

Desciframos

Cifras de la **Organización Mundial de la Salud** destacan que la depresión constituye un problema importante de salud pública, más de 4% de la población mundial vive con depresión y los más propensos a padecerla son las mujeres, los jóvenes y los ancianos.

En el mundo, este trastorno representa la cuarta causa de discapacidad en cuanto a la pérdida de años de vida saludables. En México, ocupa el **primer lugar de discapacidad para las mujeres y el noveno para los hombres**. Además se estima que **9.2%** de la población ha sufrido depresión, que una de cada cinco personas sufrirá depresión antes de los 75 años y que los jóvenes presentan tasas mayores.

La depresión se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración. Este trastorno puede llegar a hacerse crónico o recurrente y en su forma más grave, puede conducir al suicidio.

El INEGI documentó que **34.85 millones** de personas se han sentido deprimidas; de las cuales **14.48 millones eran hombres y 20.37 millones eran mujeres**. También, destaca el hecho que del total de personas que se han sentido deprimidas, únicamente **1.63 millones toman antidepresivos**, mientras que **33.19 millones** no lo hace.

En este indicador la diferencia de género es muy relevante, pues entre los hombres, la sensación de “muchoa depresión” afectó a **2.095 millones**, mientras que la misma intensidad entre las mujeres afectó a un total de **4.95 millones**. Asimismo, del total de personas que toman antidepresivos, alrededor de **414 mil son hombres**, mientras que **1.22 millones son mujeres**.

Aunque la depresión en mujeres puede tener relación con cambios hormonales, también es importante mencionar que el género es un factor determinante, la obligación de cumplir con los deberes asociados con la maternidad, el matrimonio y las opresiones que se viven por el hecho de ser mujer y estar obligada a cumplir con ciertos roles son causa de la depresión.

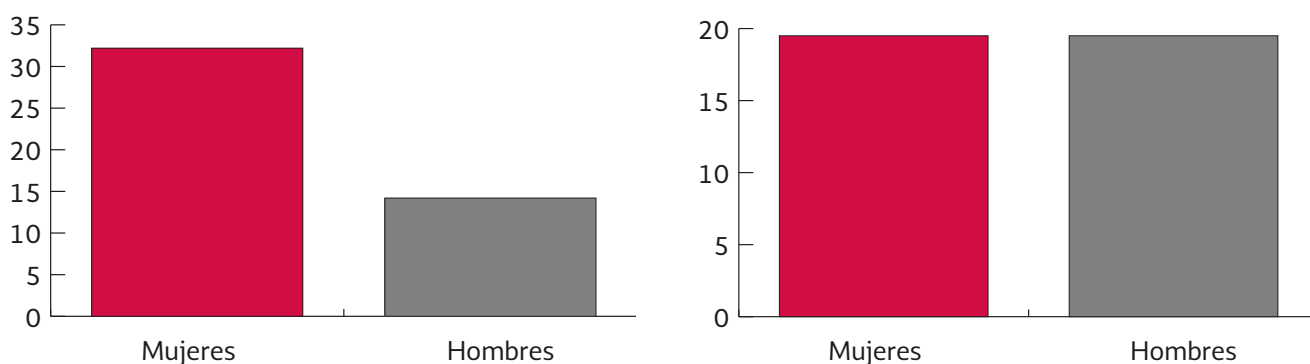
La violencia de la que son víctimas las mujeres es un factor importante que desencadena la depresión, en este sentido, el **35%** de la diferencia por género en depresión podría explicarse por el abuso sexual ocurrido en la infancia a niñas.

