

Publicidad

Salud

Depresión en Costa Rica tiene rostro de mujer de 45 a 59 años

Aunque la depresión puede suceder en cualquier género y edad, este es el perfil más común, según datos del Ministerio de Salud

Regalar

Escuchar

Por Irene Rodríguez

18 de septiembre 2024, 09:11 a. m.

La depresión no discrimina por género, edad o procedencia geográfica. Sin embargo, en Costa Rica, las estadísticas hablan de una población entre la cual este trastorno se ha vuelto más común: las mujeres entre 45 y 59 años.

Datos del Ministerio de Salud señalan que en las primeras 33 semanas del año (que finalizaron el 17 de agosto) se había contabilizado 6.009 casos. De estos, 1.108 se dieron en las últimas ocho semanas.

Publicidad

Estos números, sin embargo, representan un subregistro. Esta estadística corresponde a las personas que buscaron ayuda en un servicio de salud público o privado y recibieron un diagnóstico. Hay personas que por diferentes razones no acuden a los centros de salud o desconocen su condición, por lo que no aparecen en estos números.



[Inflación interanual en Costa Rica continúa por senda negativa y llega a -1% en setiembre](#)

La información de salud señala que el 72,8% de los casos de depresión se da en mujeres, lo cual representa 165,8 por cada 100.000 mujeres. En el caso de los hombres, la tasa es de 61,2 por 100.000.

“Las mujeres de todas las edades mantienen la tendencia a lo largo de este año, presentando las tasas más altas en relación con los hombres”, cita el [Boletín Epidemiológico](#) difundido la tarde de este 13 de setiembre.

Publicidad

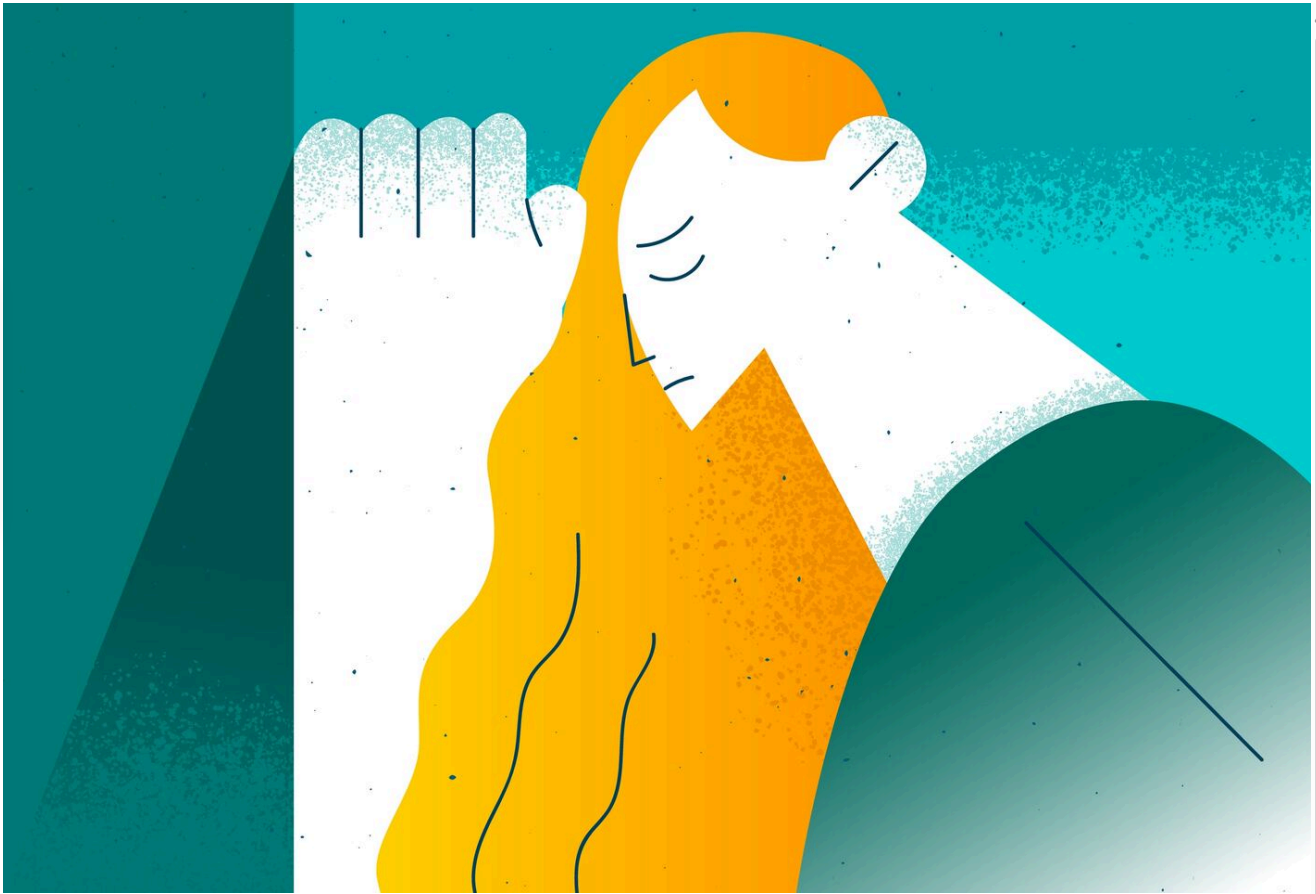
Pero cuando se desagrega por edades, se ve que quienes tienen entre 45 y 49 años tienen una tasa de 231,9 por cada 100.000 mujeres en ese rango de edad. Entre los 55 y 59 baja ligeramente a 229,2. En los hombres, el punto de la vida con más depresión es después de los 75 años, pero no se acerca a lo visto por ellas, porque alcanza un máximo de 108,2.



