

La depresión golpea cada vez antes

La OMS advierte del aumento de trastornos depresivos en los menores ▶ En Galicia, más de 135.000 personas padecen esta enfermedad

LA TENDENCIA EN CUENTA

1

Una enfermedad que aumenta

★ El 5% de la población europea padece depresión y más del 20% estará afectada al menos una vez en su vida.

2

No solo es un mal de adultos

★ Según la OMS, el 2% de los niños de 6 a 12 años sufre esta dolencia, y entre el 4 y el 6% de los de 12 y 14 años.

3

Una muerte cada 40 segundos

★ Causa una muerte cada 40 segundos en el mundo. Cada año ocasiona 800.000 suicidios. Groenlandia encabeza la lista.

Una adolescente, sola, en un pasillo.



ÁGATHA DE SANTOS ■ Vigo

La depresión es una de las enfermedades psíquicas más comunes y según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2020 será ya la segunda causa de discapacidad. Afecta a 300 millones de personas en el mundo, o lo que es lo mismo, al 5% de la población planetaria, mientras que una de cada cinco desarrollará un cuadro depresivo a lo largo de su vida. Solo en Galicia, más de 135.000 personas padecen un trastorno depresivo. Sin embargo, continúa siendo una enfermedad sobre la que se pasa de puntillas. No despierta empatía porque no provoca señales externas y aún prevalece la idea de que quien está deprimido "es porque quiere".

La estigmatización no disminuye, y mucho menos su incidencia. Los especialistas advierten de su progresivo aumento, y no solo en la población adulta; también en los menores. La OMS calcula que un 2% de los niños de entre 6 y 12 años padece un trastorno depresivo, y entre

un 4 y un 6% de los preadolescentes (12 y 14 años). Hay estudios que apuntan que el uso de las redes sociales triplica el riesgo de padecer depresión y ansiedad porque muestran una realidad distorsionada que puede hacer pensar que los demás tienen una vida mejor.

Sea como sea, lo cierto es que los casos de depresión y de ansiedad han aumentado un 70% en personas jóvenes en los últimos 25 años. "Hay varios factores que explican este aumento. El primero es que la detectamos más porque hay más profesionales atentos y una mayor sensibilidad y, por lo tanto, se diagnostica más. Luego, se conjugan factores personales, de gestión de las emociones y de las frustraciones del día a día; y también factores familiares y comunitarios. Tenemos que enseñar a los niños a gestionar las emociones negativas, pero también tenemos que reflexionar sobre la sociedad en la que vivimos", explica con motivo del Día Europeo de la Depresión el psicólogo vigués José Eduardo Rodríguez Otero, presiden-



JOSÉ E. RODRÍGUEZ
PSICÓLOGO

"La depresión no pasa de una forma inocua por la familia"

"Los datos tienen que hacernos reflexionar sobre nuestra sociedad"

te de la Sección de Psicología y Salud del Colegio Oficial de Psicología de Galicia.

"La depresión, además de causar mucho sufrimiento a quien la padece, tiene un enorme impacto en la familia. No pasa de una forma inocua, sino que sacude la vida de todos. Pero también tiene una gran repercusión social: bajas laborales, coste de los tratamientos", explica.

La depresión es una enfermedad muy seria, advierte, que se presenta como un conjunto de síntomas de predominio afectivo -tristeza, apatía, desesperanza, irritabilidad y sensación subjetiva de malestar e impotencia frente a las exigencias de la vida-, y también pueden estar presentes, en mayor o menor grado, síntomas de tipo cognitivo, volitivo y somático.

Según la OMS, la depresión es la causa de una muerte cada segundo en el mundo, lo que arroja un cómputo anual de 800.000 suicidios. "El suicidio ocasiona en España el doble de muertes que los accidentes de tráfico y es la segunda

causa de muerte en los adolescentes después de los tumores", alega.

