



HOJA INFORMATIVA

La depresión grave en niños y adolescentes

Major Depression in Children and Adolescents (Spanish)

Esta hoja informativa forma parte de una serie de informaciones acerca de los trastornos mentales, emocionales y de comportamiento que pueden ocurrir durante la niñez o la adolescencia. El Centro de Servicios de Salud Mental agradece las contribuciones del Instituto Nacional de Salud Mental y de los Institutos Nacionales de Salud a la preparación de esta hoja informativa. Toda pregunta o comentario acerca del contenido de la misma debe dirigirse a la Red de Intercambio de Información (KEN, por sus siglas en inglés) de los Servicios Nacionales de Salud Mental del Centro de Servicios de Salud Mental (CMHS, por sus siglas en inglés) - ver la información de comunicación al pie de la página.

¿Qué es la depresión?

La depresión grave es uno de los trastornos mentales, emocionales y de comportamiento que pueden manifestarse durante la niñez y la adolescencia. Este tipo de depresión afecta el comportamiento, los pensamientos, los sentimientos y el cuerpo de las personas jóvenes. La depresión grave en niños y adolescentes es cosa seria; no se trata solo de morir o decaimiento. La depresión puede conducir al fracaso escolar, al uso de alcohol o de otras drogas y quizás al suicidio.

¿Cuáles son las señales de la depresión?

Las personas jóvenes que sufren de depresión pueden tener dificultades para lidiar con las actividades y responsabilidades diarias, les es difícil llevarse bien con otros y sufren de baja autoestima. Las señales de la depresión muchas veces incluyen:

- ☒ tristeza que no se va;
- ☒ falta de esperanza;
- ☒ pérdida del interés en las actividades usuales;
- ☒ cambios en los hábitos alimenticios o de sueño;
- ☒ faltar a la escuela o un desempeño inferior en ella;
- ☒ dolores que no mejoran con el tratamiento; y
- ☒ pensamientos de muerte o suicidio.

Algunos niños pequeños que sufren de este trastorno pueden pretender estar enfermos, ser hiperactivos, apegarse mucho a los padres y rehusarse a ir a la escuela o preocuparse de que sus padres puedan morir. Niños mayores o adolescentes deprimidos pueden malhumorarse, rehusarse a participar en actividades familiares y sociales, tener problemas en la escuela, usar alcohol u otras drogas, o dejar de prestar atención a su apariencia personal. También pueden volverse negativos, inquietos, de mal genio, agresivos o sentir que nadie los comprende. Los adolescentes que sufren de depresión grave tienen probabilidades de describirse como deprimidos antes de que sus padres sospechen algún problema. Lo mismo puede suceder con niños.

¿Qué tan común es la depresión?

Estudios recientes demuestran que casi 1 de cada 33 niños puede sufrir de depresión en cualquier momento. La tasa de depresión entre los adolescentes es casi la misma de los adultos, y puede ser tan alta como uno de cada ocho.²

El tener un historial de depresión en la familia, particularmente un padre que sufrió depresión a una edad temprana, aumenta las probabilidades de que un niño o un adolescente desarrolle depresión.

Una vez que una persona joven ha sufrido de depresión grave, él o ella corre el riesgo de desarrollar otro tipo de depresión durante los próximos 5 años. Esta persona joven también corre el riesgo de otros problemas de salud mental.

En esta hoja informativa, los problemas de salud mental en niños y adolescentes se refieren a la gama completa de trastornos emocionales, de comportamiento y mentales que pueden diagnosticarse. Incluyen, entre otros, la depresión, el trastorno de falta de atención o hiperactividad, así como la ansiedad y los trastornos de conducta y de la alimentación. Los problemas de salud mental afectan a una de cada cinco personas jóvenes en cualquier momento.

Los trastornos emocionales graves en niños y adolescentes se refieren a los trastornos antes mencionados cuando interrumpen gravemente el funcionamiento diario en casa, en la escuela o en la comunidad. Los trastornos emocionales graves afectan a 1 de cada 10 personas jóvenes en cualquier momento.¹

Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU.

Administración de Servicios para Abuso de Sustancias y Salud Mental - Centro de Servicios de Salud Mental
5600 Fishers Lane, Oficina 13-103, Rockville, Maryland 20857 - Teléfono 301-443-2792

PREOCUPADOS DE LA SALUD MENTAL DE TODO NIÑO: Campaña de Comunidades Unidas - Para obtener más información comuníquese con:

Red de Intercambio de Información de los Servicios Nacionales de Salud Mental de CMHS - Apartado 42490, Washington, DC 20015
Línea gratuita 1-800-789-2647 - FAX 301-984-8796 - TTY 301-443-9006 - www.mentalhealth.org - Tablero electrónico de información de CMHS 1-800-790-2647

¿Qué tipo de ayuda está disponible para personas jóvenes que padecen de depresión?

