



La depresión se ceba con los jóvenes

El 45% de afectados por trastorno mental tiene entre 10 y 24 años

J.V. Echagüe/A. Robledo

MADRID- Hasta el momento se pensaba que la depresión y sus síntomas afectaban sólo a adultos, a quienes se les presupone una vida un tanto más ajetreada y con infinidad de responsabilidades y problemas que, en ocasiones, pueden derivar en este tipo de patologías. A los jóvenes siempre se les ha considerado un grupo de población sano, pero la realidad y los datos evidencian todo lo contrario. Un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), recogido por la revista científica «The Lancet», ha revelado que el 45% de los afectados por un trastorno mental tiene entre 10 y 24 años. Un dato preocupante al pensar que la población joven de hoy será la adulta en el futuro.

Javier Urra, doctor en Psicología de la Universidad Complutense de Madrid, da una idea de la magnitud de este tipo de dolencias y, asegura que, «si exceptuamos las cardiovasculares, la depresión es la gran enfermedad de principios de este siglo». «La gente ha llegado a creer que se le puede pedir felicidad constante a la vida. Y al no encontrarla, surge la desazón y la soledad», añade. Lo preocupante es que, entre todos, hemos banalizado la depresión, cuando es un trastorno que «requiere terapia y antidepresivos, pero también el apoyo de terceros».

Lo sabe muy bien Miki, al que diagnosticaron trastorno bipolar con 30 años. «Es como si fueras el

protagonista de «El show de Truman»», describe Miki. En aquel filme, el personaje encarnado por Jim Carrey se sentía observado las 24 horas del día. Tenía motivos para sospechar: sin saberlo, estaba siendo captado permanentemente por un complejo equipo de cámaras de televisión para la grabación de un «reality show».

Miedos y fobias

Pero su calvario con las enfermedades mentales apareció mucho tiempo atrás. Ya desde los 13 años empezó a experimentar sentimientos de soledad y tristeza. Más adelante, comenzó a acudir al psiquiatra. Y pasaron ocho años hasta que dieron con la raíz de su problema. «No eres como Jekyll y Hyde. Te pasas siete meses muy triste, después tienes una euforia exagerada... Y hasta que no sabes lo que tienes, no puedes hacer nada», asegura. Confiesa que pasó largos periodos de tiempo sin salir de casa y con miedo a coger el teléfono. «Ves los telediarios, con un montón de malas noticias, y crees que van en relación contigo. Mezclas fobias y miedo», afirma.

Pero, como Miki dice, «si eres medianamente inteligente y con capacidad de lucha, puedes encauzar tu vida». Algunos psiquiatras le ayudaron más que otros - «hay quien te sobremedica», se lamenta. Pero señala que una de las claves para salir adelante ha sido hablar de ello. Compartir su experiencia con otras personas que tienen un problema parecido. Como hizo cuando contactó con la Asociación Bipolar de Madrid. «Me quedé alucinado. Me di cuenta de que no estaba solo. Esta enfermedad es como un hijo: la tienes para toda la vida. Y si te encierras en tu mundo, se acabó». Y no olvida el papel importante que tuvo su familia en la recuperación. «Si no hubiera tenido la familia que tengo, no hubiera salido de

EN PRIMERA PERSONA

Miki, que acaba de cumplir 34 años, sufre trastorno bipolar y hace más de 20 padece problemas relacionados con la salud mental. Fue de psiquiatra en psiquiatra durante ocho largos años hasta que los facultativos dieron con el problema que sufre. Mientras tanto, su vida se tiñó de sombras al pasar meses enteros recluso en su domicilio, con sentimientos de tristeza y soledad que, raramente y sin explicación, cambiaban radicalmente a momentos de euforia. Miki señala que el gran apoyo que tuvo de su familia y acudir a una asociación de personas que sufren problemas similares le ayudó en su recuperación.

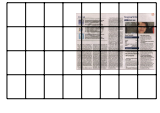
“Te pasas siete meses muy triste sin salir de casa y después tienes una euforia exagerada”



Miki tiene 34 años, pero desde los 13 empezó a experimentar sentimientos de soledad y tristeza

GRAN VIDENTE TAROTISTA

ACIERTO CIENTO POR CIENTO
RECUPERACIÓN DE PAREJA EN TAN SÓLO
CUATRO DÍAS
LA MAGIA MÁS FUERTE QUE CONOCERÁS.
TU MEJOR VIDENTE: OLIVIA REAL
TELÉFONO DE CONTACTO:
636 297 390

		Tirada: 249.676 Difusión: 183.356 (O.J.D) Audiencia: 641.746 12/06/2011	Sección: - Espacio (Cm_2): 496 Ocupación (%): 60% Valor (€): 15.043,00 Valor Pág. (€): 24.667,00 Página: 81	
Nacional Diaria	General			Imagen: Si