El dato positivo es que puede superarse, aunque el camino puede ser largo y complicado. "Hay que pedir ayuda y seguir las indicaciones de los especialistas", explica. En el proceso de recuperación, el papel de la familia es fundamental. "Yo les diría que es mucho más importante el apoyo que el consejo. Es arropar a la persona para que sepa que no está sola", afirma el psicólogo, que también incide en la necesidad de acabar con los estigmas que rodean aún esta enfermedad. "Quien tiene depresión no está mal porque quiera estar mal como cree mucha gente, ni quien tiene pensamientos suicidas es porque no quiera vivir. Quiere vivir. Lo que no puede es seguir viviendo con ese dolor", afirma el psicólogo, que asegura que los profesionales de la Unidad de Salud Mental de Vigo están "absolutamente desbordados". "Si hoy pides una primera consulta con el psicólogo clínico, la tienes en junio del año que viene", afirma.

Ciprián Rivas



Ainda sinto o tremor das pernas cando me sitúan diante de "A derradeira leición do mestre" tantas veces visto en reproducións, pero en cadro, a primeira. Alí en Bós Aires no Centro Galicia acompañado de Álvaro Campos, Avelino García Melle e José Ramón Andrade Cobas, directivos tanto do Centro Galicia como do Centro Gallego, ocorréuseme comparalo co Guernika e Álvaro cun certo noxo amosoume dicindo que Castelao non o fixera por cartos, tal como lle acontecera a Picasso; senón como homenaxe ao seu amigo Alexandre Bóveda.

Álvaro Campos, pontevedrés do Baixo Miño, industrial ligado a exportación do café, logo presidente do Centro Gallego, era un home calado que actuaba con feitos. Aveli-

O regreso de "A derradeira leición do mestre"

O autor avoga para que volten definitivamente a Galicia tanto esta pintura como a obra doutros artistas galegos

no García Melle foi moitas cousas na emigración do Río da Prata, presidente do Centro Galicia, delegado da Xunta, etc.

Andrade Cobas exercería como Presidente da Federación de Sociedades Españolas na Argentina e ocupou diferentes responsabilidades nas sociedades galego-argentinas. Os catro, diante do lenzo, gardamos silencio e os catro maldicimos

a barbarie producida pola guerra civil. Deles só había un, quen asina, que sufríu o drama familiar da perda dun dos nosos nas mesmas circunstancias que os da obra. Lémbrome da carraxe cando observei manchas de humidade e o deterioro da tela que presaxiaba un mal remate desa pintura. Eran tempos difíciles para a economía do país austral cunha inflación desatada. Puxé-

rannse en contacto coas deputacións e ningunha lles respondera. A Xunta comezaba a súa andaina e non había orzamento para nada. Do cadro fálaramme aínda que non o vira, Teresa, a irmá de Castelao quen viviu o regreso dos seus restos a Galicia e me advertira do que me podía pasar. Pasoume.

Os tres son finados. Os tres e, moitos máis, sentíronse custodios de pintores galegos que viviron alí: Isaac Díaz Pardo, Laxeiro, Colmeiro, Seoane, Maside, etc.

O que está acontecendo co Centro Gallego na actualidade pode traer consigo a perda dun patrimonio artístico que debe pertencer a tódolos galegos independentemente onde habiten.

A Xunta fixo un bo traballo traendo esta pintura para amosárnola, pero debe acadar o compromiso de que todo ese patrimonio regrese á terra nas mellores condicións posibles para que serva de

exemplo ás novas xeracións e aquí se garde e se protexa definitivamente. Os directivos do Centro Gallego e doutras institucións entenderan que na actualidade aquí vivimos as condicións axeitadas para facer ese labor. Sabemos que é difícil chegar a acordos, pero existe a obriga de persistir nunha negociación na que tódalas partes poden gañar.

A emigración galega na Arxentina sempre deu mostras dunha inmensa xenerosidade con Galicia e nós, malia os moitos erros cometidos -sobre todo nos eidos administrativo e político- coa diáspora desepais austral debemos comprometermos a que non aconteza o que xa aconteceu no país: que a obra artística dos nosos acabe en mans privadas cando debería ser patrimonio de todos.

O Parlamento galego debe falar. Só con acordos amplos pódense facer cumprir ben tódolos obxectivos.