

---

## Para cada chico deprimido hay dos chicas con depresión

Tristeza, abatimiento, desmotivación, aburrimiento... Muchas chicas no saben porque se sienten mal, sin embargo estos síntomas son señales de depresión. 8,5% de las chicas adolescentes entre 12 y 17 años sufren de depresión. Un trastorno que afecta con el doble de frecuencia a las chicas (13% de ellas) que a los chicos (4,6%).

Estos datos son el resultado de un importante estudio realizado por el Servicio de la Administración sobre Abuso de Sustancias y Salud Mental de EEUU que alerta hay 2 millones de adolescentes con síntomas de depresión en Estados Unidos.

Los especialistas sospechan que estas cifras están directamente relacionadas con el aumento de los suicidios, que se han convertido ya en la tercera causa de mortalidad entre los 15 y los 24 años en aquel país.

En total, participaron en la encuesta más de 67.700 jóvenes entre 12 y 17 años que respondieron un detallado cuestionario sobre su estado de ánimo y los posibles síntomas de depresión que sufrían. Los episodios graves se definen en este trabajo como aquellas que se prolongan durante más de dos semanas, caracterizados por el apagamiento y la falta de interés por las cosas, combinados con problemas de sueño, falta de energía y de concentración y rechazo a la propia imagen corporal. Según esta definición, el 91% de los entrevistados que se había sentido deprimido en los últimos 12 meses reconoció haber tenido más de un periodo depresivo de dos semanas a lo largo de su vida.

Repercusión de la depresión en casa,

en el colegio y con los amigos

Y según las respuestas ofrecidas por los participantes, la mitad de los jóvenes deprimidos (un 48,3%) reconoce que la depresión afectó sus relaciones en casa, con la familia, la escuela y los amigos. En el peor de los casos, los más afectados por la depresión aseguraban que fueron incapaces de llevar a cabo sus actividades cotidianas habituales durante casi dos meses seguidos.

"Los padres preocupados por la salud mental de sus hijos deberían buscar ayuda profesional con tanta urgencia como harían con cualquier

---

otra patología. Una atención mental adecuada puede ayudar a la recuperación de sus hijos", recomienda el trabajo. "Afortunadamente la depresión responde bien a una intervención precoz".

El documento advierte que los trastornos depresivos sufridos en los primeros años de la vida pueden afectar al rendimiento escolar y a las relaciones sociales de estos adolescentes, pero también puede ser germen para futuros problemas de salud en su edad adulta.

"Combinando los datos de 2004 y 2006 hemos detectado también que los episodios graves de depresión entre los adolescentes en este rango de edad van en aumento a medida que ellos van cumpliendo años y alcanzan los 16 ó 17 años", concluyen los investigadores.