

## Preocupa alta prevalencia de depresión en Chile

En el país más del 6% de las personas padecen de este trastorno mental. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), ésta es la principal causa mundial de discapacidad y contribuye de forma significativa a la carga global de morbilidad.

Recientemente, se conmemoró el Día Mundial de Lucha contra la Depresión, que -según la Organización Mundial de la Salud (OMS)- es la principal causa planetaria de discapacidad y contribuye de forma significativa a la carga global de morbilidad.

Se estima que afecta a más de 300 millones de personas en el mundo, siendo más prevalente en mujeres que en hombres.

En Chile, según la Encuesta Nacional de Salud 2016-2017, el 6,2% de la población sufre depresión, pero

solo el 1,6% se encuentra en tratamiento.

Los grupos etarios más afectados son la generación Millennial (22-35 años) y generación X (36 a 51 años), además de personas mayores. Estos últimos debido a duelo de roles, jubilación, pérdida de la funcionalidad y adaptación a patologías crónicas.

Características de la depresión

El académico de la Escuela de Enfermería de la Universidad de Talca, Gustavo Domínguez Araya, explicó

que es un "trastorno mental común, con una alta prevalencia a nivel mundial. Se espera que sea la principal causa de discapacidad en el 2030".

Se caracteriza -agregó- por una combinación de síntomas emocionales, cognitivos, físicos y conductuales que afectan la vida cotidiana: Sentirse desanimado y sin esperanza, pérdida del interés por las cosas que usualmente agradaban.

También hay otras señales como cambios del apetito y del peso (baja o alza significativa), alteraciones del sue-

ño (dificultad para dormir o dormir demasiado), fatiga o cansancio excesivo, pensamientos negativos sobre sí mismo o sentimientos de inutilidad, dificultad para concentrarse, movimientos más lentos o sensación de inquietud, pensamientos sobre la muerte o acerca de herirse así mismo de alguna forma.

"Estos deben estar presentes durante al menos 2 semanas y causar un deterioro significativo en el ámbito social, laboral o personal. A mayor número de síntomas presentes, más grave es la

depresión. Esta puede ser mínima, leve, moderada, moderada-grave o grave", detalló el docente de la UTalca.

Prejuicios

Consultado al respecto, Domínguez explicó que en general las enfermedades mentales presentan dos tipos de estigmas. "El público, que son aquellas creencias negativas que tienen las personas sobre la depresión y es por desconocimiento (falta de información y educación sobre el tema) y por no tener contacto con personas que tienen la enfermedad".