

Depresión

Este es un artículo publicado en la página de medicina de Harvard y es el resultado de una conversación reciente con Joseph T. Coyle, M.D. y Edwin H. Cassem, M.D, que hablan sobre el cerebro y cómo actúa la depresión en él.

En el artículo se caracteriza los síntomas que están presentes en el cuadro depresivo. La depresión es una enfermedad que presenta cambios en el estado de ánimo, disturbios en el sueño, sentimiento de culpa, poca concentración, cambios en los hábitos alimenticios, agitación, estado letárgico y pensamientos suicidas; al menos cinco de estos estados si se presentan todos los días por más de dos semanas indican que existe depresión.

Es importante anotar que la depresión es bastante común, una de cada diez personas evidencian este desorden con mayor o menor grado y, de quienes la presentan al menos el 15% se suicida y esto por no haber sido tratado adecuadamente.

En el artículo se hace énfasis en que la depresión es una enfermedad grave del cerebro, pero que ésta puede tratarse con medicamentos, terapia electroconvulsiva y terapia psicológica. Se habla también de los neurotransmisores y cómo ellos actúan en el cerebro. También se habla de la

predisposición genética y de factores externos que pueden llevar a que se presente un cuadro depresivo.

Se habla sobre el uso de medicación como el Prozac, que actúa en lugar de la serotonina y de manera paulatina disminuye los síntomas. Los antidepresivos, en general, refuerzan la función de los neurotransmisores y la serotonina permite que existan más conexiones en el cerebro, que no se afecte el pensamiento ni el sueño en la corteza, la memoria en el hipocampo, el apetito en el cerebro medio y las funciones hormonales en el hipotálamo.

Este artículo es importante pues los maestros debemos estar conscientes de que la depresión existe no como algo pasajero ni predecible, sino que se puede manifestar de manera espontánea e involuntaria y que se trata de una enfermedad que requiere la suficiente atención y consideración. Es necesario que los profesores estemos alertas frente a los síntomas, pues se debe actuar de inmediato para corregir a tiempo, mejorar los niveles de conocimiento y, más importante todavía, salvar vidas.

Como maestros, al estar frente a grupos de seres en formación, tenemos la responsabilidad de estar al tanto de las nuevas investigaciones sobre el cerebro, pues cada día se sabe más y se puede prevenir y corregir situaciones que afecten las vidas de nuestros alumnos.