



DEPRESION

**MTRO. MARCO ANTONIO
SANCHEZ PICHARDO**

os síntomas son diversos ocasionado problemas en la vida diaria y del funcionamiento de la persona

La depresión es un trastorno del estado de ánimo, una respuesta psico-biológica a la tensión que provoca diversos síntomas y alteraciones a nivel físico (orgánico) y psicológico.

En términos generales se divide en 2: endógena y exógena; la primera es de tipo orgánica y se debe normalmente a la falta de alguna sustancia química que el propio

organismo no alcanza a producir en cantidad suficiente (litis, serotonina), provocando que la persona no funcione adecuadamente a nivel del estado de ánimo y que aparezcan síntomas importantes, la segunda es de tipo emocional teniendo que ver con aspectos de la vida cotidiana, así como con los problemas o situaciones que se presentan y que en ocasiones impactan de manera negativa a la persona, especialmente cuando se percibe que no se logran resolver o que son situaciones difíciles de afrontar, resultando en un desequilibrio significativo.

Los síntomas son diversos ocasionado problemas en la vida diaria y del funcionamiento de la persona, llegando a poner en riesgo su vida, principalmente comprenden: fatiga sin causa aparente, pérdida del interés por las actividades cotidianas y la capacidad para disfrutarlas, baja de peso

significativa sin causa aparente, estado de ánimo depresivo o bajo (en niños y adolescentes puede ser irritable), enlentecimiento de los movimientos corporales, sentimientos de inutilidad o culpa excesivos, insomnio al inicio, en el punto intermedio o al final del ciclo de sueño habitual, falta de apetito, disminución en la capacidad para concentrarse, ideas, pensamientos de muerte y suicidio o intentos francos para quitarse la vida.

La depresión puede afectar a personas de todas las edades, incluyendo a niños y adolescentes como acabamos de señalar. Existen también diferentes tipos de depresión, dentro de las de tipo orgánico y emocional se encuentran las de mayor intensidad en lapsos de tiempo relativamente cortos (agudas), como las que son menos intensas aunque no menos importantes pero son de larga evolución e intensidad (crónicas) abarcando incluso años.

Depresión en niños y adolescentes

En niños y adolescentes los síntomas de la depresión se manifiestan de forma distinta, además del estado de ánimo irritable en ellos como señalamos arriba, pueden existir cambios en patrones conductuales habituales como la pérdida del control de los esfínteres temporalmente, iniciar conducta de aislamiento social, hipersensibilidad ante situaciones en las que previamente se era funcional, alteración en el apetito, bajo rendimiento escolar así como sentimientos de minusvalía.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua.

Diagnóstico y estadísticas

El diagnóstico es un aspecto muy importante y delicado, ya que actualmente se habla mucho de depresión y se ha convertido en un concepto bastante manipulado tanto por expertos como por parte de la población general. Es necesario señalar que ha existido un abuso acerca de este concepto en algunas ocasiones, ya que existe una gran cantidad de sobre-diagnóstico por parte de muchos profesionales de la salud mental como responsables de la atención y seguimiento a esta problemática (psiquiatras, psicólogos clínicos y psicoterapeutas); esto quiere decir que se diagnostica con depresión a quien no la tiene o a quien aún no cumple con los criterios para ésta, estando a tiempo para evitar llegar a ella en pleno con algún tipo de intervención; con ello, al existir mayor cantidad de depresión diagnosticada también habrá mayor cantidad de ingresos por consumo de medicamentos.

Es difícil precisar estadísticamente la cantidad de personas con depresión debido a que no se lleva un registro riguroso de esto, además de que muchas veces alguien que la padece nunca lo sabe, sin embargo se estima que aproximadamente el .5% de la población padece depresión aguda (unas 500,000 personas), más la depresión crónica y todos los casos desconocidos que presentan algún tipo de depresión.



Tratamiento

El diagnóstico debe hacerse por parte de algún profesional de la salud mental: psiquiatra, psicólogo clínico o psicoterapeuta apegándose a los criterios y síntomas que ya hemos señalado. Una vez establecido, .

existen varias modalidades de tratamiento según el nivel de severidad; en casos agudos o severos el tratamiento puede ser bimodal: tratamiento farmacológico o con medicamentos (prescritos por el psiquiatra como el médico especializado en esta área) combinado con psicoterapia, en casos crónicos o moderados algunos de los dos tratamientos y en casos extremadamente graves cuando existe intento de suicidio o está en riesgo la integridad de la persona lo que procede es la hospitalización para control, vigilancia y seguimiento.

Como puede verse, este padecimiento es muy complejo y debe tener más importancia de la que a veces se la da, por lo tanto se recomienda estar al tanto de cambios importantes en el estado de ánimo (de terceros o de uno mismo) y no restarles importancia, consultar a algún especialista en caso de presentar síntomas, promover la atención oportuna, una vez en tratamiento continuar y no interrumpirlo hasta tener la indicación o ser dados de alta, apoyar al paciente por parte de la familia o personas cercanas; finalmente nunca está de más tomar precauciones ya que ninguna acción sale sobrando y siempre es mejor prevenir.

En suma, la depresión es un padecimiento muy delicado que hay que abordar oportunamente, sin restarle importancia o postergar su atención por considerar que la persona puede salir adelante con solo “echarle ganas”, estar deprimido como hemos visto, no es “estar en la depre” o “de capa caída”

es un trastorno muy importante que deteriora la calidad de vida de la persona y desgasta a quienes se encuentran cerca, en extremo puede llegar incluso a ser fatal.

*Las opiniones contenidas en este artículo son responsabilidad del autor.

ISKALTI
atención y educación psicológica



5342 2203, 5343 5898,
5342 4191
www.iskalti.com

- Clavería: Av. Clavería 81 Col. Clavería, D.F.
- Condesa: Pachuca #180, 4to Piso Col. Condesa D.F.
- Lomas de Chapultepec: Mayorga 146-8 Col. Lomas de Chapultepec, D.F.
- Lomas Verdes: Av. Lomas Verdes 466 Edif. A Depto. 202, Estado de México
- Cuernavaca: Río Balsas no. 10, Cons. 9 Col. Vista Hermosa, Cuernavaca Morelos, Tel. 04477 • 7788 • 8348



Iskalti centro de atención
y educación psicológica



@iskaltimexico



IskaltiMexico

Broadcast Yourself™