



Interesante artículo el que nos remite un comunicante. Por supuesto que la depresión es la enfermedad del siglo XXI y por supuesto que va a más.

### **Depresión, la nueva epidemia**

En 20 años la depresión será la enfermedad más habitual entre la población, según la Organización Mundial de la Salud.

El número de personas afectadas por depresión aumenta y para el año 2030 se espera que este trastorno requiera una importante inversión por parte de la Administración sanitaria para su tratamiento. Por el contrario, y lejos de afrontar el problema, hoy la mayoría de países en desarrollo gastan menos del 2% de sus presupuestos nacionales en servicios de salud mental. Y son estos países los que albergan a la mayoría de personas afectadas de forma directa por algún trastorno o discapacidad mental, en total, más de 450 millones de personas en todo el mundo.

14 de septiembre de 2009

En 2030 se espera que este trastorno se convierta en la enfermedad más común en los seres humanos, superando al cáncer y las patologías cardiovasculares, según los expertos reunidos en la primera Cumbre Global en Salud Mental celebrada en Atenas. El evento ha sido el lugar escogido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para alertar de una nueva amenaza en los futuros años: la depresión. Con estas expectativas de aumento, se precisa con urgencia un cambio de actitud de la sociedad hacia las enfermedades mentales. Por eso, la organización advierte de que la depresión será el mayor problema de salud para la humanidad, tanto en el ámbito social como económico.

### **Crecimiento silencioso**

Los adolescentes que sufren depresión leve sufren un alto riesgo de desarrollar

trastornos mentales severos en la edad adulta

Aunque la depresión es una enfermedad común generalizada en todos los países, en realidad se habla poco de ella, incluso por parte de los propios afectados. Sin embargo, es una enfermedad tan real como cualquier otro trastorno fisiológico. Y quien la sufre tiene el derecho de obtener asesoría y tratamientos correctos en el mismo entorno de salud que se ofrece a los que padecen otras patologías.

Además, estas cifras crecientes de afectados será una cuestión importante para los países en desarrollo y para las personas pobres, que cuentan con menos recursos. Las cifras de la OMS muestran que los países con altos ingresos destinan 200 veces más medios a tratar este tipo de trastornos respecto a los que tienen ingresos bajos.

Las enfermedades mentales como la depresión se caracterizan por suponer un enorme impacto en la productividad de un país. Expertos del King's College en Londres (Reino Unido) han calculado en términos financieros cuál es la carga de una persona con depresión con muy pocas posibilidades de trabajar o mantener un empleo. A esta falta de productividad debe sumarse, además, los costos de los beneficios de incapacidad o desempleo. Según el trabajo, estos gastos combinados suman cerca de 1% del PIB, una suma significativa.

### **Atención temprana**

Cerca de la mitad de los trastornos psiquiátricos comienzan antes de que el afectado cumpla 14 años. Los expertos de la OMS subrayan la importancia de disponer de servicios de salud mental durante la infancia para prevenir una situación más grave en el futuro. Un estudio reciente, publicado en "British Journal of Psychiatry", asegura que los adolescentes que sufren depresión leve (decaimiento, pérdida de interés, alteraciones de sueño y mala concentración durante al menos dos semanas) registran un alto riesgo de desarrollar trastornos mentales severos en la edad adulta.

Los científicos elaboraron un registro de 750 personas que habían estudiado en dos ocasiones, primero entre 14 y 16 años y, después, entre 20 y 30 años. Descubrieron que la ansiedad, la depresión severa y los trastornos alimenticios eran mucho más comunes entre los adultos que habían padecido una depresión leve durante la adolescencia.

Los expertos opinan que los servicios de especialistas en la infancia son vitales, así como la importancia de ofrecer a los adolescentes el apoyo necesario cuando surge por primera vez el problema. Esta atención debería permitir que los jóvenes obtengan ayuda temprana antes de que la situación llegue a un punto crítico. También remarcan que este acceso todavía sigue siendo una traba en muchos países. (Nuria Llavina Rubio)

## **Ahora bien, ¿por qué le llaman depresión cuando están hablando de desesperanza?**

Para vivir hay que darle un sentido a la vida, según el principio de Viktor E. Frankl: Quien tiene una razón para vivir, acabará por encontrar el cómo.

***El hombre sólo necesita tres cosas para ser feliz: fe, esperanza y amor.*** Si se le niega el peso a las tres, especialmente a la esperanza, entonces simplemente la depresión no tiene solución.

Eulogio López

Si tienes alguna duda, escribe a nuestros [Consultores](#)