[¿Pagar más implica una mejor nota de admisión a la UCR, el TEC o la UNA entre los colegios privados con calificaciones más altas? Aquí la respuesta](#)

LEA MÁS: [La verdadera y la falsa depresión](#)

¿Qué es la depresión?



La depresión es el trastorno mental más común en Costa Rica. Se caracteriza por tristeza, pérdida de gusto por las aficiones y desesperanza. La mayoría de los pacientes son mujeres.

Gloriela Brenes Murillo y Siany Cordero Abarca, funcionarias de la Dirección de Vigilancia de la Salud del Ministerio de Salud, recordaron que la depresión se caracteriza por un bajo estado de ánimo o pérdida de interés por realizar actividades o de placer al realizarlas.

Los episodios depresivos duran la mayor parte del día, casi todos los días, durante al menos dos semanas. Un individuo con depresión puede tener trastornos del sueño y cambios de apetito. También puede experimentar disminución de la autoestima, ideas en torno a la muerte y desesperanza respecto al futuro.

Estos son los síntomas más comunes de la depresión:

- Tristeza
- Irritabilidad
- Sensación de vacío
- Pérdida de placer por las actividades favoritas

También pueden presentarse estas otras manifestaciones:

- Dificultades para concentrarse
- Sentimiento de culpa
- Falta de esperanza en el futuro

- Pensamientos de muerte o suicidio
- Alteraciones del sueño
- Cambios en el apetito
- Cansancio
- Falta de energía

LEA MÁS: [Depresión también acecha al final de la vida; húyale](#)

¿Por qué las mujeres de 45 a 59 años son más vulnerables a la depresión?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que las mujeres son casi el doble de propensas que los hombres a [trastornos depresivos](#). Esto se debe a una mezcla de factores hormonales, genéticos y de la carga de responsabilidad que conllevan. Por ejemplo, los trastornos premenstruales, el embarazo y el posparto son épocas de vulnerabilidad.

