

## Capítulo: Salud mental

### Ansiedad

- American Psychological Association. (2011). Stress: The different kinds of stress. <http://www.apa.org/helpcenter/stress-kinds.aspx>
- Arenas, C y Puigcerver, A (2009). Diferencias entre hombres y mujeres en los trastornos de ansiedad: una aproximación psicobiológica. Revista Escritos de Psicología Málaga, 3(1), 20-29. [http://www.esritosdepsicologia.es/descargas/revistas/vol3\\_1/esritospsicologia\\_v3\\_1\\_3mcarenas.pdf](http://www.esritosdepsicologia.es/descargas/revistas/vol3_1/esritospsicologia_v3_1_3mcarenas.pdf).
- Asociación Chilena de Seguridad. (18 de noviembre de 2018). ¿Cómo ayudar frente a una crisis de pánico? <https://www.achs.cl/portal/ACHS-Corporativo/MediosACHS/Paginas/como-ayudar-a-alguien-que-sufre-crisis-de-panico.aspx>
- Ayuso, J. L. (1988). Trastornos de angustia. Ediciones Martínez Roca.
- Barnhill, J. (Abril de 2020). Introducción a los trastornos de ansiedad. Manual MSD. Versión para público general. <https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/introducci%C3%B3n-a-los-trastornos-de-ansiedad?query=ansiedad>
- Barnhill, J. (Octubre de 2018). Crisis de angustia y trastorno de angustia. Manual MSD. Versión para público general. <https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/crisis-de-angustia-y-trastorno-de-angustia>
- Bermúdez, R. (2016). Eficacia de una intervención en terapia cognitivo-conductual del formato grupal para el manejo del trastorno de pánico con y sin agorafobia en atención primaria. [Tesis de Magister, Universidad de Chile]. <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/144990/Eficacia%20de%20una%20intervenci%C3%B3n%20en%20terapia%20cognitivo-conductual.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- CADEM. (2019). El Chile que viene: Salud. [Diapositivas de PowerPoint]. CADEM. [https://www.cadem.cl/wp-content/uploads/2019/08/Chile-que-viene-Junio-2019\\_Salud\\_VF.pdf](https://www.cadem.cl/wp-content/uploads/2019/08/Chile-que-viene-Junio-2019_Salud_VF.pdf).
- Carrasco-Galán, I. y Espinar-Fellmann, I. (2008). Trastornos de ansiedad y género. Mente y Cerebro, 31, 12-21.
- Castro, N. y Espinosa, D. (2009). Trastorno de pánico en adolescentes: Una problemática de la sociedad actual. [Tesis de pregrado, Universidad de Humanismo Cristiano].

<http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/1657/ttraso266.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cremades, Alma. (2020). La ansiedad en los adolescentes y cómo ayudaría la educación emocional. [Memoria final trabajo final de grado, Universidad de Sevilla]. Universidad de Sevilla, España. [https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/102087/PER\\_CREMADESMART%C3%8DNEZ\\_MEMORIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/102087/PER_CREMADESMART%C3%8DNEZ_MEMORIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Corbin, J.A. (2021). Angustia: síntomas, causas y posibles tratamientos. Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/clinica/angustia>

De la Barra, F., Vicente, B., Saldivia, S. y Melipillán, R. (2012). Estudio de epidemiología psiquiátrica en niños y adolescentes en Chile. Estado actual. Revista Médica Clínica Las Condes, 23(5), 521-529. [https://doi.org/10.1016/S0716-8640\(12\)70346-2](https://doi.org/10.1016/S0716-8640(12)70346-2).

Espinoza, A; Pernas, A; González, R. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. Humanidades Médicas. 18(3), 697-717.

Gallardo, I (2020). ESTRÉS: El estrés puede causar síntomas físicos, psicológicos y emocionales. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>.

Hughes, R.N. (2007). Sex does matter: comments on the prevalence of male-only investigations of drug effects on rodent behaviour. Behavioural Pharmacology, 18(7), 583-589. doi: 10.1097/FBP.0b013e3282eff0e8.

