

CAPÍTULO 1: **SALUD MENTAL**



INJUV

Ministerio de Desarrollo Social y Familia



DEPRESIÓN

SÍNTOMAS Y SIGNOS

Dentro de los síntomas de la depresión se pueden encontrar sentimientos constantes de tristeza, culpa o desesperanza durante la mayor parte del tiempo, irritabilidad (ser gruñón, hostil, se frustra con facilidad, arranques de ira), tener falta de energía, pérdida de interés en cosas que antes disfrutaba, por ejemplo, dejar de hacer hobbies o perder interés por su familia, trabajo, etc., aislándose del entorno, tener cambios importantes en los patrones de sueño, como problemas para conciliar este, o dormir demasiado (hipersomnia), fatiga, dolor u otros síntomas y signos físicos sin causa aparente, inconvenientes para concentrarse, teniendo dificultades para tomar decisiones y mantener obligaciones; cambios en el apetito que causen pérdidas o aumentos de peso significativos, sentimiento de que no vale la pena vivir o pensamientos de muerte recurrente, incluso ideas suicida (López-Gómez, 2021) y sensibilidad extrema al rechazo (por ej: tener una falsa percepción de que se es humillado o criticado) lo que lleva a, por ejemplo, tener dificultades para mantener relaciones (Guía Práctica Clínica- No GES, 2021).



 **Hablemos de todo**

INJUV

Ministerio de Desarrollo Social y Familia