Aunque varios tipos de medicamentos antidepresivos pueden ser eficaces para tratar la depresión en los adultos, puede que esos medicamentos no sean tan eficaces para el tratamiento de niños y adolescentes. Se necesitan investigaciones adicionales para determinar si los medicamentos antidepresivos son útiles para ayudar a las personas jóvenes. Los investigadores también se preocupan de los posibles efectos secundarios graves de estos medicamentos.

Han habido informes de éxitos recientes con un medicamento llamado fluoxetina (Prozac). La fluoxetina parece tener menos efectos secundarios que otros medicamentos antidepresivos. No obstante, se debe tener cuidado al recetar y vigilar cualquier medicamento.

Muchos proveedores de atención médica utilizan diferentes tipos de psicoterapia para ayudar a los niños y adolescentes que sufren de depresión. El Instituto Nacional de Salud Mental ha hecho una prioridad de evaluar la eficacia de la psicoterapia individual, la psicoterapia de familia y la terapia en grupo. Un tipo específico de psicoterapia, la terapia de cognición y comportamiento, es particularmente útil para niños y adolescentes que sufren de depresión.

Un niño o adolescente que necesite tratamiento o servicios y su familia pueden necesitar un plan de atención en base a la gravedad y duración de los síntomas. En el mejor de los casos, este plan se desarrolla con la familia, los proveedores de servicios y un coordinador de servicios que se conoce como el administrador del caso. De ser posible, los jóvenes toman parte en las decisiones.

El enlazar todos los sistemas de apoyo y servicios en un plan de atención para un niño y familia particulares se denomina a menudo un "sistema de cuidado". Un sistema de cuidado es diseñado para mejorar la habilidad del niño de funcionar en todas las áreas de su vida - en el hogar, en la escuela y en la comunidad.

En un sistema de cuidado las organizaciones locales trabajan en equipo - con las familias como socios clave - para proveer una gama completa de servicios a los niños y adolescentes que tienen trastornos emocionales graves. El equipo se esfuerza en responder a las necesidades únicas de cada persona joven y de su familia dentro o cerca de su hogar. Estos servicios deben también considerar y respetar la cultura y la herencia de las personas a las que prestan servicios. (Para obtener más información acerca de los sistemas de atención, favor de llamar al 1-800-789-2647.)

¿Qué pueden hacer los padres?

Si los padres u otros adultos importantes en la vida de un niño o de un adolescente sospechan que hay un problema de depresión, ellos deben:

- ✘ Tomar notas detalladas acerca de los comportamientos que les preocupan. Indicar cuánto tiempo llevan estos comportamientos, cuánto a menudo suceden y cuánto graves parecen ser.
- ✘ Hacer una cita con un profesional de salud mental o con el médico del niño para evaluación y diagnóstico.
- ✘ Obtener información precisa de bibliotecas, líneas informativas u otras fuentes.
- ✘ Hacer preguntas acerca de los tratamientos y los servicios.
- ✘ Hablar con otras familias de su comunidad.
- ✘ Encontrar organizaciones de redes familiares.

Es importante que las personas que no están satisfechas con la atención mental que reciben, discutan sus preocupaciones con el proveedor, pidan la información y/o busquen ayuda de otras fuentes.

Mensajes importantes acerca de la salud mental de niños y adolescentes:

- ✘ La salud mental de cada niño es importante.
- ✘ Muchos niños tienen problemas de salud mental.
- ✘ Estos problemas son verdaderos, duelen y pueden ser graves.
- ✘ Los problemas de salud mental pueden reconocerse y ser tratados.
- ✘ Las familias y comunidades que se preocupan y trabajan juntas pueden ayudar.
- ✘ La información está disponible - para recibir material impreso gratuito, referencias y ser referidos a recursos y organizaciones locales y nacionales, favor de llamar al 1-800-789-2647; 301-443-9006 para TTY o visite el sitio Web al www.mentalhealth.org

¹La incidencia de trastornos emocionales graves en niños y adolescentes. *Salud Mental, Estados Unidos, 1996*. Centro de Servicios de Salud Mental, Administración de Servicios para Abuso de Sustancias y Salud Mental, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU., 1996.

²Estos estimados proporcionan solo una medida aproximada de las tasas de incidencia de este trastorno (el número de casos existentes durante un periodo de tiempo definido). El Instituto Nacional de Salud Mental actualmente está llevando a cabo un estudio a nivel nacional para determinar con mayor precisión la incidencia de los trastornos emocionales entre niños y adolescentes. Esta información es necesaria para incrementar el entendimiento de los problemas de salud mental y para mejorar los tratamientos y los servicios que ayudan a las personas jóvenes que se ven afectadas por estas condiciones.