

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.