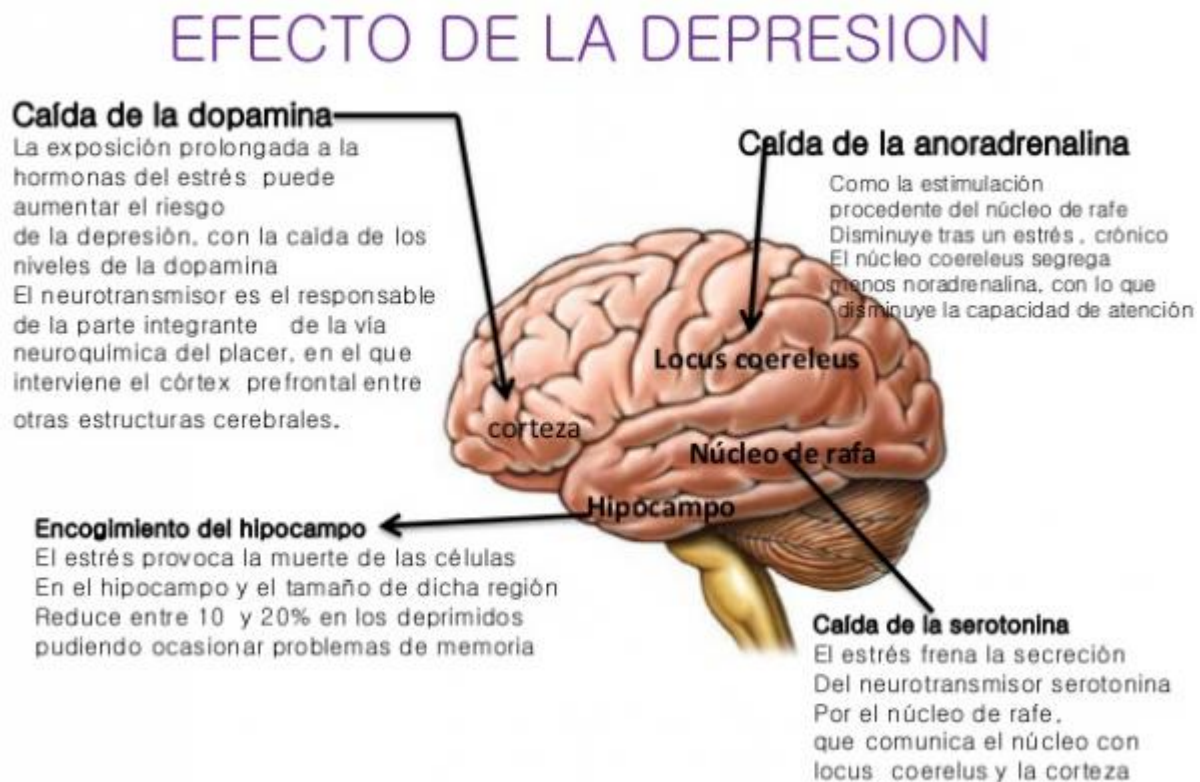


## La condena de tener una depresión: Suicidio

Medicina, 14/08/2016



Debido al ritmo de vida moderno, la depresión se ha convertido en una patología habitual en los países del primer mundo, sin embargo Costa Rica no se queda

atrás. No se trata de un estado de ánimo pasajero de tristeza, ni de una señal de debilidad personal o emoción que pueda alejarse voluntariamente, tampoco es un defecto de carácter que puede superarse simplemente con esfuerzo. El trastorno depresivo es una enfermedad que afecta el estado de ánimo y a la mente; afecta también a la alimentación, al descanso nocturno, a la opinión de sí mismo y a la vida en general. La depresión es un estado emocional que casi todas las personas sufren en algún momento de su vida. El problema radica en distinguir cuando esa emoción se debe considerar enfermedad y requiere tratamiento médico. Sin tratamiento, los síntomas pueden durar semanas, meses o años, mientras que un tratamiento adecuado puede ayudar al 80% de las personas afectadas. Se trata de un problema de salud que afecta al paciente y a su entorno social y requiere la atención de todo el equipo de salud. Los trastornos emocionales están entre los padecimientos más comunes por los cuales los pacientes visitan al médico. Casi un 20% de los adultos tendrán un trastorno emocional en su vida y requerirán tratamiento, y cerca de un 8% de los adultos podrán padecer un trastorno depresivo grave en sus vidas.

