

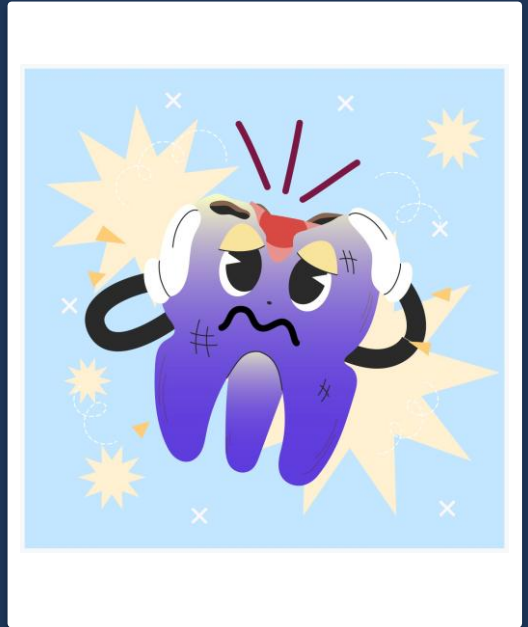
DEPRESION



La depresión es un problema de salud mental grave que provoca un sentimiento de tristeza constante y una pérdida de interés en realizar diferentes actividades. Afecta la manera en que la persona piensa, se siente y se comporta, y puede provocar problemas emocionales, funcionales y físicos. Aunque la depresión puede ocurrir en cualquier momento de la vida, los síntomas entre los adolescentes y los adultos pueden ser diferentes.

Algunos problemas como la presión de familia y compañeros, las expectativas académicas y laborales, la presión social y en redes virtuales, pueden ocasionar muchos altibajos en las personas. Sin embargo, para algunos, estar deprimido es mucho más que solo sentimientos temporales, sino que es un síntoma de depresión.

La depresión no es una debilidad o algo que se pueda superar con fuerza de voluntad, puede tener consecuencias graves y requiere tratamientos a largo plazo. Para la mayoría de las personas, los síntomas de depresión se calman con tratamientos como medicamentos y terapia psicológica.



FACTORES DE RIESGO	SIGNOS Y SINTOMAS	COMO AFECTA A TU SALUD GENERAL Y ORAL
Existen muchos factores que aumentan el riesgo de que se manifieste o se desencadene la depresión. Entre estos, se incluyen los siguientes: • Tener problemas que impacten de forma negativa en su autoestima, como obesidad, acoso prolongado. • Haber sido víctima de violencia o testigo de casos de violencia, como abuso sexual o físico. • Tener otras afecciones de salud mental, como trastorno bipolar, de ansiedad o de la personalidad; sufrir anorexia o bulimia. • Tener problemas de aprendizaje o trastorno por déficit de atención e hiperactividad. • Consumir alcohol, nicotina u otras sustancias ilícitas.	Los signos y síntomas de depresión incluyen: • Sentimientos de tristeza, los cuales pueden incluir episodios de llanto sin razón aparente • Frustración o sentimientos de ira, incluso por asuntos menores • Sentimientos de desesperanza o vacío • Estado de ánimo irritable o molesto y autoestima baja • Pérdida del interés o del placer en las actividades cotidianas • Pérdida de interés en familiares y amigos o estar en conflicto con ellos • Fijación en fallas pasadas o autoinculpación o autocrítica excesiva • Pensamientos recurrentes de muerte o suicidio	La depresión no tratada puede derivar en problemas emocionales, de conducta y de salud que afecten todas las áreas de la vida de la persona. Entre las complicaciones relacionadas con la depresión, se encuentran las siguientes: • La depresión predispone al ataque cardíaco y la diabetes • Abuso de drogas ilícitas y alcohol • Problemas académicos • Conflictos familiares y problemas interpersonales • Suicidio o intentos de suicidio • Los medicamentos relacionados con la depresión pueden causar algunos problemas bucales: mayor acidez salival, afección al esmalte, menor cantidad de saliva

Referencias: Tomado de la pagina para información a pacientes de la Clínica de Mayo, Junio 2024.

Realizado por el Capítulo New York de la Hispanic Dental Association, bajo la supervisión de Dr. Arelys Santana, Dr. Martha Mutis, y Dr. Matilde Hernández, dentro de los trabajos de grado del HDA Community Leadership Fellowship en Junio 16, 2024. Todos los derechos reservados, para libre reproducción con fines educativos.

