

UDS

Nombre de la maestra: Alejandra

NOMBRE DEL ALUMNO; Gladis Esthepanie Lobato Garcia

GRADP Y GRUPO: 2ª

LICENCIATURA: VETERINARIA

ORATORIA

COMUNICACIÓN ORAL

LA DEPRESIÓN

La depresión no se encuentra en la oscuridad de una habitación donde el frío es lo único que presiente. La depresión va más allá de unas simples palabras de estos bien.

Buenos días querida maestra y publico que nos acompañan, hoy les hablaré de la depresión aquella que va más allá de sobre pensar las cosas que quieres y no tienes a tu lado, cuando la mente tiende a traicionarte con malos pensamientos y voces internas, esa sensación de no poder controlar lo que el corazón desearía, de aquellos deseos que se vuelven realidad y muchas veces una esperanza.

La depresión se manifiesta de forma diferente en cada persona, existen perdidas de interés por lo que más te gusta, reducción de energía , ansiedad y alteraciones de sueño.

La depresión la ansiedad, los ataques de pánico, no son signos de debilidad.

A veces solo son el resultado de haber permanecido callado o haciéndonos los fuertes durante demasiado tiempo.

Se que el proceso de sanación es lo más duro, por que un día te levantas y crees que ya paso todo, que eres el rey del mundo, pero al día siguiente te levantas derrotado como si el mundo se hubiera vuelto a caer sobre ti, pero esto de sanar es así, no eres menos fuerte por ellos; incluso a Atlas le pesa el mundo de vez en cuando.

La depresión está en esas pupilas que gritan dolor y lo que hacen es brillan para esconder los ríos que están por salir.