



Un grupo de jóvenes pasea por un parque a la salida de las clases de un centro escolar. / MITXI

La depresión, la principal causa de los suicidios en la población adolescente

Las chicas sufren especialmente a los 12 años por ser «las más guapas y las más listas»

PATRICIA ALDAMA / San Sebastián
Pese a la preocupación que generan las estadísticas que dicen que el 4,2% de los niños vascos presenta síntomas depresivos graves, las tasas de depresión infantil se han mantenido en los últimos años. Lo que destacan las recientes investigaciones es la necesidad de poner una atención especial en los alumnos a la edad de 8 años, y también en las niñas de 12, que se sienten obligadas a sobresalir sobre las demás y a ser «las más guapas y las más listas». Asimismo, hay que tener en cuenta que el rendimiento académico no constituye una «variable predictora» de la depresión infantil como se creía antiguamente, mientras que el estrés social es un síntoma prevalente desde los 8 hasta los 12 años.

«No queremos ser alarmistas, pero si llamar la atención sobre esta cuestión», incidió ayer la vicerrectora de Alumnado de la UPV/EHU, Elena Bernarás. Estrés social, indefensión aprendida, la falta de autoestima y los problemas para dormir son algunos de síntomas que pueden ayudar a los profesores a localizar casos de depresión en el aula, aunque sin un conocimiento preciso de estas cuestiones, los alumnos afectados no son fáciles de detectar.

Bernarás extrajo estos datos del estudio desarrollado por el Vicerrectorado de Investigación de la Universidad del País Vasco UPV/EHU entre 1.104 escolares de 3º a 6º curso de Educación Primaria en centros vascos entre los años 2009 y 2011. Los datos obtenidos en esta investigación fueron expuestos ayer por Bernarás y por la profesora de Magisterio Joana Jauregizar en el Curso sobre Depresión infantil en el contexto escolar, que tiene lugar en el Palacio Miramar de San Sebastián. La finalidad

del trabajo era aportar a los profesores una serie de claves para descubrir a tiempo a los alumnos que presentaran problemas emocionales y la sintomatología propia de la depresión en edades tempranas.

Según explicó la vicerrectora de Alumnado, el comienzo de los mayores trastornos depresivos en niños suele producirse entre los 11 y los 12 años, aunque el inicio de la sintomatología depresiva menos severa se observa hacia los 7 y los 8 años. «En este momento hay un dato muy preocupante y es que la depresión es la principal causa de suicidio de los adolescentes». Respecto a la evolución de la sintomatología, la investigación demostró que los niños de 8 y 9 años presentan altos niveles de síntomas propios de la depresión, que éstos descienden entre los 10 y 11 años y que se registra un repunte importante entre las niñas de 12 años.

El estrés social se repite en todas las franjas de edad. A los 8 y 9 años se une el «sentido de incapacidad», las dificultades en las relaciones con los padres y la ansiedad. Los alumnos de entre 10 y 11 años presentan otras variables, como la falta de autoestima, la «atipicidad» (sentirse raro y diferente), la falta de control sobre lo que les ocurre (*locus control externo*) y la ansiedad. Con 12 años, los rasgos que pueden ayudar a detectar la depresión son el estrés social y la atipicidad.

En las niñas de 12 años empiezan los problemas derivados de «cuestiones corporales» como «no llegar al modelo ideal de mujer que creen que

deberían de ser», apuntaba Bernarás. «Creemos que esto les crea mucha frustración» y puede provocar trastornos como la anorexia, una de las principales causas de la depresión en niñas de esta edad, que en no pocos casos «les lleva al suicidio».

Otras motivaciones del suicidio infantil son «los intentos de venganza», el «dejar de ser una molestia», el abuso o el maltrato y cualquier síntoma de perturbación familiar. Así lo explicaba la profesora de evaluación psicológica de la Facultad de Educa-

dentro del seno familiar «es uno de los causantes más potentes del trastorno depresivo», añadió.

La especialista de la UNED explicó que «los intentos suicidas pueden acontecer tanto en niños deprimidos como no deprimidos». La mayoría de los estudios indican, sin embargo, que «la depresión es un factor de riesgo principal para la conducta suicida juvenil». La depresión infantil se ha convertido en «un problema de primer nivel en las sociedades desarrolladas», con la aparición de

«una infelicidad severa». Además, esta enfermedad supone una fuente de preocupación y pérdidas desde el punto de vista social y comunitario, advirtió del Barrio.

Por su parte, el psicólogo y asesor del Departamento de Educación del Gobierno vasco Juan Antonio Tejero hizo hincapié en que la educación «centrada únicamente en objetivos educativos de tipo cognitivo» hace «enfermar el propio sistema». Desde su punto de vista, «cuando el alumno no es atendido como un ente integral y sólo como si fuera

cerebro, el sistema escolar colabora para que un niño con tendencias depresivas o viviendo en un ambiente de estrés emocional se enferme».

La profesora Bernarás abogó por implantar programas de mejora de las habilidades sociales y de fortalecimiento de la autoestima en los niños, así como el diálogo directo y las iniciativas que les ayuden a «pensar de otra manera». Así, se les ayudaría a eliminar pensamientos frecuentes en estos casos como «soy un inútil, no valgo para nada o los demás no me quieren», y enseñarles que «les están haciendo daño».

El programa de hoy

>El Palacio de Miramar acoge hoy la continuación del III Congreso Europeo sobre Eficiencia Energética y Sostenibilidad en Arquitectura y Urbanismo que comenzó ayer, así como el Curso 'Transparencia y protección de datos ¿Un equilibrio posible? Una visión desde la perspectiva comparada, europea e interna'.

>Por la tarde, tendrá lugar los talleres del curso sobre autonomía infantil y cuidados de calidad en educación infantil de cero a tres años en el edificio Ignacio María Barriola.

ción y Psicología de la UNED Victoria del Barrio. Al parecer, el comportamiento autoritario de los padres cuyos hijos padecen depresión es mucho más frecuente que el comportamiento permisivo.

Los factores de riesgo familiares pueden ser de tipo biológico, como una enfermedad de los padres; de tipo psicológico, como la muerte de un ser querido; o bien de tipo social, como la falta de recursos económicos, detalló del Barrio. Las relaciones familiares son «muy importantes» para el desarrollo emocional del niño, por ello, la existencia de problemas