



## Depresión

**FUENTE:** *Revista Salud 180/Jóvenes/Adicciones/Alcohol*

### MÉXICO

La depresión es una enfermedad mental; no un defecto del carácter, caracterizada por la ausencia de afecto positivo, aplanamiento afectivo, descenso del humor disminución de la vitalidad, y a un cansancio exagerado que aparece incluso tras un esfuerzo mínimo; casi todos los días, durante dos semanas consecutivas o más.

De todos los síntomas destacan la pérdida de interés y la incapacidad de disfrutar de las actividades y experiencias de la vida diaria.

El tipo de depresión dependerá de la persistencia, gravedad y el deterioro de la funcionalidad del paciente, existiendo diferentes niveles de severidad en la presentación de los síntomas, como sensación de fatiga física, malestar y vacilación que pueden llegar hasta la pérdida de la voluntad.

Causas y factores de riesgo.

Es de origen desconocido, a pesar de las continuas investigaciones.

Se supone que aparece como resultado de una combinación de factores genéticos y ambientales, mediados por complejas y sutiles alteraciones en las sustancias que regulan la actividad nerviosa cerebral.

Se reconoce que puede intervenir múltiples factores familiares, de la infancia, así como adversidades psicosociales (que se enlistaran más adelante).

Lo más probable es una interacción de factores biológicos, psicológicos y sociales.

Los factores de riesgo que pueden favorecer la presencia de un estado depresivo son:

- Enfermedades crónico-degenerativas
- El evento vascular cerebral (derrame cerebral, apoplejía)
- Padecimientos neurológicos como Alzheimer y Parkinson
- Diabetes mellitus
- Trastornos del sueño
- Dolor crónico
- Discapacidad física, sensorial e intelectual
- Trastornos cognitivos
- Nivel socioeconómico (no es exclusivo de la pobreza)
- Problemas psicosociales como la jubilación o pensión
- Pérdida de la pareja
- Disminución de la red social
- Separación o abandono de los familiares o amigos
- El estado civil
- El estrés crónico
- La exposición a adversidades a lo largo de la vida
- La asociación con el consumo del alcohol y el tabaco
- La discriminación
- El uso de términos despectivos por la condición de las personas (ej.: adultos mayores)
- Duelo reciente: por muerte de un familiar cercano o discapacidad reciente
- Duelo crónico no resuelto por divorcio o viudez
- Familia disfuncional
- Antecedente familiar de depresión
- Vivir sólo
- Víctima de abuso psicosocial (económico, psicológico, sexual, etc.)
- Nivel educativo