Instituto Nacional del Cáncer. (s.f). Trastorno de ansiedad. <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionario/def/trastorno-de-ansiedad>

Instituto Nacional de la Juventud y Dirección de Estudios Sociales. (2019). Sondeo: Salud Mental Principales resultados [Diapositivas de PowerPoint]. Instituto Nacional de la Juventud. [https://www.injuv.gob.cl/sites/default/files/resultados\\_sondeo\\_salud\\_mental.pdf](https://www.injuv.gob.cl/sites/default/files/resultados_sondeo_salud_mental.pdf).

Irarrázaval, M. (2019). Acceso a la salud mental para jóvenes. En Instituto Nacional de la Juventud (Ed.) La salud mental de los jóvenes en Chile: claves y perspectivas para abordar la problemática (13-16). Instituto Nacional de la Juventud Revista RT (30). [http://www.INJUV.gob.cl/storage/docs/RT\\_30.pdf](http://www.INJUV.gob.cl/storage/docs/RT_30.pdf)

Jar, N. (9 de junio de 2016). Las mujeres tienen el doble de riesgo de ansiedad que los hombres. La Vanguardia. <https://www.lavanguardia.com/ciencia/cuerpo-humano/20160609/402385487420/salud-mental-ansiedad-mujeres.html>.

Ministerio de Salud. (2017). Plan Nacional de Salud Mental 2017 – 2025. Santiago, Chile. <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2017/12/PDF-PLAN-NACIONAL-SALUD-MENTAL-2017-A-2025.-7-dic-2017.pdf>.

Ministerio de Salud, (2020). Guía de Práctica Clínica Trastorno Ansioso, resumen ejecutivo. Santiago, Chile.

chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Fdiprece.minsal.cl%2Fwp-content%2Fuploads%2F2020%2F02%2F08.-RE\_GPC-trastorno-ansioso\_2018-final\_v3.pdf&clen=569681&chunk=true

Ministerio de Sanidad y Consumo (2008). Guía de Práctica Clínica para el Manejo de Pacientes con Trastornos de Ansiedad en Atención Primaria. Madrid, España.

Chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Fportal.guiasalud.es%2Fwp-content%2Fuploads%2F2018%2F12%2FGPC\_430\_Ansiedad\_Lain\_Entr\_compl.pdf&clen=3195603&chunk=true

Naranjo Pereira, M. (2009) UNA REVISIÓN TEÓRICA SOBRE EL ESTRÉS Y ALGUNOS ASPECTOS RELEVANTES DE ÉSTE EN EL ÁMBITO EDUCATIVO. Educación, vol. 33, núm. 2, pp. 171-190 Universidad de Costa Rica San Pedro, Montes de Oca, Costa Rica.

Organización Mundial de la Salud. (28 de septiembre de 2020). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.

Organización Mundial de la Salud. (2013). Invertir en salud mental. [https://www.who.int/mental\\_health/advocacy/en/spanish\\_final.pdf](https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf)

Organización Panamericana de la Salud. (2013). Plan de Acción Sobre Salud Mental 2013-

Organización Panamericana de la Salud (2017). Depresión y otros Desórdenes Mentales Comunes. [apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2eng.pdf;jsessionid=74F95D79753E5C28D2B89AA15765FA1A?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2eng.pdf;jsessionid=74F95D79753E5C28D2B89AA15765FA1A?sequence=1)

Organización Mundial de la Salud. (2020). En tiempos de estrés, haz lo que importa: Una guía ilustrada. [https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/sh-2020-spa-3-web.pdf?sfvrsn=34159a66\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/sh-2020-spa-3-web.pdf?sfvrsn=34159a66_2)

Oscá, S., Segado, S. y García, F. (2007). Inclusión social, mercado de trabajo y salud laboral: perspectivas sobre el estrés laboral en los jóvenes españoles. Instituto de Juventud y Empleo. <http://www.injuve.es/sites/default/files/ESTRES%20LABORAL.pdf>

Roy-Byrne, P., Craske, M. y Stein, M. (2006). Trastorno de angustia: un problema más serio de lo que se cree. Lancet, 368(9540), 1023-1032. doi: 10.1016/S0140-6736(06)69418-X. PMID: 16980119.

