



## Casos de depresión en cifras máximas en 8 años; 364 al día

• De enero a diciembre, 128 mil 13 registros; aumentan 27.4% comparados con 2021; alertan sobre pérdida de interés, dificultad para concentrarse... **pág. 10**

Ssa registra a 128 mil 013 personas con el padecimiento

# Pandemia deja remanentes: 2022 el año con más casos de depresión

**EN 2014** habían 65 mil 796, por lo que alza es casi del doble; diagnosticado relata que la enfermedad pasó factura en su higiene, amistades, familia y casi el empleo

• Por Yulia Bonilla  
yulia.bonilla@razon.com.mx

A pesar del respiro por la recuperación de las actividades económicas y el retorno a la normalidad, el año 2022 fue muy difícil para las 128 mil 013 personas que presentaron cuadros de depresión en el país.

Los niveles alcanzados este año—entre el 1 de enero y el 17 de diciembre—son los más elevados de los que se tiene registro en un lapso similar desde que este padecimiento se incorporó, en 2014, a la lista de enfermedades sujetas a vigilancia por parte de las autoridades mexicanas.

### EL DATO

**ESPECIALISTAS** del Conadic advierten que la depresión también puede ser generada por el consumo de bebidas alcohólicas, además de que genera más de 200 problemas de salud.

En el 2014 los casos reportados fueron 65 mil 796, mientras que los del reciente año que terminó fueron 128 mil 013, lo que significa que en ocho años los pacientes con depresión aumentaron 94.5 por ciento, casi el doble.

A partir del 2014 el comportamiento de este fenómeno fue ascendente hasta el 2017, cuando pasó de 65 mil 796 a 118 mil 115 casos dentro de las primeras 50 semanas epidemiológicas de cada año.

De ahí al 2018, los casos descendieron 17 por ciento, al llegar a 116 mil 003, pero el aumento regresó dos años después, con 120 mil 612. Para el 2020, año en el que comenzó la pandemia de Covid-19 y que todos los servicios de salud se concentraron en ésta, los casos cayeron a 80 mil 877.

Peró un nuevo incremento, de 24.1 por ciento, se observó en el 2021, al registrarse cien mil 445 casos y la tendencia se mantuvo al alza hasta llegar los a 128 mil 013 del 2022, lo que representa un aumento del 27.4 por ciento en el último año.

Los datos registrados en el 2022 significan que en México el año pasado se registraron en promedio de 364 nuevos diagnósticos de depresión por día.

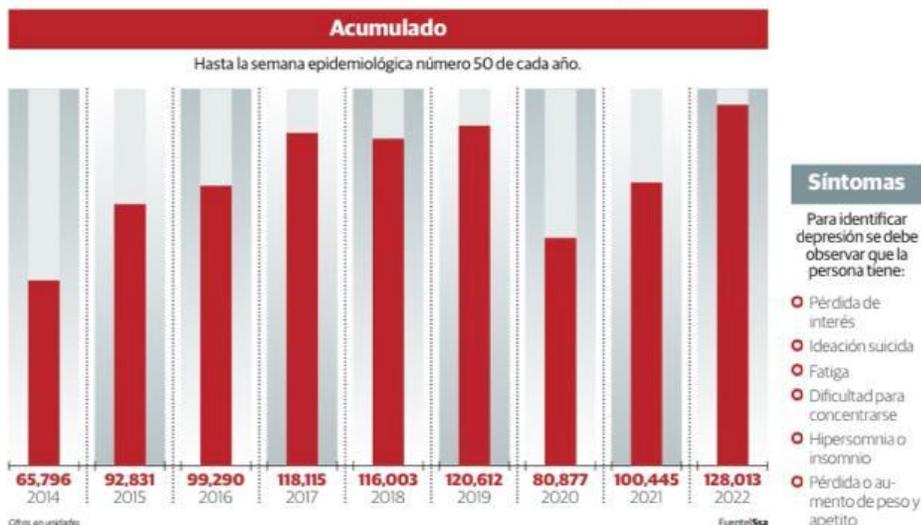
Esta enfermedad no debe confundirse con la tristeza, explicó el especialista en

65

Mil casos se registraron en 2014, cuando se incorporó el padecimiento

100

Mil diagnósticos de depresión se tuvieron en 2021



atención mental y director de Antal, Centro de Atención al Suicida, Benjamín Meza, pues ésta es sólo un estado de ánimo.

