

# Hablemos de depresión

**...en la infancia y adolescencia**

# ¿Qué es la depresión?

Forma parte de los denominados tr. afectivos que se caracterizan por una alteración persistente en la capacidad de nuestro cerebro para regular nuestras emociones y el ánimo

Con la edad aumenta el riesgo de depresión.

## *Prevalencia*

1-2% niñ@s (1:1) y de un

3-8% adolescentes (ratio 2:1)

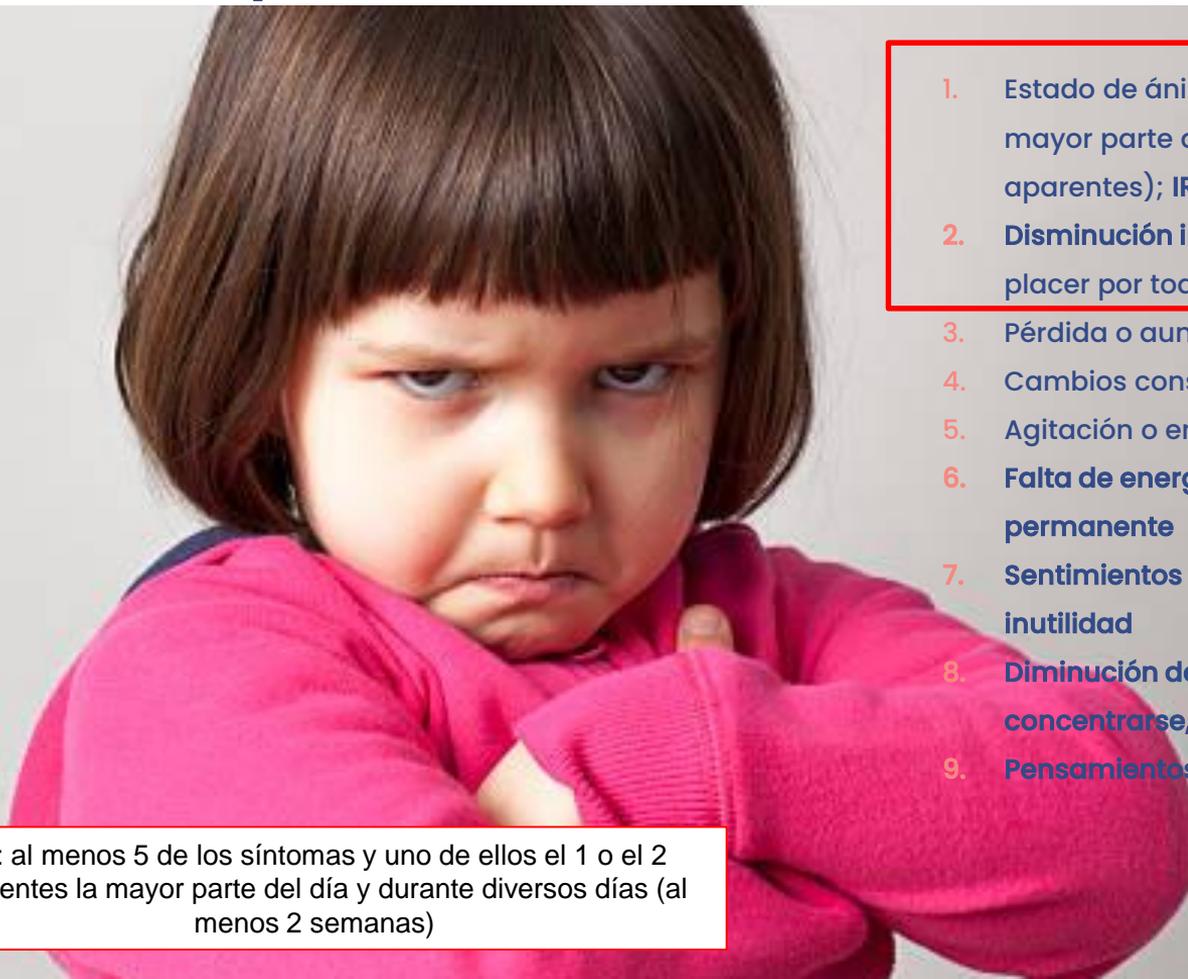


# Tristeza vs depresión

La depresión es algo más que sentirse melancólico, triste o de mal humor de vez en cuando.

