

La depresión, un padecimiento común que atiende la SS

Escrito por comunicado

Sábado 22 de Enero de 2011 17:13

Hermosillo, Sonora, 22 de enero de 2011.- La depresión es un padecimiento que puede ser ocasionado por múltiples factores y logra cambiar completamente la vida de las personas, en todos sus ámbitos, si no es atendida a tiempo y por especialistas.

Leticia Amparano Gámez, Directora de Salud Mental de la Secretaría de Salud, informó que tanto la depresión, como otros padecimientos mentales, son atendidos en las 20 unidades de salud mental que tiene la dependencia en todo el Estado.

“Los problemas siempre existen, en todo momento y en cualquier época del año, desde los económicos, personales, laborales o de pareja, sin embargo, es necesario aprender a manejarlos para evitar entrar en una depresión que afecte la salud física y emocional de las personas” dijo la titular de Salud Mental.

Señaló que luego de seis meses de someter a una persona a fuertes jornadas de trabajo, ya sea en oficina, en el campo o en el hogar, sin darle nunca durante este tiempo vacaciones, aparecen elevados niveles de estrés que puede tornarse en depresión.

La depresión se manifiesta luego de reconocer por lo menos 15 días, ciertos síntomas que afecten el funcionamiento familiar, social y laboral de las personas, y estos pueden ser físicos, psicológicos y emocionales.

Entre las principales señales que delatan la depresión se encuentra el cansancio constante, falta de ganas de levantarse en las mañanas, así como sentir que lo que antes hacías en media hora, ahora necesitas de 3 a 4 horas para realizarlo.

Además el dolor de cabeza cotidiano, gastritis, colitis, mareos, zumbido en los oídos y en ocasiones hasta las diarreas, pueden ser consecuencia de la depresión.

“Yo no conozco ni a una sola persona que no haya padecido alguna vez un problema mental; ya sea por el estrés diario, por problemas laborales, del hogar, o la pérdida de alguien o algo, pero todos hemos sufrido algún desequilibrio, pero no pasa nada, es normal y se puede tratar, no quiere decir que todos estemos locos”, destacó Amparano Gámez.