

Reportaje

¿Qué sigue de la depresión? ¿El suicidio?

Javier Salazar Sánchez

j.salazar.sanchez@hotmail.com

SALME - Instituto Jalisciense de Salud Mental

Depresión y suicidio

El suicidio puede presentarse como respuesta a la omisión en el diagnóstico de una enfermedad grave, fenómeno que no afecta sólo a la víctima, sino que también acarrea daño emocional y psicológico a las personas que la rodean; incluso se eleva el riesgo de repetir este patrón suicida por algún familiar. Desgraciadamente, esto en ocasiones puede ser derivado de un diagnóstico tardío y, por consiguiente, no ser tratado o hacerlo inadecuadamente.

Entre estos trastornos mentales se encuentra la depresión, que es, dentro de la psicología, una enfermedad muy insidiosa y que suele afectar a mucha gente a lo largo de su vida, incluso incapacitarla para realizar sus labores cotidianas y, en el peor de los casos, llevarla a atentar contra su propia vida. Se define como un trastorno en el estado de ánimo, y su síntoma habitual es un estado de abatimiento e infelicidad que puede ser transitorio o permanente. Jalisco no es la excepción, sino que se une a otras tantas entidades de la República Mexicana con este problema.

SALME

El Instituto Jalisciense de Salud Mental (SALME) tiene como misión proporcionar servicios integrales de salud mental a la población del estado, con calidad, equidad, sustento académico y la corresponsable participación de la sociedad. Además del servicio de hospitalización y consulta externa, tiene una atención específica para usuarios con trastornos depresivos por medio del departamento de psicología, que pone a disposición de todos los jaliscienses vulnerables el servicio de «intervención en crisis», que es nada más y nada menos que un psicólogo en la línea para escuchar, atender, derivar y hasta ocasionalmente comenzar con un tratamiento que podría incluso salvar vidas.

Epidemiología

El Consejo Estatal de Población (COEPO) informa a través de los registros del INEGI sobre los suicidios en Jalisco. El promedio anual en el periodo de 1996 a 2007 es de 270 casos; esta cifra muestra una tendencia hacia el crecimiento, ya que en 1996 el total fue de 239 casos, mientras que en 2007 se contaron 348.

Entre los suicidas, 80 % son varones, además es de relevancia observar que hay mayor incidencia en jóvenes de 15 a 29 años de edad.

Cabe destacar que las personas con trastornos mentales, sea cual fuere el origen, son víctimas de discriminación, aislamiento social y presentan tasas de mortalidad más elevadas, esto en detrimento de su calidad de vida, debido en gran medida a la mala información que tiene la población acerca de estos trastornos.

Prevenir

Si bien un episodio único de depresión leve puede ser normal en el transcurso de nuestra vida, una depresión mayor es una condición seria que debe ser diagnosticada y tratada.

En la mayoría de los casos, son familiares o amigos quienes se acercan a solicitar ayuda. Para identificar la probabilidad de que una depresión esté presente en una persona, consideremos los siguientes cinco síntomas: humor depresivo (sentimiento de tristeza), falta de interés (incluso en actividades que antes disfrutaba), sentimiento de inutilidad o falta de valor; falta de concentración, y pensamientos de muerte.

Así que no lo pienses tanto: si tienes, crees tener o conoces a alguien que curse por un episodio depresivo, no llames sólo a tu médico familiar. Comunícate al centro de intervención en crisis (marca 075) o acude al centro de atención integral de salud mental (CAISAME) de estancia breve del Instituto Jalisciense de Salud Mental, con domicilio en Avenida Zoquipan No 1000 A, Col. Zoquipan , CP 45170, – Zapopan, Jalisco; teléfono 3633 9535.