

## **Publican nuevas guías para tratamiento de la depresión**

El texto, revisado por la Asociación Americana de Psiquiatría, incluye una serie de recomendaciones, que van desde la aplicación de conductas saludables, hasta terapia y ejercicios

**Publicado:** Viernes 01 octubre 2010 | 04:36:21 pm.

**Publicado por:** Juventud Rebelde

Las nuevas guías para el tratamiento de la depresión, publicadas este viernes tras un intenso proceso de estudio, incluyen una serie de recomendaciones, que van desde la aplicación de conductas saludables, hasta terapia y ejercicios, indica PL.

El texto, revisado por la Asociación Americana de Psiquiatría, aconseja en primer lugar que los médicos utilicen escalas de medición para evaluar la situación de cada paciente y así diseñar un tratamiento personalizado, según la gravedad de los síntomas.

Una vez hecho esto podrán entonces determinar el tratamiento a seguir, en el que se puede incluso sugerir la estimulación magnética transcraneal para estimular determinadas regiones cerebrales vinculadas con la afección, así como el electroshock.

Asimismo recomiendan la realización de ejercicios físicos, pues ensayos realizados demuestran que una práctica diaria puede reducir los síntomas depresivos, en

particular en personas mayores o enfermos crónicos, indica el informe.

La depresión clínica es un trastorno del estado anímico, en el cual los sentimientos de tristeza, pérdida, ira o frustración interfieren con la vida diaria durante un período de tiempo prolongado.

Es un proceso que puede ser de familia, más común en las mujeres que en los hombres, aunque es posible que esto se deba a que ellas tienden a buscar ayuda para este problema. Resulta especialmente frecuente durante los años de adolescencia.

<http://www.juventudrebelde.cu/ciencia-tecnica/2010-10-01/publican-nuevas-guias-para-tratamiento-de-la-depresion>

**Juventud Rebelde** | Diario de la juventud cubana

Copyright © 2017 Juventud Rebelde