Sin embargo, la mujer también tiende más a buscar ayuda y atención profesional, por lo que el subregistro en los hombres es mayor.

Dicho esto, a partir de los 45 años la mujer entra en una etapa más vulnerable a trastornos depresivos. Es normal que las mujeres de esta edad experimenten la perimenopausia, la antesala de la menopausia. Es una etapa de cambios hormonales mayores, en donde los niveles de estrógeno y progesterona fluctúan.

En mayo pasado, [un estudio publicado en el Journal of Affective Disorders](#) analizó siete publicaciones científicas que tomaron en cuenta a 9.141 mujeres en transición a la menopausia. Los autores concluyeron que las mujeres en esta etapa tienen un 40% más riesgo de experimentar depresión que quienes no están en ella.

“Este estudio muestra que las mujeres en fase perimenopáusica son significativamente más proclives a experimentar depresión que tanto antes como después de esta etapa. Nuestros resultados enfatizan la importancia de hacer conciencia de que hay más vulnerabilidad a la depresión en esta edad”, dijo en un comunicado Roopal Desai, una de las investigadoras.



Únase al canal de La Nación en WhatsApp

Reciba el boletín: **Alerta informativa**

Noticias de última hora, en tiempo real

Suscribirme

Deseo recibir comunicaciones

[Depresión](#)

[Salud mental](#)

[Salud emocional](#)



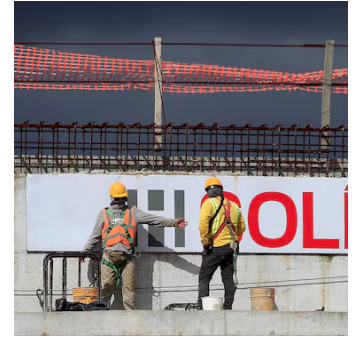
Irene Rodríguez

Periodista de Ciencia y Salud. Trabaja en La Nación desde 2009 y en periodismo desde 2004. Graduada de Comunicación Colectiva en la Universidad de Costa Rica, donde egresó de la maestría en Salud Pública. Premio Nacional de Periodismo Científico 2013-2014. Premio Health Systems Global 2018. Becada del Fondo Global de Periodismo en Salud 2021.



LE RECOMENDAMOS

Condenan al Conavi y a H Solís por muerte de joven decapitado en obra vial



Murió influencer tras procedimiento estético que muchos desean y creen inofensivo



TSE pide a diputados quitar inmunidad a Rodrigo Chaves



En beneficio de la transparencia y para evitar distorsiones del debate público por medios informáticos o aprovechando el anonimato, la sección de comentarios está reservada para nuestros suscriptores para comentar sobre el contenido de los artículos, no sobre los autores. El nombre completo y número de cédula del suscriptor aparecerá automáticamente con el comentario.



Publicidad

Publicidad

Lo más leído

1. Rematarán mansión, lancha y autos de Romario para cubrir deuda de más de \$2 millones

2. El cometa 3I/ATLAS es imparable: sobrevivió a una tormenta solar como si nada hubiera pasado y continúa su viaje según lo previsto

3. Selección de Costa Rica tendrá nuevo técnico

4. La muerte golpea a un futbolista de Primera División

5. ¿Qué pasará con los estudiantes que ya tienen tatuajes? MEP explica cambio para clases en Costa Rica en 2026



© 2025 Todos los derechos reservados, cualquier uso requiere autorización expresa y por escrito de Grupo Nación GN S.A.

Sobre nosotros

Grupo Nación
La Teja
El Financiero
Revista Perfil
Sabores
Aplicaciones
Boletines
Versión Impresa

Negocios

Todo Busco
Parque Viva
Paute con nosotros
Printea

Términos y condiciones

Políticas de privacidad
Condiciones de uso
Estados financieros
Reglamentos

Servicio al cliente

Contáctenos
Centro de ayuda
Planes de suscripción



Miembro del Grupo de Diarios América (GDA)