

• Puede tener grandes consecuencias sociales y personales

UN 15% DE TICOS VIVEN CON DEPRESIÓN

• El 50% de diabéticos en el mundo se deprimen



La farmacóloga y psiquiatra Lilia Solórzano aseguró que el primer paso para tratar una depresión es reconocer que la padece.

EFREN LÓPEZ MADRIGAL

elopez@prensalibre.co.cr

foto: Luis Morales

Desde hace quince años, se investiga mucho más el tema de la depresión, dando mayor importancia a los casos y tratamientos ocurridos en el país.

La depresión también puede expresarse a través de afecciones de tipo cognitivo, volitivo o incluso somático.

En la mayor parte de los casos el diagnóstico es clínico, aunque debe diferenciarse de cuadros de expresión parecida, como los trastornos de ansiedad. La depresión se da por la "muerte" de las células neuronales.

En la actualidad se sabe que esas células pueden ser renovadas con el método llamado Neuroplasticidad.

La neuroplasticidad es la posibilidad que tiene el cerebro

para adaptarse a los cambios o funcionar de otro modo, modificando las rutas que conectan a las neuronas.

Esto genera efectos en la organización del cerebro y en el funcionamiento de los circuitos neurales.

TRATAMIENTO

Para tratar la depresión, el médico tiene varios métodos que se utilizan dependiendo de la gravedad del caso. Estos tratamientos son la farmacoterapia, ejercicio físico, electro shock, sexo, chocolate y baños de sol, principalmente en la mañana.

"La mayoría de personas confunde la depresión con ansiedad o problemas de personalidad, por lo que no se trata a tiempo y el problema se agrava por esa falta de tratamiento", aseguró la farmacóloga y psiquiatra del hospital CIMA Lilia Solórzano.

SÍNTOMAS MÁS COMUNES

Aunque las personas confunden la depresión con la falta de carácter y problemas de personalidad, hay que poner mucha atención cuando se padecen cambios en las horas de sueño, se sienten ideas de tristeza y ansiedad.

Además, se padece de dolor físico, dificultad para pensar, ganas de llorar, se dan problemas de índole sexual, mucha pereza, falta de voluntad y menos creatividad.

La depresión puede tener importantes consecuencias sociales y personales, desde la incapacidad laboral hasta el suicidio.

Las diferentes escuelas psiquiátricas proponen varios tratamientos para la depresión, como la biopsiquiatría, a través de un enfoque farmacológico avalado por los éxitos de las últimas generaciones de antidepresivos.

El término en psicología de conducta hace referencia a la descripción de una situación individual mediante síntomas.

La diferencia radica en que la suma de estos síntomas no implica en este caso un síndrome, sino conductas aisladas que pudieran si acaso establecer relaciones entre sí.

La depresión es una enfermedad mental que consiste en un trastorno del estado de ánimo. Su síntoma habitual es un estado de abatimiento e infelicidad que puede ser transitorio o permanente.

ORIGEN DE LA DEPRESIÓN

Su origen es multifactorial, aunque hay que destacar factores desencadenantes tales como el estrés y sentimientos derivados de una decepción sentimental, la contemplación o vivencia de un accidente, asesinato o tragedia, el trastorno por malas noticias, pena y el haber atravesado una experiencia cercana a la muerte.

También hay otros orígenes, como una elaboración inadecuada del duelo, por la muerte de un ser querido o incluso el consumo de determinadas sustancias como abuso de alcohol o de otras sustancias tóxicas y factores de predisposición como la genética o un condicionamiento educativo.