



La depresión es una enfermedad que afecta a entre un 1% y un 7% de los menores. Por eso, la detección precoz se convierte la clave para detectar un mal que, en ocasiones, está enmascarado por los prejuicios de la adolescencia.

La edad a la que los adolescentes suelen ser más susceptibles es entre los 13 y los 14 años y entre los 17 y los 18. Las presiones entre los jóvenes, la familia y las exigencias escolares, se une a los cambios físicos propios de la edad.

La doctora Josefina Castro, de la Asociación Española de Psiquiatría del Niño y del Adolescente (AEPNA), explica que la historia del niño o del adolescente así como la predisposición genética, son los principales factores desencadenantes de la depresión, según publica Europa Press. Además, es importante observar si los adolescentes se muestran muy ansiosos, ya que esto es la antesala de la depresión.

En el artículo, la doctora Castro explica cuáles son las señales, los indicios que pueden ayudar a los padres a detectar en sus hijos una incipiente depresión.

-Un estado de ánimo en el que prima la tristeza.

-Irritabilidad que se traduce en frecuentes enfados.

-Pérdida de la ilusión en aspectos que antes eran fuente de placer.

-Deseo de aislamiento que se traduce en no querer salir con los amigos.

-Descenso del rendimiento escolar.

-Pérdida del apetito y dificultades para dormir.

-Consumo de drogas como vía de escape.

Ante estas situaciones o ante una posible duda, lo ideal es acudir a un centro de salud y no pensar que la situación puede mejorar por sí sola.

Castro aconseja a los padres seguir una serie de pautas para que sus hijos superen la enfermedad:

-Colaborar con el psiquiatra o psicólogo.

-No crear situaciones de estrés o presionar a los hijos.

-No mimar en exceso a los menores y no cambiar las pautas educativas.

-Aumentar las muestras de cariño.

-Buscar más tiempo para pasar en familia.

El tratamiento de la depresión en los menores se basa principalmente en la psicoterapia y en los casos más graves se utilizan antidepresivos. La mejoría comienza a ser evidente entre el mes y medio y los tres meses posteriores al comienzo de la terapia.