Escrito por ELMUNDO.ES / BEATRIZ G. PORTALATÍN
Miércoles, 18 de Febrero de 2015 13:14

Entre el 8% y el 15% de las personas sufrirán depresión a lo largo de su vida | El riesgo de padecer al menos un episodio grave es el doble en mujeres que en hombres | Los expertos reclaman buenas políticas sanitarias que aborden la magnitud del problema



(OMS, 17/02/2015) La depresión constituye hoy en día uno de los principales problemas de salud por su alta prevalencia, incidencia y consecuencias. Entre el 8% y el 15% de las personas sufrirán depresión a lo largo de su vida. En la actualidad es una de las tres primeras causas de discapacidad en mundo, pero en 2030, según estimaciones de la Organización Mundial de Salud (OMS), se convertirá en la primera causa.

La depresión afecta en España al 4-5% de la población y el riesgo de padecer al menos un episodio grave a lo largo de la vida es mayor en mujeres que en hombres, en una proporción de casi el doble. (16,5% vs 8,9%). Según datos recogidos en la **'Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud**
', España es el país europeo con la tasa más alta de síntomas depresivos en población de edad avanzada. En el año 2013 se registraron un total de
1.868.173 personas
que sufrieron la enfermedad. El aumento de esta incidencia en nuestro país, y en Europa en general, se debe fundamentalmente varios factores: el incremento de la edad media en la población, el nivel de estrés que invade a nuestras sociedades y al aumento de consumo de sustancias tóxicas y fármacos.

Con estos datos sobre la mesa, y con el fin de de ofrecer información sobre el panorama actual de la enfermedad en Europa y España, la Sociedad Española de Psiquiatría, la Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental (FEPSM) y la Sociedad Española de Psiquiatría biológica han celebrado este martes un encuentro informativo sobre esta patología.

"Hacen falta buenas buenas políticas sanitarias que aborden en profundidad esta patología psiquiátrica, que dejen de ser consideradas enfermedades estigmatizantes y que se hagan buenos estudios epidemiológicos que pongan de manifiesto la magnitud del problema", ha afirmado en rueda de prensa Miguel Gutiérrez, presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría.

REPERCUSIONES PERSONALES, LABORALES Y SOCIALES

La depresión es una enfermedad que se 'trivializa'. "Cualquier puede decir que tiene depresión, sin saber realmente la magnitud del problema", ha señalado Jerónimo Saiz, Jefe de Servicio de Psiquiatría del Hospital Ramón y Cajal de Madrid. "Estamos hablando de algo serio", insiste, de una enfermedad psicológica que tiene un fuerte impacto de nuestra vida.

El principal síntoma es la **tristeza**, pero no una tristeza cualquiera sino una tristeza que es cuantitativamente mayor a cualquier estado de ánimo en el que podamos encontrarnos momentáneamente. "No tienes energía ni vitalidad, ni ganas de hacer nada. Y lo más importante: piensas que no te vas a recuperar nunca. Hace que el futuro lo veas complemente negro, un agujero del que no puedes salir", ha explicado este especialista. Los principales síntomas cognitivos son son la perdida de memoria, falta de concentración, dificultades en

ejecución de acciones y pérdida de flexibilidad cognitiva.

La edad de inicio más frecuente de este problema se encuentra en la década de los 30 0 40 años, siendo las mujeres la población con más riesgo de padecerla. Se trata de personas que están en plena actividad laboral, económica y familiar. La depresión constituye una de las principales causas de baja laboral por incapacidad temporal y permanente en nuestro país. "En España, una de cada 10 se deben a este problema", ha señalado Miquel Roca, presidente de la FEPSM. Pero aún en ausencia de baja laboral, con la depresión se reduce sustancialmente la capacidad para trabajar de forma efectiva, asociándose esto a pérdidas significativas en la productividad. Se estima que la depresión representa el 3,8% del total de años de vida ajustados por discapacidad para la población europea. En España, esta estimación es del 4,33%.

IMPACTO SANITARIO

La depresión es una enfermedad asociada a otras enfermedades. Ante un infarto de miocardio, puedes desarrollar depresión, pero también a la inversa. Por ejemplo, si tienes depresión, aumenta la probabilidad de riesgo en enfermedades cardiovasculares. **"Es un problema de salud pública que no recibe la atención sanitaria adecuada"**
, ha insistido Roca.

Centrándonos en los centros de salud y en las áreas de Atención Primaria, se estima que un 20% de los pacientes que acuden a estas consultas presentan signos de depresión, y sin embargo alrededor del 50% no son detectados ni diagnosticados. Estos datos, según han recogido los especialistas, se deben fundamentalmente a la dificultad de un diagnóstico certero, ya que cierta canalización del problema se confunde con trastornos más leves de estados de ánimo y el estigma social que tiende a ocultar la realidad. También se necesita un abordaje en profundidad a los pacientes y la falta de tiempo es una de las principales causas para no llevar a cabo el diagnóstico adecuado.

Según datos recogidos de la Agencia Española del medicamento, desde el año 2000 hasta el 2013 las prescripciones de antidepresivos **han aumentado en un 200%**. Pero este aumento, han precisado los especialistas, no corresponde con los casos de depresión reales.

Pero sin duda, la relación entre depresión y suicidio es significativamente alta. España presenta una de las tasas más bajas con respecto Europa, pero los datos en nuestro país siguen siendo preocupantes: al día, en España, **hay una media de 10 suicidios**. Aproximadamente, "entre el 40-60% de estos casos, tenían detrás un historial clínico de trastorno mental", ha señalado Saiz.

Pese a todo, el tratamiento de la depresión está avanzando sustancialmente. Existe una definición precisa de la enfermedad, y los abordajes farmacéuticos y terapéuticos son cada vez mejores. Se disponen de medicamentos que se toleran cada vez mejor, con menos efectos adversos y mejores resultados. Sin embargo, es muy importante que los tratamientos sean seguidos y cumplidos, pues una de las características de estos pacientes, es su falta de adherencia a los tratamientos. Por eso, ha concluido Saiz, es fundamental hacer un buen abordaje y seguimiento.

Fuente: ELMUNDO.ES / BEATRIZ G. PORTALATÍN