



LA DEPRESIÓN EN LOS NIÑOS

Antes la gente pensaba que los niños no podían tener depresión. Ahora sabemos que esto no es cierto. Cerca del dos por ciento de los niños en edad escolar parece tener depresión mayor en algún momento. Es poco común que afecte a los niños en edad preescolar, aunque puede ocurrir. La depresión es causada por diversos factores, como la genética, el ambiente y los factores estresantes adversos de la vida.

La depresión de los niños no es igual a la de los adultos. Los síntomas de irritabilidad y agresividad con frecuencia son más evidentes que los de tristeza. Sus síntomas se expresan físicamente y el niño se queja de dolor de cabeza o de estómago. Los padres podrían notar que el niño se preocupa de manera excesiva por la muerte y los accidentes, o podrían aferrarse a ellos con mayor vehemencia y no desear ir a la escuela.

A veces es difícil para los padres saber la diferencia entre el desarrollo normal y la depresión. La clave es detectar cambios en el comportamiento, la intensidad de los comportamientos y su duración. Los niños que experimentan depresión pueden comenzar a tener bajo rendimiento académico, perder a sus amigos y no llevarse bien con los miembros de su familia.

Muchos médicos, clínicas y escuelas cuentan con herramientas de prueba que pueden usarse para determinar si la evaluación es necesaria. Es importante una evaluación para descartar otros problemas médicos y para emitir un diagnóstico. En cuanto haya un diagnóstico, se habla sobre las opciones de tratamiento. En general se presentan dos formas de tratamiento: la psicoterapia y la medicación.

Los padres no deberían tener miedo a hacer preguntas, como por qué se recomienda un tratamiento, cuáles son los objetivos del mismo, cómo saber si funciona, cuáles son los beneficios y si existe alguna investigación que lo apoye. Si un profesional recomienda medicación, no se olvide de preguntarle por los efectos secundarios, la dosificación, el monitoreo de los comportamientos y cómo encaja en un plan global de tratamiento. Los padres también deben conseguir información sobre la experiencia y conocimientos de los profesionales. ¿Ha tenido el pediatra o médico familiar capacitación en salud mental? ¿Es psiquiatra de adultos o de niños? ¿Está licenciado el terapeuta como psicólogo, trabajador social clínico o terapeuta de pareja y familiar?

La buena noticia es que la depresión se puede tratar y muchos niños se recuperan con mucha facilidad. Si las comunidades desean medir lo bien que les está yendo a los niños que tienen depresión y a sus familias, pueden observar la cantidad de profesionales de la salud mental licenciados que atienden a niños, la disponibilidad de grupos de apoyo para padres, la capacitación de profesores y personal escolar sobre los síntomas de la depresión, los esfuerzos conjuntos entre los profesionales de salud mental y las escuelas y, finalmente, los esfuerzos contra la intimidación en las escuelas.

una producción de



parte de



asociado nacional de extensión Compañero comunitario



financiación principal de



Televidentes de Public Television

financiación adicional de

THE RITTER FOUNDATION INC.
MENTAL INSIGHT FOUNDATION