Es un estado de ánimo intenso que dura semanas, meses o más. Ocasiona un malestar clínicamente significativo o deterioro social, escolar o otras áreas del desarrollo

# Síntomas Depresión



1. Estado de ánimo deprimido y/o tristeza la mayor parte del tiempo (sin motivos aparentes); **IRRITABILIDAD**
2. **Disminución importante del interés** o el placer por todas o casi todas las actividades
3. Pérdida o aumento de **peso** considerable
4. Cambios considerables **patrones del sueño**
5. Agitación o enlentecimiento **psicomotor**
6. **Falta de energía** y **sensación de cansancio permanente**
7. **Sentimientos de culpa excesiva** o de **inutilidad**
8. **Disminución de la capacidad para pensar** o **concentrarse, tomar decisiones**
9. **Pensamientos recurrentes de muerte**

Dx: al menos 5 de los síntomas y uno de ellos el 1 o el 2  
Presentes la mayor parte del día y durante diversos días (al menos 2 semanas)



CIE-11



# Factores que pueden propiciar la aparición de un trastorno mental



Vulnerabilidad genética



Temperamento



Situaciones traumáticas

Descartar función tiroidal, anemia o otras alteraciones hormonales y metabólicas

# Depresión



- Haber tenido un **episodio depresivo anterior**
- **Familiar de primer grado** con depresión
- **Estresores interpersonales y familiares**
- **Estilo afrontamiento negativo**, padecer enfermedad crónica, historia previa de ansiedad, TDAH o problemas de aprendizaje
- Más riesgo poblaciones con **rechazo escolar, maltrato, abuso sexual, autolesiones, situaciones conflictivas, problemas alcohol**

Solo el 50% de los adolescentes con depresión, son dx antes de llegar a la etapa adulta y aproximadamente 60% no recibieron ningún tratamiento

# Depresión: Factores **PROTECTORES**. Resiliencia



- Factores individuales (en grupos de riesgo) elevada inteligencia
- Y cómo factores modificables: capacidad para la regulación emocional, mecanismos de afrontamiento, estilos de afrontamiento y pensamiento.
- Buenas relaciones interpersonales
- Relación con padres: cálida, baja hostilidad, bajo control parental

## Principales síntomas en niños y adolescentes



“Me aburro”... “ya no me lo paso bien cuando estoy con mis amigos”... “antes me gustaba hacer deporte, ahora no...”  
“irritabilidad...”

# Principales síntomas en niños y adolescentes

- Más ANSIEDAD, somatizaciones
- **Rabietas** frecuentes y problemas conductuales
- Menos síntomas delirantes y tentativas suicidas graves
- Infancia media: **preocupaciones por la muerte, autoestima baja, aislamiento/rechazo** escolar y mal rendimiento



NIÑOS

- **Mayores cogniciones negativas/depresivas**
- Mayores sentimientos de culpa y desesperanza. Melancolía
- Mayor alteración del **sueño**, hambre, síntomas psicóticos y conductas suicidas
- Comparando con el adulto **MAYORES PROBLEMAS CONDUCTUALES** Y MENORS ALTERACIONES NEUROVEGETATIVAS



ADOLESCENTES

## ¿Cuándo consultar?

**Intensidad  
síntomas**

**Durabilidad**

Estado de ánimo persistente  
triste o irritable, + dism. energía

**Cambio  
conducta**

Sueño/alimentación higiene  
Rendimiento escolar  
Funcionalidad  
Abandono actividades  
Aislamiento



**Tratamiento: personalizado i según severidad**

**Valorar la comorbilidad**

**Inclusión de la familia siempre**

**Leve o moderada:**  
visitas apoyo,  
psicoeducación, pautas  
higiénicas sueño

**Moderada/Grave:**  
TCC + ttm farmacológico  
(ISRS)

# Conclusiones

TDM es el tr del ánimo más prevalente en niños y adolescentes

Presentación clínica: cambios humor (afectivos), pensamiento (cognitivos) y en la actividad (físicos)

Impacto negativo en el funcionamiento

Síntomas diferentes al adulto

Tratamientos EC. Personalizados



