



RECONOZCAMOS LA DEPRESIÓN INFANTIL Y ADOLESCENTE

La depresión parece una enfermedad, un trastorno propio de los adultos. Sin embargo también es importante que sepamos que no sólo ellos la padecen, también existe, aunque muchos se empeñaran en negarlo, en los niños y en los adolescentes y esto es algo que desgraciadamente, puedo constatar con mi experiencia profesional. Los últimos años se ha visto tal incremento, que los profesionales nos estamos alarmando.

La depresión infantil puede pasar desapercibida para unos padres inexpertos, esa es la mala noticia. La buena noticia es que cuando se detecta, y está en las primeras fases, su resolución suele ser rápida y el tratamiento en los niños es muy eficaz. A veces sólo el hecho de saber que “nuestro hijo” está sufriendo, y que un profesional nos oriente, es suficiente para resolver procesos depresivos iniciales.

Por eso considero importante que sepamos detectar las señales que pueden indicar que nuestro hijo puede padecer este trastorno. Vamos a enumerar los síntomas más claros para dar al menos un toque de atención.

DEPRESIÓN INFANTIL

1. Decaimiento, tristeza.
2. Agresividad, irritabilidad, alteraciones de conducta.
3. Problemas de sueño. Con miedos nocturnos e insomnio.
4. Cambios en el apetito que suele disminuir.
5. Su rendimiento escolar baja notablemente.
6. Socialización disminuida. Ya no le interesan los juegos colectivos, no disfruta con las actividades que antes hacía.
7. Cambio de actitud hacia la escuela. A veces aparece fobia escolar, es decir negativa a ir al colegio...
8. Quejas somáticas como dolores de cabeza, de estómago, enuresis (pis nocturno), etc...

Hemos visto pues como los niños pueden presentar alteraciones importantes en el estado de ánimo. Algunos de estos síntomas se asemejan a los de los adultos, pero otros son distintos. Veamos ahora, cual es la sintomatología propia de los adolescentes

Hablamos de cifras muy importantes que sitúan la población adolescente con algún trastorno depresivo en torno al 15 o 20%. Y es importante que sepamos que es una causa frecuente de mortalidad por suicidio...

En la **adolescencia** muchos de los síntomas van acercándose a los que presentan los adultos, (tristeza, trastornos de sueño, de apetito, falta de interés, fatiga, etc.) pero a veces existen equivalentes depresivos, algo así como una depresión enmascarada con la siguiente sintomatología:

- Trastornos de comportamiento, con excesiva irritabilidad, accesos de rabia.
- Fracaso escolar, falta de concentración, de motivación, apatía.
- Aburrimiento excesivo, nada les apetece.
- Trastornos en la socialización, falta de habilidades sociales. Le cuesta relacionarse con otros niños, se va aislando. No quiere salir.
- Hiperactividad, desasosiego externo e interno. Nerviosismo.
- Fugas de casa
- Absentismo escolar
- Ingesta de alcohol o drogas...

La etiología, las causas de la depresión infantil o adolescente son varias. En principio, las carencias afectivas, reales o no, y la inestabilidad de su entorno son dos claves para entender la depresión infantil. Luego existen muchos factores vitales que pueden considerarse de riesgo, en cuanto al estrés que puede producir al niño. Evidentemente la pérdida o enfermedad de uno de sus progenitores, de otro familiar muy cercano, separación de los padres, problemas con los amigos, excesivos cambios de ambiente o ciudad o colegios, fracaso escolar, etc... por supuesto la depresión siempre está presente en casos más complejos, como el acoso escolar, los abusos, el maltrato, etc., y en aquellos niños que se encuentran en situaciones marginales o en familias patológicas, aunque como hemos visto pueda enmascararse de diversas formas.