Para que se identifique un cuadro depresivo, explicó, la persona deberá presentar síntomas como pérdida de interés, ideación suicida, fatiga, dificultad para concentrarse, hipersomnia o insomnio y pérdida o aumento de peso y apetito, durante un periodo superior a dos semanas.

El padecimiento incluye una afectación a nivel cerebral, refiere, pues una inflamación deriva en menor producción de neurotransmisores como serotonina, norepinefrina y dopamina, que contribuyen a las sensaciones de bienestar, atención y más.

"Alguno de los factores (que la producen) son acontecimientos emotivos, dolorosos o frustrantes, como la pérdida de un ser querido o el trabajo o una ruptura amorosa, algo que impacta en las emociones y que no es lo mismo para todas las personas", señaló.

Añadió que la elevada cantidad de vidas perdidas a causa de la pandemia por Covid-19 se ubica como uno de los detonantes del incremento en los casos de depresión, lo cual se combinó con las medidas de restricción que impidieron despedir a quienes murieron hasta por enfermedades distintas.

"Muchas de las personas perdieron un familiar, no necesariamente por Covid, pero no se pudo llevar a cabo este ritual

mortuario, porque no se podían reunir y los duelos que se comienzan a vivir son muy complicados porque no llevan una atención psicológica y porque muchas personas lo hemos descuidado porque no se tiene la información adecuada", dijo.

Las pérdidas ocasionadas por la enfermedad también incluyó ruptura de relaciones, pérdidas de empleo y el aislamiento, que rompió con la interacción humana.

El haber padecido Covid-19, explica, también es uno de los factores, pues el cuadro implicó en su mayoría algún grado de inflamación del cerebro.

A consideración del especialista, el país carece de información oportuna que permita a la población conocer su estado mental, lo cual no significa que se tenga que hacer un autodiagnóstico, sino que se tenga la capacidad de reconocer cuando se requiere ayuda.

Vivir con depresión no es, necesariamente, pasar los días y noches enteras en la cama, envuelto en llanto, ni tampoco es dejar de sonreír, dice Alonso, quien lleva casi tres años con el diagnóstico.

Para el hombre de 37 años, esta enfermedad pasó factura en su higiene, amistades, familia y casi su empleo.

Un día de tantos, meses después de haberse mudado de la ciudad en la que creció y cam-

biarse de empleo, Alonso se levantó como lo hacía siempre que tenía que ir a trabajar. Se duchó desganado, desayunó y se dio cuenta que no le generaba mayor interés lo que sobre la mesa se conversaba.

"Así fueron varias veces, pero lo dejaba pasar. Luego un día me dijo mi novia que tenía mal aliento. No me había lavado los dientes en varios días. Era una sensación como constante de cansancio, flojera, hartazgo de hacer todo lo que debía, así fuera una cosa mínima como lavarme la boca. De pronto ya inventaba pretextos para no salir, pocas cosas me hacían sentir satisfecho, dejé de tener metas y planes. Pero cuando me veía con mis amigos pues ya fue diferente, unas cuantas chelas, platicar, eran ratos buenos y yo creía que estaba bien", contó.

En el 2020 llegó la pandemia y Alonso se contagió: "Creí que me iba a morir y, te soy sincero, no me preocupaba. Yo veía que la gente estaba bien asustada, pero por alguna razón eso me hacía sentir como un alivio... ya hospitalizado, cuando me estaba recuperando y de que varios doctores me estuvieron visitando, pues me recomendaron continuar con terapias porque vieron algunas señales de depresión y ellos creían que esto nació de estar internado, pero no, venía de antes".

### EL TIP

**LAS MANERAS** más comunes de tratar la depresión son suministrando medicamentos, psicoterapia, o una combinación de ambos.