Roy-Byrne, P. P., Craske, M. G., Stein, M. B., Sullivan, G., Bystritsky, A., Katon, W., et al. (2005a). A randomized effectiveness trial of cognitive-behavioral therapy and medication for primary care panic disorder. Archives of General Psychiatry, 62, 290-298.

- Rull, A. (2021). Puedes prevenir la ansiedad con estas técnicas Los trastornos de ansiedad son motivo de malestar y baja calidad de vida. El periódico. <https://www.elperiodico.com/es/ser-feliz/20181219/prevenir-ansiedad-tecnicas-7201301>
- Sánchez-Monge, M. (11 de diciembre de 2019). Consejos para afrontar la ansiedad. <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2019/12/11/consejos-afrontar-ansiedad-171487.html>
- SanaMente (2020). ¿Qué es la ansiedad? <https://www.sanamente.org/retos/que-es-la-ansiedad/>.
- Servicio Canario de Salud. (2017). Control del Estrés. Descanso. [https://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs//content/1f5dc636-beee-11e3-afe3-adc9cf9775fd/IT\\_ESTRES.pdf](https://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs//content/1f5dc636-beee-11e3-afe3-adc9cf9775fd/IT_ESTRES.pdf)
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Revista Mal Estar e Subjetividade, 3(1), 10-59. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es).
- Smith, M., Jaffe-Gill, E., Segal, J. y Segal, R. (2007). Burn out: signs, symptoms, and prevention. [http://www.helpguide.org/mental/burn\\_out\\_signs\\_symptoms.htm](http://www.helpguide.org/mental/burn_out_signs_symptoms.htm)
- Sociedad Española de Medicina Interna. (s.f). ANSIEDAD. <https://www.fesemi.org/informacion-pacientes/conozca-mejor-su-enfermedad/ansiedad>.
- Téllez Lapeira, J.M., López-Torres, J., Boix Gras, C., Villena Ferrer, A., Párraga Martínez, I. y Morena Rayo, S. (2007). Revisión clínica del tratamiento de los Trastornos de Ansiedad. Revista Clínica de Medicina de Familia, 2(2), 76-83. <https://www.redalyc.org/pdf/1696/169618261007.pdf>
- Terán, E y Rojas, P. (marzo de 2019). Abordaje de trastorno de ansiedad en niños y adolescentes. Facultad de Medicina, Universidad Católica de Chile. <https://medicina.uc.cl/publicacion/abordaje-de-trastorno-de-ansiedad-en-ninos-y-adolescentes/>
- Torrades, S. (2007). Estrés y Burn out, Definición y prevención. Elsevier, 26(10), 104-107. <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-burn-out-definicion-prevencion-13112896#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,biol%C3%B3gico%20necesario%20para%20la%20supervivencia>
- Tortella-Feliu, M. (2014). Los Trastornos de Ansiedad en el DSM-5. Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace, 110, 62-69. <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/374560>

Vicente, B., Saldivia, S. y Pihán, R. (2016). Prevalencias y brechas hoy: salud mental mañana. *Acta bioethica*, 22(1), 51-61. <https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2016000100006>

Universidad de Chile y Instituto Milenio para la Investigación de Imperfecciones de Mercado y Políticas Públicas. (2020). Proyecto vida en pandemia: para un aprendizaje social de impactos y respuestas a la crisis en la vida cotidiana. Estudio longitudinal sobre la vida cotidiana en la crisis del COVID-19. Primeros resultados. <http://vidaenpandemia.cl/2020/08/27/estudio1/>

Universidad Adolfo Ibáñez y Consultora Visión Humana. (2019). Zoom al Trabajo: Tendencia de los trabajadores chilenos. Universidad Adolfo Ibáñez. [https://issuu.com/visionhumana/docs/informe\\_zoom\\_al\\_trabajo\\_2019\\_v4.4](https://issuu.com/visionhumana/docs/informe_zoom_al_trabajo_2019_v4.4)