



E

Editorial

Día mundial de lucha contra depresión

Cada año, la OMS llama a los países a revisor planes de salud mental y a crear condiciones para atender a quienes lo requieren.

El reciente 13 de enero fue conmemorado el Día Mundial de la Lucha contra la Depresión, fecha instaurada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para llamar la atención frente a este trastorno de salud mental que afecta a más de 300 millones de personas en el mundo, dañando su calidad de vida, disminuyendo su capacidad de vínculo social y laboral.

En Chile, de acuerdo a cifras del Ministerio de Salud, la enfermedad está diagnosticada en 6,2% de la población, pero se aumenta el porcentaje a 15,8% si se considera a quienes alguna vez en la vida han tenido episodios depresivos o están en posibilidad de tenerlos. En Los Ríos la cifra de casos confirmados es de 10,2% de la población y eso ubica a la región entre las tres zonas del país con mayor cantidad de licencias médicas anuales por esta causa. Las otras dos son La Araucanía y Los Lagos. En todas, la cantidad más alta de afectados corresponde a mujeres, con un 61%. ¿Qué factores gatillan estos altísimos números en el sur del país? Algunos análisis hablan de razones ambientales y de género. La baja luminosidad, las lluvias intensas y el déficit de Vitamina D que presenta la mayoría de las personas en esta área geográfica; sumado a la alta exigencia social multitarea que pesa sobre la población femenina. También se ha llamado la atención respecto de momentos específicos de la vida de las personas, considerando las situaciones de los adultos mayores y de los adolescentes, grupos etarios en los cuales la depresión se observa con más frecuencia.

Pero más allá de informar sobre estadísticas, el llamado de esta fecha es a comprender que se trata de un padecimiento silencioso y muchas veces incomprendido (el desánimo y la tristeza no son bien recibidos en un mundo de competencia y exitismo), el cual requiere de atención especializada, pero también de resguardo comunitario, en el sentido de estar alertas a las señales, para evitar su avance y prevenir otro tipo de consecuencias severas. No podemos olvidar el doloroso vínculo que existe entre depresión y suicidio; realidad que en nuestra región también es muy alta.