017). <http://www.inafed.gob.mx/>. Obtenido de <http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM07chiapas/municipios/07034a.html>
- Salud, O. M. (2020). *Manejo Clínico de la COVID-19*. OMS.
- Salud, O. M. (27 de mayo de 2020). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud : <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332638/WHO-2019-nCoV-clinical-2020.5-spa.pdf>
- Sosa Mendoza, C. (2020). Depresión. *Medico Psiquiatra*, 60 - 63.
- Toro Gomez, J., & Yopez Sanz, M. (2018). *El Cerebro del Siglo XXI*. Colombia : Editorial El Manual Moderno.
- Urzúa, A., Vera-Villarreal, P., Caqueo-Urízar, A., & Polanco-Carrasco, R. (2020). La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19 .Aportes desde la evidencia inicial. *Terapia Psicología*, 104 - 106.
- Valcárcel, J. (2019). *MSD SALUD*. Obtenido de Tratamiento para la depresión: <https://www.msdsalud.es/cuidar-en/depresion/informacion-basica/manejo-depresion.html>
- Valencia. (4 de Octubre de 2020). *ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE FISIOTERAPEUTAS DE LA COMUNIDAD VALENCIANA*. Obtenido de A FISIOTERAPIA ALIVIA LOS SÍNTOMAS FÍSICOS DE LA DEPRESIÓN: <https://www.colfisiocv.com/node/12689#:~:text=As%C3%AD%20pues%2C%20el%20tratamiento%20de,y%20la%20Masoterapia%2C%20entre%20otras.>
- Veritas, T. G. (24 de Marzo de 2020). *Veritas. EUROPE/LATAM. The Genome Company*. Obtenido de ¿la depresión es hereditaria?: <https://www.veritasint.com/blog/la-depresion-es-hereditaria/>
- Virología, S. A. (2020). Emergencia COVID-19 Reporte N°1. *SAV*, 3.