Gráfica 1

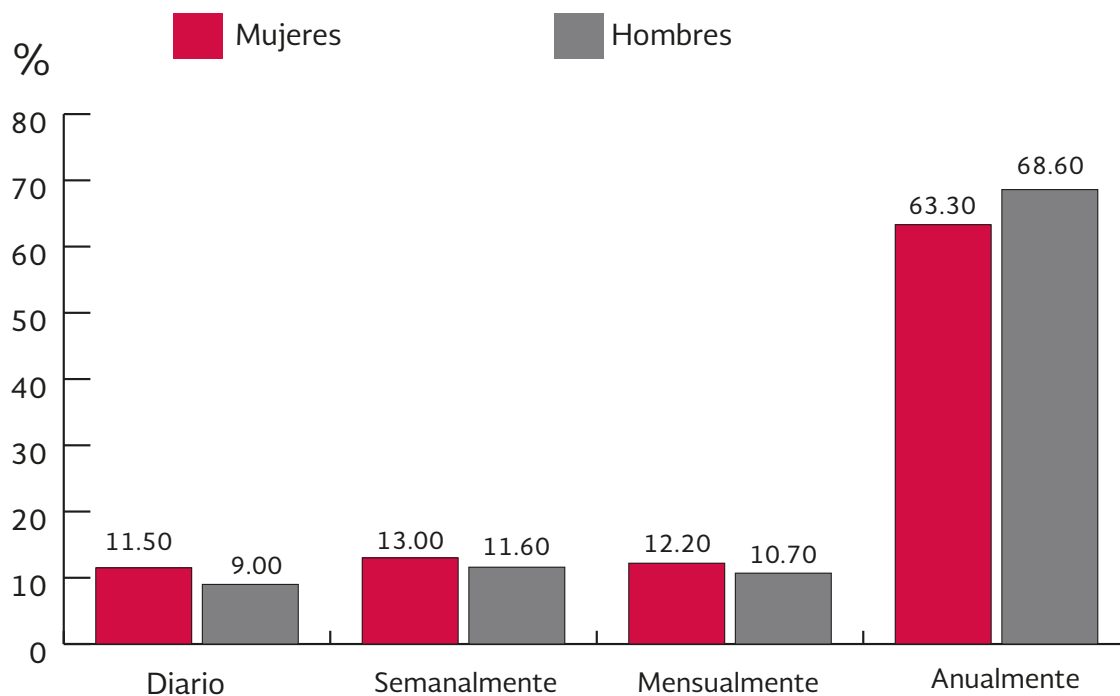
Proporción de hombres y mujeres que padecen depresión y han sufrido abuso físico y/o sexual.

Abuso sexual: 48.3%

Abuso físico: 63.6%



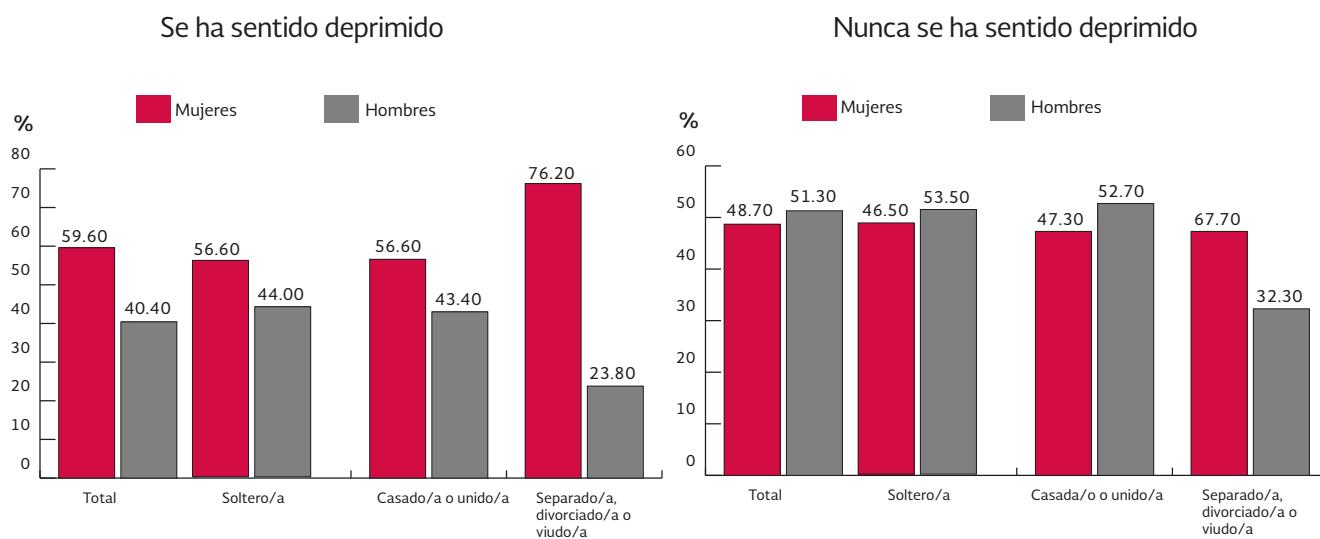
Gráfica 2
Proporción de hombres y de mujeres de 12 y más años de edad integrantes del hogar según la frecuencia en los sentimientos de depresión 2015.