En la red



«Las nuevas formas de socialización, cada vez más precarias, llevan a los jóvenes a sentirse solos y deprimidos con mucha frecuencia»

<http://www.facebook.com/pages/depre%C96-del>



«La debilidad emocional de los adolescentes de hoy en día es clave para entender su tendencia a caer en problemas mentales»

<http://www.remo.ws/revista/n8/n8-cobo.htm>



«Los síntomas de la depresión en los jóvenes son diferentes a los de adultos; resulta difícil diagnosticarla durante esta etapa de la vida»

<http://twitter.com/#!/search/depresi%C3%B3n%20j>

ésta. Me puedo considerar un afortunado», asegura este joven.

Todo ello no quita que Miki perciba que trastornos como el que él sufre o la depresión se trivialicen en ocasiones por parte de la sociedad. Éste es otro de los inconvenientes con los que cuentan las personas que sufren enfermedades mentales y que les frena y cohibe a la hora de abrirse al mundo y a la sociedad. «Está claro que no se toma tan en serio como se debería tomar. Acaba suponiendo un estigma. Nosotros también hablamos de "salir del armario" cuando nos referimos a reconocer públicamente la bipolaridad. Pero en España no sucede así», asegura.

La historia de Miki es una de

tantas que existen en España; sin embargo, los condicionantes que se están dando en la sociedad actual hacen pensar que la situación no va a mejorar en un futuro cercano, sino todo lo contrario. Las predicciones con las que juega la Asociación Española de Psiquiatría del Niño y del Adolescente (AEPNYA) aseguran que en el año 2020, el 50% de la población infanto-juvenil sufrirá un trastorno mental, lo que supone un serio problema. Todos los psiquiatras consultados por LA RAZÓN hacen autocrítica y coinciden en que este hecho debe poner en alerta a las autoridades sanitarias, ya que, como apunta el psiquiatra Javier Quintero: «los niños de hoy son los adultos del día de mañana».

Los primeros pasos ya se han dado. La petición de AEPNYA de crear una especialidad de psiquiatría infantil ya es una realidad, lo que supone un gran avance en este campo. De este modo, la nueva especialidad puede acabar con la idiosincrasia existente en la actualidad, donde no hay unos esquemas ni pautas a seguir en cuanto a tratamientos, terapias referentes a la psiquiatría infantil.

No obstante, uno de los hándicaps de este tipo de enfermedades es que la sociedad actual no ha terminado de «creerse» la depresión infanto-juvenil. «Pensamos que, porque se es joven, se tiene obligatoriamente que ser feliz. Que un niño no puede padecer una enfermedad mental. Y, sin embargo, la depresión puede surgir sin una explicación concreta o evidente», afirma Urrea.

Otro punto interesante y que apunta Urrea es que en las últimas décadas «hemos generado en Occidente una gran cantidad de posibilidades, conocimientos, contactos... pero no de gran calidad». Y, por eso, nos sentimos insatisfechos, sensación que puede desencadenar síntomas depresivos. «Los jóvenes pueden ser más vulnerables a eso. Lo quieren todo, aquí y ahora». Esta opinión también la comparte Quintero, quien además añade que «estas nuevas enfermedades tienen que ver con el desarrollo de personalidades adaptativas, de un exceso de protección por parte de los padres y de una reducción del esfuerzo entre los niños y los adolescentes».

Peregrin@ 58.994

Inicio Mi Perfil Gente



Marie Christelle

Datos Personales

Estado: Soltera
 Edad: 30
 País: Francia
 Profesión: Profesora e intérprete
 Frase: «Hay que amar hasta que duela»

A golpe de ratón

«Todos tendremos en común el idioma del corazón»

¿Cómo se prepara Francia para la JM.J?

Con mucho entusiasmo. Al ser intérprete hablo con muchos de ellos y están muy contentos con la idea de poder venir a España a un acto tan importante como este.

Sólo quedan 60 días para la

JMJ. ¿Está nerviosa?

«Sí, no lo puedo evitar, la verdad que voy tachando los días para que llegue el momento».

¿Es la primera vez que asiste a una JM.J?

«Sí, y la afronto con una ilusión enorme. Estoy muy implicada en todo lo que tiene que ver con los preparativos. Ahora ayudo en una parroquia e intento animar a la gente para que se apunte a la JM.J a la vez que ensayo casi a diario, ya que actuaré cuando venga el Papa con el coro Hemaús».

¿Por qué recomendaría asistir a todos los jóvenes?

«Por que será un encuentro muy especial en el que aunque seamos de diferentes zonas del mundo y hablemos varios idiomas todos tendremos en común el idioma del corazón. La iglesia abrirá sus brazos a una gran familia, llena de jóvenes que escucharán con atención las palabras del Papa».