

En fechas como éstas, donde la publicidad y todo apunta hacia la unión, armonía y paz familiar, la depresión es muy frecuente en la psicología de los seres humanos, mucho más cuando se suman factores negativos como los problemas económicos, pérdida de seres queridos, falta de trabajo y otros, que pueden influir para un estado depresivo de las personas.

El Dr. Fabrizio Delgado, Director Técnico del Instituto de Neurociencias de la Junta de Beneficencia, señala que la depresión es bastante frecuente sobretodo en personas que tienen predisposición genética, y en personas que están desfavorecidas con la sociedad, es decir, que están expuestas a la soledad, a la falta de trabajo, a la pérdida de seres queridos, a la migración de los padres y otros factores que influyen en su estado emocional. "Los jóvenes son más propensos porque no tienen la capacidad de discernimiento para analizar las circunstancias" señala.

La depresión es la principal causa del suicidio, sobre todo cuando está acompañada de la bipolaridad. "Por sus características son enfermedades muy parecidas, pero son diferentes. La depresión bipolar tiene mayor riesgo de pasar al acto de suicidio porque tiene más impulsividad y agresividad" sostiene el Dr. Delgado.

Sentirse triste, apagado, sin energía, sin motivación, sin capacidad de alegrarse por cosas buenas que sucedan, la perturbación del sueño, la pérdida del apetito, son entre otros, síntomas de alerta para reconocer una depresión y buscar ayuda profesional. Delgado, sostiene que en esta época generalmente se incrementa las consultas en el Instituto de Neurociencias por trastornos de ansiedad y depresivos.

Para evitar que el paciente no caiga en riesgo de entrar en un cuadro depresivo, el Dr. Delgado recomienda integrarse a grupos sociales, usar los recursos comunitarios, socializarse, renovar los lazos familiares y no aislarse. La depresión afecta a la persona y al entorno familiar, por ello, se debe buscar ayuda inmediatamente. "Hay pacientes que no identifican el problema como un trastorno psiquiátrico y no buscan ayuda profesional y sufren silenciosamente los trastornos" acotó.