



Nombre de la licenciatura: **Medicina Humana**

Campus: **San Cristóbal**

Nombre de la materia: **Metodología de la investigación**

Nombre del alumno: **José Sánchez Zalazar**

Nombre del profesor: **Dr. Eduardo Genner Escalante Cruz**

Nombre del tema: **Depresión**

Semestre: **7to**

Parcial: **2do**

DEPRESION

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la depresión es la principal causa de discapacidad en todo el mundo. Puede afectar a los adultos, adolescentes y niños.

La depresión es un trastorno del estado de ánimo que implica un sentimiento persistente de tristeza y pérdida de interés. Es diferente de las fluctuaciones del estado de ánimo que las personas experimentan habitualmente como parte de la vida.

A continuación, analizaremos algunas cuestiones que se ven involucradas en las personas que padecen de depresión, debido a los altos índices de personas afectadas.

Con exactitud se desconoce como tal cuantas personas padecen depresión, esto puede ser porque gran cantidad de personas no conocen o no saben que es la depresión y cuáles son sus síntomas llegando a confundirlo con algún otra enfermedades o de otra forma creen que es algo con lo que tiene que vivir y creen que es parte de la vida.

Por lo que me parece importante resaltar algunos signos que pueden presentarse en las personas con depresión, aunque cabe mencionar que algunos resaltan, más que otros.

Los síntomas de depresión pueden incluir:

- un estado de ánimo deprimido
- menos interés o placer en actividades que antes disfrutabas
- pérdida del deseo sexual
- cambios en el apetito
- pérdida o aumento de peso involuntario
- dormir demasiado o muy poco
- agitación, inquietud y caminar de un lado a otro
- movimiento y habla lentos
- fatiga o pérdida de energía
- sentimientos de inutilidad o culpa
- dificultad para pensar, concentrarse o tomar decisiones
- pensamientos recurrentes de muerte o suicidio, o un intento de suicidio

Debido a los altos índices depresión de acuerdo con la encuesta realizada anteriormente, podemos analizar y ver que un gran numero de personas, prefieren no hablar con nadie, lo cual me parece preocupante, sabemos lo sanador que puede ser el echo de poder hablar y soltar cada una de las situaciones que nos hacen decaer.

Así mismo en esta encuesta pudimos analizar que son muy pocas las personas que realmente buscan ayuda psicológica, tal vez por la economía o por lo ya mencionado anteriormente por la falta de confianza de las personas y muchas de ellas se preguntaran que tanto me puede ayudar alguien que me cobra por escucharme “ o por el miedo a ser juzgados o de otra forma debido a que la mayoría de las personas son problemas de depresión vienen desde de su propia familia, como confiar en alguien mas si las personas mas cercanas son las que te hacen sentir así?, es así como se cierran en su mundo creyendo que a nadie les importa lo que le pase con su vida.

De igual forma sabemos que gran mayoría de las personas que sufren depresión prefieren dormir es el signo más característico de las personas con depresión y claro no digo que sea el único hay una gran lista como ya se mencionó anteriormente, pero que tan sanador puede ser dormir, o será que simple y sencillamente, solo el dolor emocional y la tristeza se pospone.

La tristeza es también uno de los signos característicos de las personas que padecen depresión, y a veces a lo largo del tiempo cuando ya se ha dejado pasar muchas situaciones tiende a confundirse y no saber el motivo de la tristeza, llegando a sentirse mas confundidos y sin saber como abordar estas situaciones y aun así siguen prefiriendo no hablarlo, de pasar de un momento de tristeza a un trastorno depresivo, en donde aumentarían las ideas suicidas y por ende llegando a suicidarse.

Conclusión:

Hay que recalcar que una persona con depresión puede experimentar una tristeza persistente.

Lo cual para nosotros este es un dato importante que debemos tomar en cuenta para poder ofrecer la ayuda necesaria y así evitar complicaciones a futuro, por que como bien sabemos la depresión es una de las principales causas de discapacidad en todo el mundo, y no solo afecta a personas jóvenes como se vio en la encuesta si no que se presenta en todas las edades, lo cual es preocupante por que hay muchas personas que quizá no la conocen no saben que es, que se siente, por lo que podemos decir que hay casos de personas tanto jóvenes como de adultas con depresión no diagnosticada.

Ser empático el hecho de escuchar o hablar con los demás poder ser de ayuda.

Bibliografía:

(S/f). Gov.mx. Recuperado el 13 de octubre de 2024, de <https://imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/161GRR.pdf>.