

# CAPÍTULO 1: **SALUD MENTAL**



**INJUV**

Ministerio de Desarrollo Social y Familia



# DEPRESIÓN

## CONCEPTOS BÁSICOS

La depresión consiste en un trastorno del estado de ánimo que provoca síntomas que afectan cómo la persona se siente, piensa y coordina sus actividades diarias en los distintos ámbitos de su vida (escolar, laboral, familiar, etc.). Este trastorno, se caracteriza por un sentimiento de tristeza, pérdida de interés o de placer, sentimientos de culpa o autoestima baja, alteraciones del sueño o del apetito, fatiga y falta de concentración, generando gran sufrimiento a quienes lo padecen (National Institute of Mental Health [NIMH], 2016; OPS, 2017).

La Guía Práctica Clínica- No GES, del Ministerio de Salud, indica que la depresión es una enfermedad común y se distingue por episodios de estado de ánimo depresivo, baja importante del interés o el placer por todas o casi todas las actividades y falta de energía o fatigabilidad. Adicionalmente, acostumbra a presentarse inquietud o enlentecimiento, disminución en la capacidad de concentración y atención, como también, modificaciones del apetito y/o del sueño. Si se posee depresión es importante conocer que los síntomas se presentan todos los días, durante la mayor parte del día, por al menos dos semanas y que provoque un malestar clínicamente importante o deterioro en el escenario social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento diario (MINSAL, 2021). Menor al tiempo expuesto corresponde a episodios depresivos más no trastornos (NIMH, 2016; OPS, 2017).

Es muy importante distinguir entre estar deprimida o deprimido o triste a tener la enfermedad de depresión. Tal como se indicó anteriormente, los síntomas de la depresión deben durar al menos dos semanas y experimentar muchos más síntomas y con mayor intensidad y duración que si sólo se está deprimido. Es por ello que a la depresión se le asocia un efecto discapacitante, ya que impacta negativamente en la calidad de vida de las personas y su familia (MINSAL, s.f) y, a su vez, la depresión, acrecienta el riesgo a sufrir otras enfermedades mentales y también físicas. En su forma más severa, la depresión puede conducir al suicidio (OMS, 2020). En relación a esto último, la depresión es uno de los

# DEPRESIÓN

## CONCEPTOS BÁSICOS

factores de riesgo individual más relevantes dentro de la multiplicidad de factores relacionados a la conducta suicida. Cerca de un 60% de personas jóvenes con depresión han pensado en suicidarse y un 30% lo ha intentado. (Guía Práctica Clínica- No GES, 2021). Por último, se reveló que más de la mitad de adolescentes víctimas de suicidio reportaron tener un trastorno depresivo en el momento de la muerte. “Es por esto, que las conductas suicidas y el riesgo suicida debe ser evaluado y monitoreado continuamente en las personas con depresión” (MINSAL, 2021).

En cuanto a la prevalencia, la edad de inicio no parece precisar subgrupos depresivos por separado, pero sí se puede distinguir que la depresión en personas jóvenes y adolescentes se asocia a múltiples indicadores como los psicosociales, mala salud y una mayor carga de enfermedad en la edad adulta (MINSAL, 2021). “La depresión en adolescentes sin tratamiento pronostica un mayor riesgo en formalizar parejas, disminución del funcionamiento social y laboral, menor calidad de vida, mayor comorbilidad médica y psiquiátrica, mayor frecuencia de episodios depresivos e intentos de suicidio durante la vida, mayor gravedad de los síntomas, cronicidad y recurrencia” (Guía Práctica Clínica- No GES, 2021).

 **Hablemos de todo**

**INJUV**

Ministerio de Desarrollo Social y Familia

