



La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la depresión como un trastorno mental común, la califica como una “pandemia silenciosa” y estima que en todo el mundo el 5 % de los adultos la padecen.

Es por eso que cada 13 de enero se conmemora el Día Mundial de la Lucha Contra la Depresión, para sensibilizar, orientar y prevenir a la población a nivel mundial sobre esta enfermedad que afecta alrededor de 280 millones de personas.

Mientras el mundo se concentra en controlar el covid-19, la prevalencia de la ansiedad y la depresión avanza en las capas de la población, sometidas durante los últimos dos años a restricciones y a un constante estado de alarma y preocupación.

Aunque tiene distintas variaciones, puede convertirse en un problema de salud pública serio, especialmente cuando es recurrente y de intensidad moderada a grave. En ese peor de los casos, la depresión puede llevar al suicidio.

Según el organismo de salud global, cada año se suicidan en el mundo unas 700.000 personas; el suicidio es la cuarta causa de muerte en el grupo etario de 15 a 29 años.

### La depresión en tiempos del Coronavirus

La crisis generada por el covid-19 ha agravado este panorama, ya de por sí difícil. La Organización Panamericana de la Salud (OPS), por ejemplo, señala que “las poblaciones que históricamente se han enfrentado a una mayor carga de afecciones de salud mental y un acceso reducido al tratamiento se ven afectadas de manera desproporcionada por los impactos de Covid-19 en la salud mental”.

Uno de los estudios más recientes e importantes sobre el tema fue publicado en la revista The Lancet a finales de noviembre de 2021. Es la evaluación más grande que se haya hecho sobre el impacto que la pandemia ha tenido en la salud mental de la población.

El estudio se concentró en los trastornos de ansiedad y la depresión severa, y cuantificó la prevalencia y la carga de los trastornos por edad, sexo y ubicación en 204 países y territorios.

Otra investigación confirma el impacto de la pandemia en la depresión. El estudio (publicado en la revista médica ‘JAMA Pediatrics’) es un meta-análisis que reúne datos de 29 estudios distintos de todo el mundo, en los que participaron 80.879 jóvenes de todo el planeta. Los nuevos resultados muestran que los síntomas de depresión y ansiedad se han duplicado en

## Enero 13: Día Mundial de la Lucha Contra la Depresión

Escrito por Redacción

Jueves, 13 de Enero de 2022 11:36 - Última actualización Jueves, 13 de Enero de 2022 12:04

---

niños y adolescentes en comparación con la época anterior a la pandemia.

### Datos y cifras

-La depresión es la principal causa mundial de discapacidad y contribuye de forma muy importante a la carga mundial general de morbilidad.

-Es una enfermedad frecuente en todo el mundo, pues se estima que afecta a un 3,8% de la población, incluido un 5% de los adultos y un 5,7% de los mayores de 60 años. A escala mundial, aproximadamente 280 millones de personas tienen depresión

-Afecta más a la mujer que al hombre.

-La depresión puede llevar al suicidio.

-Hay tratamientos eficaces para la depresión, ya sea leve, moderada o grave.