

Depresión

La depresión es un desorden que se caracteriza por cambios de humor y pensamientos, afecta el cuerpo y la forma en que alguien se siente con respecto a sí mismo [1].

La depresión juvenil ocurre durante la adolescencia y es caracterizada por una tristeza constante; hay preocupación en el campo de la salud pública sobre este desorden en la población juvenil.

Un estudio reportó que entre los adolescentes, la frecuencia de la depresión fluctúa entre 22% y 33% [2].



iInfórmate: Conoce las estadísticas sobre la depresión!

- En todo el mundo, la depresión presenta el riesgo más grande de suicidio en adolescentes [3].
- Entre los adolescentes que sufren de depresión severa, una quinta parte de ellos seguirán padeciendo de esta enfermedad y sólo un tercio se recuperará pero seguirán teniendo episodios recurrentes [4].
- Entre los adolescentes la depresión es un desorden común y los casos más severos ocurren entre las edades de 15 y 18 años [5].
- Entre los adolescentes que sufren de depresión se ve una recaída en 40% de ellos en un período de 2 años y 70% en un período de 5 años [6].
- La depresión en los adolescentes interfiere con el desarrollo de su personalidad, por eso es muy probable que el paciente desarrolle un desorden de personalidad [7].
- Durante la adolescencia, el riesgo de depresión puede incrementar hasta seis veces. Un estudio reveló que solo el 2% de los adolescentes a los 13 años sufrían de depresión, pero a los 18 años la frecuencia de depresión ya era del 17% [8].
- Ha sido reportado que entre los adolescentes que sufren de depresión severa, entre el 10% y el 15% desarrollarán el desorden de la bipolaridad [9].
- Las mujeres adolescentes son diagnosticadas con depresión el doble que los hombres adolescentes [9].
- Un estudio reveló que los adolescentes que sufren de depresión tienen un riesgo más alto que los adultos de llegar a ser obesos [10].



Depresión

Información Útil

Fué sugerido en un estudio que los adolescentes que sufren de depresión consideren entrar a una terapia que incluya cómo manejar situaciones estresantes de la vida y las relaciones, ya que este tipo de terapia ha demostrado una mejoría del 40% [11].

Consejos sobre la salud

Por favor consulte con su médico si usted piensa que tiene depresión o tiene síntomas de depresión.

- Considere platicar con alguien en quien confíe [11].
- Considere hacer ejercicio cuando se sientas deprimido(a), esto ayuda a mejorar la sensación de depresión [12].
- Trate de continuar asistiendo a actividades sociales aunque no se sienta de humor, esto le puede ayudar a sentirse menos deprimido(a) [13].

Referencias

- 1.Huff, M.B., G. Abuzz, and H. Omar, Detecting and treating depression among adolescents presenting for reproductive care: realizing opportunities. *J Pediatr Adolesc Gynecol*, 2007. 20(6): p. 371-6.
- 2.Cunningham, S., et al., Anxiety, depression and hopelessness in adolescents: a structural equation model. *J Can Acad Child Adolesc Psychiatry*, 2008. 17(3): p. 137-44.
- 3.Lin, H.C., et al., Depression and its association with self-esteem, family, peer and school factors in a population of 9586 adolescents in southern Taiwan. *Psychiatry Clin Neurosci*, 2008. 62(4): p. 412-20.
- 4.Andersen, S.L. and M.H. Teicher, Stress, sensitive periods and maturational events in adolescent depression. *Trends Neurosci*, 2008. 31(4): p. 183-91.
- 5.Dubicka, B. and P. Wilkinson, Evidence-based treatment of adolescent major depression. *Evid Based Ment Health*, 2007. 10(4): p. 100-2.
- 6.Hazell, P., Depression in adolescents. *Bmj*, 2007. 335(7611): p. 106-7.
- 7.Bylund, D.B. and A.L. Reed, Childhood and adolescent depression: why do children and adults respond differently to antidepressant drugs? *Neurochem Int*, 2007. 51(5): p. 246-53.
- 8.Lakdawalla, Z., B.L. Hankin, and R. Mermelstein, Cognitive theories of depression in children and adolescents: a conceptual and quantitative review. *Clin Child Fam Psychol Rev*, 2007. 10(1): p. 1-24.
- 9.Hauenstein, E.J., Depression in adolescence. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs*, 2003. 32(2): p. 239-48.
10. Blaine, B., Does Depression Cause Obesity?: A Meta-analysis of Longitudinal Studies of Depression and Weight Control. *J Health Psychol*, 2008. 13(8): p. 1190-7.
11. Drugs vs. talk therapy: 3,079 readers rate their care for depression and anxiety. *Consum Rep*, 2004. 69(10): p. 22-9.
12. Mead, G.E., et al., Exercise for depression. *Cochrane Database Syst Rev*, 2008(4): p. CD004366.
13. Wahrendorf, M., et al., Social productivity and depressive symptoms in early old age-results from the GAZEL study. *Aging Ment Health*, 2008. 12(3): p. 310-6.