Fuente: INEGI. *Encuesta Nacional de los Hogares, 2015. Tabulados.* En www.inegi.org.mx (28 de junio 2016).

Según su situación conyugal, la proporción más alta de mujeres deprimidas corresponde a las separadas, divorciadas y viudas (**76.2%**); mientras que entre los hombres, el mayor porcentaje de deprimidos se ubica entre los solteros (**44.0%**).

Gráfica 3
Proporción de hombres y de mujeres de 12 y más años de edad integrantes del hogar según sentimientos de depresión y situación conyugal 2015.



Fuente: INEGI. *Encuesta Nacional de los Hogares, 2015. Tabulados.* En www.inegi.org.mx (28 de junio 2016).

De acuerdo con Corina Benjet, investigadora de la Dirección de Investigaciones Epidemiológicas y Psicosociales del INPRFM, aunque el incremento de suicidios es más notorio en mujeres, una de las diferencias es que los hombres tienen riesgos más elevados de suicidio consumado, mientras que las mujeres representan mayor porcentaje en cuanto a conductas suicidas.

Con información de la ENSANUT 2012, se estimó la prevalencia de síntomas depresivos clínicamente significativos, es decir, el conjunto de síntomas que podrían indicar un estado de depresión. Se encontró que 16.5% de los adultos de 20 años o más presentaron síntomas depresivos. Sobresale el hecho de que la prevalencia de estos síntomas, en todos los grupos de edad, fue mayor en mujeres que en hombres, principalmente en los grupos de edad de 40 a 49 y de 50 a 59 años.

Referencias bibliográficas

1. Cuarto informe de labores, Secretaría de Salud. Disponible en: <http://www.cenaprece.salud.gob.mx/descargas/pdf/4toInformeDeLaboresSS.pdf>
2. Entrevista para la Agencia Informativa Conacyt, Corina Benjet, investigadora del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (INPRFM). Disponible en: <http://conacytprensa.mx/index.php/ciencia/salud/2913-dia-internacional-para-la-prevencion-del-suicidio-trabajo-activo-para-evitarlo-nota>
3. Inegi e Inmujeres, Mujeres y hombres en México, 2016. Disponible en: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/MHM_2016.pdf
4. ENSANUT, 2012. Disponible en: <http://ensanut.insp.mx/informes/ENSANUT2012ResultadosNacionales.pdf>

Depresión posparto



50% de las mujeres que recién dan a luz presentan tristeza posparto.



Menos del 1% padecen psicosis posparto, la cual requiere tratamiento inmediato.



La SD es más prevalente entre mujeres sin escolaridad primaria terminada, desempleadas, que no están casadas ni viven en unión con una pareja y con más de cuatro hijos.



Dura 2 o 3 semanas y desaparece sin necesidad de tratamiento.



10 a 15% puede experimentar depresión posparto.



Aproximadamente una de cada cinco mujeres mexicanas con hijos menores de cinco años presenta sintomatología depresiva (SD).

Referencias bibliográficas

1. Sintomatología depresiva materna en México: prevalencia nacional, atención y perfiles poblacionales de riesgo, http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342015000200009
2. Instituto Nacional de Psiquiatría Juan Ramón de la Fuente Muñiz http://www.inprf.gob.mx/opencms/export/sites/INPRFM/psicosociales/archivos/depresion_verprint.pdf
3. Proyecto: Salud mental de mamás y bebés. Prevención de la depresión posparto. Conacyt (Salud2003-C01-021). Instituto Nacional de Psiquiatría "Ramón De la Fuente Muñiz. http://www.inprf.gob.mx/opencms/export/sites/INPRFM/psicosociales/archivos/depresion_verprint.pdf