



## La depresión infanto-juvenil, una realidad invisible con dramáticas consecuencias en la vida de quien la padece

Los niños y adolescentes tiene emociones, ¿los sabías?; sienten y sufren por una amplísima variedad de circunstancias. Incluso les acompañan los genes que aportaron sus padres cuando fue engendrado. Sin embargo, estas verdades de Perogrullo que todo el mundo conoce, en el bullicio del día a día de los adultos, suelen ser olvidadas.

Veamos distintas situaciones que suelen indicarnos una posible alteración emocional y para las que solemos encontrar explicaciones absolutamente erróneas.

Me referiré solo a **la etapa infantil (aproximadamente hasta los 12 años)**, ya que la depresión en el adolescente adquiere unas dimensiones clínicas diferenciadas.

- **La familia:** La situación familiar puede ser un ambiente de protección frente a los problemas emocionales de los niños, aunque también un factor de riesgo decisivo. Las “sobreexigencias” de los padres frente a los cuidados: sueño, alimentación, escolaridad, juegos etc.. ; la sobreprotección que con tanta frecuencia merman la libertad y necesidad exploratoria de los hijos; los desacuerdos entre ambos progenitores a la hora de decidir sobre los cuidados; las discusiones parentales en su presencia. Todas ellas son situaciones que irán conculcando un desarrollo emocional y social positivo. Estamos, sin percatarnos, construyendo un hijo o hija bastante voluble en su desarrollo emocional, un hijo o hija frágiles y sin recursos para hacer frente a los contratiempos a los que se enfrentan día a día, sea porque han estado sometidos a unas exigencias excesivas, o bien porque no hemos sido capaces de tolerar las reacciones frente a sus frustraciones, acudiendo siempre a resolverles cualquier dificultad.

Dificultades laborales, económicas en la familia. Los hijos se percatan con más frecuencia de lo que nos creemos de las dificultades y problemas de los padres, a pesar de que estos intenten por todos los medios mantener al margen a los hijos.

Aunque no es lo más frecuente, es importante reconocer que los antecedentes, o presencia, de trastornos afectivos en los padres hacen a los hijos especialmente vulnerables frente a la depresión.

Por último, las dificultades con el apego son muy frecuentes y suponen un alto riesgo para los trastornos afectivos y de relación durante la primera infancia. Especial relevancia



adquieren los niños adoptados y pertenecientes a familias monoparentales, separadas, etc..

- **La escuela:** Tendemos a buscar una explicación rápida, cierta o no, cuando nuestro hijo o hija presenta problemas psicológicos o conductuales relacionados con el colegio.

Debemos tener in mente que cuando el niño experimenta cambios sorpresa en su estado de ánimo o en su conducta en relación al colegio, existen una amplísima variedad de situaciones que puede explicarla: cambio de profesor, cambio de compañeros, desajustes pedagógicos (malas relaciones entre profesor/alumno), situaciones de acoso (o simplemente de mofas o comentarios hirientes...), cambios en sus relaciones sociales, problemas de adaptación en la dinámica con los compañeros, dificultades en el aprendizaje no detectadas hasta ese momento...

Desgraciadamente, he visto con **demasiada** frecuencia prescribir medicación por falsos diagnósticos de TDAH basándose en el simple hecho de que el alumno se distrae, indicando el gran desconocimiento de la psicopatología infantil de **demasiados** profesionales, incluso con fama de "expertos". Un error lamentable que solo viene a agravar el problema. A esto contribuyen, en cierto grado, los padres y profesores: Es más fácil emitir un diagnóstico de moda y que todos entienden, a que se nos diga que nuestro hijo o hija está deprimido. Los padres se niegan con frecuencia a aceptarlo porque, sin que haya razones objetivas, lo primero que experimentan es un sentimiento de culpa que casi les paraliza.

- **La relación con iguales:** Nuestro hijos necesitan ser aceptados por el grupo, aunque no todos tienen las mismas habilidades para conseguirlo. Sufren cuando son escasamente considerados por parte de sus compañeros. Algunos reaccionan con agresividad y otros aislándose. En ambas situaciones sufren. En el primer caso, encontraremos la explicación de que los demás lo rechazan porque es insoportable, en el segundo, porque es muy tímido, cuando no se le emite algún diagnóstico psiquiátrico: "es que presenta algunos síntomas de Asperger".

- **También hay que pensar en la depresión en situaciones en las que ya nuestro hijo o hija ha sido diagnosticado de otras dificultades. Las más frecuentes son:**
  - Niños con discapacidades físicas. Más vulnerables, cuanto mayor es la toma de conciencia de su hándicap.
  - Niños con discapacidades intelectuales importantes.
  - Niños con dificultades específicas del aprendizaje (lenguaje, lecto-escritura, etc.).
  - Niños con dificultades en las habilidades sociales.



- Niños excesivamente autoexigentes.
- Niños con TDAH.
- Niños con síndrome de Asperger u otros TEA.
- Niños con trastorno obsesivo-compulsivo infantil (a veces pasa desapercibido, máxime cuando los propios niños no son conscientes de su dificultad).

**En conclusión**, la depresión en la infancia es más frecuente que muchas de las patologías de moda (TEA, Asperger, TDAH...), sin embargo sigue siendo la gran desconocida. Sus consecuencias a medio/largo plazo son muy importantes en la medida que modulan su desarrollo socioemocional siendo bastante determinante en la construcción de la personalidad del adulto.

**No olvidemos que otra causa no desdeñable de los síntomas depresivos en la infancia pueden ser los ABUSOS SEXUALES, primero en la familia y su entorno próximo, y también entre los compañeros, profesores, entrenadores, etc.**

Hoy es el **día de la depresión en Europa**. La **psiquiatría infantil**, una especialidad reconocida en toda la UE, en España no existe. Para mí este dato es un buen indicador de hasta donde a nuestros gobernantes les importa los problemas psicológicos de nuestra población infantil. Yo soy psiquiatra de niños y adolescentes porque me formé en Francia habiendo llegado a mi jubilación sin que se haya aún reconocido la especialidad en nuestro país.

Hoy tenemos a algunos profesionales sin absolutamente ninguna preparación en psicopatología del desarrollo haciendo en la práctica de psiquiatras infantiles con consecuencias bastante desastrosas: niños no tratados convenientemente, niños sobre-medicados, cuando no lo están incorrectamente.

Siento pena y rabia. Mucho bla, bla, bla y mucha negligencia institucional y, en bastantes ocasiones, profesional.

Impactos: 8