

Sólo la tercera parte de las personas con depresión reciben tratamiento.

El pasado 8 de Octubre se celebró el Día Europeo de la Depresión, un problema de salud pública de primer orden que afecta a 1 de cada 7 pacientes que acude al médico de Atención Primaria y que afectará al 15% de la población a lo largo de su vida.

La depresión es una enfermedad que debe considerarse como un problema de salud pública de primer orden, ya que, en la actualidad, 1 de cada 7 personas que acude a las consultas de Atención Primaria presenta este trastorno y, además, **es una de las primeras causas de baja laboral en España y en el mundo.**

Día Mundial de la Depresión.

Con el objetivo de concienciar sobre la alta prevalencia de la depresión, informar sobre las consecuencias de esta enfermedad, intentar mejorar su manejo desde el punto de vista médico y social y de realizar un llamamiento a los responsables en la planificación de los **servicios sanitarios sobre la necesidad de promover los recursos necesarios para poder hacer frente a la carga asistencial que supone esta enfermedad**, se conmemoró el pasado jueves 8 de octubre el Día Europeo de la Depresión (DED).

Bajo el lema **“Depresión: necesidad de un enfoque global”**, numerosas sociedades científicas como la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria

(semFYC), la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN), la Sociedad Española de Medicina General (SEMG), la Sociedad Española de Psiquiatría, la Sociedad Española de Psiquiatría Biológica, la Confederación Española de Agrupaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (FEAFES) y la asociación Alianza para la Depresión, apoyan este proyecto promovido y organizado por la European Depression Association -asociación internacional constituida en Bruselas, con representantes de entidades de varios países europeos-.

"Durante este día **buscamos incidir en la importancia del entorno familiar y social en el tratamiento de la depresión**", indica el doctor Juan Manuel Mendive, responsable en España de la Organización del día Europeo de la Depresión. "En este sentido -añade el experto- **hay que destacar la importancia de la familia como pieza clave en el apoyo del enfermo y como fuente de comprensión, ayuda y colaboración durante todo el proceso**".

"A su vez, tenemos que **resaltar el papel fundamental del médico de atención primaria, para poder detectar y diagnosticar adecuadamente la depresión**, por su posición de puerta de entrada del sistema sanitario, además de por su importante labor en el tratamiento y seguimiento del paciente con depresión", informa el doctor Mendive.

Por todos estos motivos, en el Día Europeo de la Depresión, se realizarán actividades de sensibilización, dirigidas tanto a la población general como a los profesionales médicos.

El papel de la familia y el entorno.

La depresión afecta a la persona enferma en su totalidad y, por lo tanto, influye tanto en los aspectos propios del individuo como en sus relaciones sociales y laborales. Es una enfermedad muy relevante y grave, **si no es correcta y oportunamente diagnosticada y tratada, que provoca una importante discapacidad y merma la calidad de vida de las personas,** por lo que su impacto social es muy grande.

Como presidente de la Confederación Española de Agrupaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (FEAFES), José María Sánchez Monge confirma la importancia del enfoque global de esta enfermedad, **“ya que la depresión es una patología que afecta, por supuesto, a la persona que la sufre, pero también a todo el que le rodea”**. “Por ello, desde FEAFES, queremos apoyar esta iniciativa para concienciar sobre la necesidad de comprender a la persona enferma, de estar informado sobre la patología y buscar asesoramiento para conseguir participar en beneficio del tratamiento y ayudar a que el pronóstico del paciente sea cada vez mejor y se recupere antes”, incide el experto.

"En este sentido -continúa- la familia es fundamental para asegurar la continuidad en el

tratamiento de los afectados por trastornos depresivos, y juega un papel clave para conseguir que la enfermedad se convierta en algo transitorio si existe un buen diagnóstico y una buena recuperación”.

En palabras de Sánchez Monge, “gracias a campañas de sensibilización como esta se consigue generar un debate social, hacer ver a la población que existe un problema real y dar pautas para evitar que las personas con síntomas de depresión desarrollen problemas más graves por falta de consulta e información”.

En apoyo a esta afirmación, el profesor Jerónimo Saiz, presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría y jefe del Servicio de Psiquiatría del Hospital Ramón y Cajal de Madrid y Catedrático de Psiquiatría de la Universidad de Alcalá de Henares, apunta que **son muy pocos los enfermos diagnosticados y, aún menos, los que reciben el tratamiento apropiado.** “Se da la paradoja de que existen tratamientos efectivos para la depresión pero, sin embargo, son muy pocos los enfermos que los reciben, **alrededor de un 37%**”.

“En este sentido -destaca el profesor- hay que concretar que 4 de cada 5 pacientes que acuden al médico reciben el tratamiento adecuado”.

Para el profesor Saiz, **“la depresión es un problema de salud pública de primer orden y hay que hacer todos los esfuerzos posibles para informar sobre los síntomas, apoyar a los enfermos y a su entorno, conseguir que todo el personal sanitario sea competente y puedan atender todas las facetas que esta enfermedad demanda y, al mismo tiempo, que se**

utilicen tratamientos adecuados y atiendan al mayor número de pacientes y romper con el estigma que tienen las enfermedades mentales”. El Día Europeo de la Depresión es un claro ejemplo que refleja la voluntad de muchos para conseguir estos fines.

La depresión en cifras.

"Todos los días, un médico de Atención Primaria, atiende a **varios pacientes con depresión**", confirma el doctor Mendive. "Por ello, es muy importante nuestra labor como primer paso en la detección y tratamiento de esta enfermedad", insiste el experto.

Este y otros datos como que **“aproximadamente el 15% de la población sufrirá depresión a lo largo de su vida, que el 6% de las personas sufrieron este trastorno en el último año** y que en el año 2020 la depresión será la segunda causa de discapacidad en el mundo, son las muestras evidentes de la **gran relevancia y prevalencia de esta enfermedad**”, subraya el profesor Saiz.

Además, “un dato a destacar es que **la depresión es una enfermedad que afecta en mayor medida a las mujeres**”, aclara el profesor Saiz. “Pero, -añade el doctor Mendive- hay que especificar que **los casos de hombres que presentan este trastorno son, habitualmente, más graves que los de las mujeres**”.

Cumplimiento terapéutico.

Uno de los principales retos con el que se enfrentan los enfermos con depresión, médicos y familiares, es el mantenimiento del tratamiento.

Se estima que al menos el 50% de los pacientes que han sufrido depresión volverán a recaer posteriormente. “En este sentido, son muy importantes los tratamientos de mantenimiento ya que abordar la enfermedad a largo plazo y no sólo como un único episodio aislado mejora el pronóstico del enfermo”, incide el profesor Saiz.

“Otros factores que influyen en el difícil cumplimiento del tratamiento son los diferentes trastornos asociados que presenta la depresión tales como el consumo de alcohol, los trastornos de ansiedad, los efectos secundarios de los medicamentos, etc.”, argumenta el profesor Saiz.

En contraposición **“hay que destacar que el apoyo de una familia informada de forma adecuada, con determinada formación por parte del médico y asesorada sobre las pautas que debe seguir el enfermo, ayuda a evitar el abandono y la falta de continuidad en el tratamiento”**, afirma Sánchez Monge.

Por otra parte, también existen **condicionantes externos que fomentan la aparición o la reincidencia de episodios depresivos, “situaciones vitales como el**

desempleo, que afecta a la autoestima y la seguridad de la persona, puede ser un desencadenante importante en la aparición de trastornos depresivos”, concluye el profesor Saiz.

26 de Octubre de 2009