



La mortalidad en depresión

La depresión es una enfermedad médica con serias consecuencias si no se la trata adecuada y oportunamente.

Por: Carlos E. Climent

Se dice que los trastornos mentales en general y la depresión en particular sólo generan incapacidad y sufrimiento pero no matan. Se exceptúa al suicidio de los pacientes severamente deprimidos y los cuadros psicóticos que se asocian a una pérdida del contacto con la realidad. Pero la realidad es otra. La depresión deja a su víctima sin energía, le roba la capacidad de lucha, la ahoga en un mar de pesimismo y neutraliza su sistema inmunitario, dejándola a merced de enfermedades oportunistas y de procesos patológicos latentes. Cuando no le ofrece la posibilidad del suicidio como solución "fácil" a una situación desesperante. El hecho es que la persona no puede reaccionar frente al ataque de un enemigo demasiado poderoso.

La depresión y el fumar cigarrillo representan un factor de riesgo de muerte muy similar según una investigación cuyos hallazgos han sido descritos por Arnstein Mykletun de la Universidad de Bergen en Noruega, líder del grupo de científicos británicos y noruegos (1).

Los investigadores mencionados utilizaron la información obtenida del estudio de salud de Nord-Trondelag County en Noruega (HUNT-2) que incluyó a 61.349 participantes que respondieron preguntas relativas a la angustia y la depresión. Así como información sobre el hábito de fumar cigarrillo, el nivel de actividad física y otras variables. El registro de mortalidad de Noruega aportó las estadísticas al respecto de las muertes durante el período del estudio. Los resultados muestran que de los 61.349 participantes, 2.309 murieron durante el período del estudio. Sobre ellos se realizó el estudio. Después de realizar los ajustes estadísticos requeridos se encontró que existía una clarísima asociación entre la depresión y la mortalidad que fue muy similar a la encontrada entre el fumar cigarrillo y la mortalidad.

Un hallazgo adicional de este estudio es que cuando la depresión está acompañada de angustia el paciente reacciona positivamente de alguna manera. Por ejemplo, se hace consciente de su enfermedad y busca ayuda para aliviarla. En cambio la depresión por sí misma no hace ruido, pues hunde a la persona en un mar silencioso de pesimismo, desánimo, tristeza y desmoralización. Y como consecuencia de ese estado mental tan anormal se aísla y no comunica a nadie su problema. De esa forma el paciente va entrando en un estado de parálisis mental y física, en el cual ni siquiera los allegados más próximos se dan cuenta de su patología y por tanto no lo pueden ayudar, pues ni siquiera logran entenderlo.



Universidad del Valle

Facultad de Salud - Grupo de Comunicaciones



Sala de Prensa

El comparar las cifras de mortalidad asociadas a depresión con las cifras de mortalidad asociadas al fumar cigarrillo sirve para concientizar a la gente sobre las consecuencias de la depresión y para recordar que la depresión es una enfermedad médica grave si se la deja que progrese sin un tratamiento adecuado. También permite recalcar que si se la identifica y se la trata oportunamente, la persona recobra su salud y puede acceder a una vida totalmente normal.

(1) Br. J. Psychiatry, 2009;195:118-125

Diario El País, 30 de Abril de 2017. Página C8