El nivel de deterioro causado por desórdenes depresivos crónicos es más severo que el causado por otros desórdenes médicos crónicos como hipertensión, diabetes y artritis. Varios estudios han revelado la aparición de una serie de incompatibilidades sociales en la depresión crónica, mostrando que las mujeres reportan una severidad mayor de la enfermedad, pobre ajuste social y una calidad de vida deficiente. Diferencias en los tipos de incompatibilidades también fueron evaluadas, mostrando que las mujeres reportan más dificultades en el área de ajuste marital y los hombres en el área laboral.

Por otra parte, una consecuencia importante de la depresión crónica en las mujeres es el impacto potencial transgeneracional

que se observa en el rol social más importante de la mujer, la maternidad. Los efectos de la depresión en una variedad de dimensiones de la maternidad han sido demostrados. Estos desórdenes pueden presentarse virtualmente en una mujer en su etapa reproductiva, con serias consecuencias para la salud mental de las futuras generaciones.

¿Es básicamente la depresión un trastorno biológico o una respuesta al estrés psicosocial con incapacidad del individuo para afrontarla? La opinión generalizada es que ambos conceptos son aceptables, de ser así se deben considerar dos formas básicas de depresión, exógena y endógena. La depresión exógena (o reactiva) obedece a una causa externa generalmente bien definida (pérdida de un familiar o un ser amado, pérdida monetaria o de posición social, enfermedad invalidante, etc.). La depresión endógena, en cambio, no tiene causa externa manifiesta, lo cual lleva a considerarla una alteración biológica, como ocurre en las psicosis bipolar (maniaco-depresiva) o unipolar (depresiva), nuevamente debe uno preguntarse ¿esta división tan precisa existe realmente? En la vida diaria los estímulos que pueden generar depresión son multifactoriales, todos ellos tienen como denominador común el constituir estresores con valor afectivo sólo para el individuo afectado. Ese valor afectivo varía de individuo a individuo y, como ya se mencionó antes, la experiencia de cada individuo es la variable que introduce la diferencia en la respuesta. En otras palabras, el estrés es un factor importante para que el estado depresivo reactivo se genere y éste no puede separarse de los cambios biológicos (fisiológicos y hormonales) que normalmente son concomitantes con el estrés, asociado todo ello al eje hipotálamo-hipófisis-suprarrenal. Por lo tanto, se puede inferir que la llamada depresión exógena depende de ambos factores, la calidad y cantidad del estímulo ambiental estresor y los substratos biológicos (genéticos, bioquímicos y moleculares) que determinan las alteraciones en la homeostasis y, por ende, en la función cerebral.

Las características claves por medio de las cuales se podrían definir los desórdenes depresivos son:

- Talante bajo
- Energía reducida
- Pérdida del interés o del disfrute

Otros síntomas comunes incluyen baja concentración, reducida autoestima, pensamientos de culpabilidad, pesimismo, ideas de autodaño o suicidio, disturbios del sueño y alteraciones del apetito. El papel de los factores físicos o biológicos en la patogénesis de la depresión se ha sospechado desde la antigüedad. Sin embargo, sólo en la mitad tardía del siglo XX la tecnología y la metodología experimental han estado disponibles para estudiar estos procesos en los desórdenes del talante.

La depresión tiene muchas causas, las cuales incluyen:

- Factores genéticos
- Factores químicos: alteraciones de neurotransmisores
- Factores psicosociales como: experiencias adversas en la infancia: dificultades cotidianas y crónicas, eventos indeseables en la vida, red social limitada, baja autoestima.

En la mayoría de los pacientes los episodios depresivos surgen de la combinación de factores familiares, biológicos, psicológicos y sociales, los cuales operan a través del tiempo y progresivamente incrementan su capacidad patogénica.