

# EL NIÑO

DEPRIMIDO



INFORMACIÓN PARA PADRES

**A**ndrés tiene 8 años. Hace 6 meses sus padres vienen notando que cuando intenta hacer algo nuevo y al segundo intento no lo logra, se enoja mucho, a veces grita y se da por vencido. Cuando los adultos intentan animarlo a probar de nuevo dice cosas como, "¡nada me sale bien!", "¡soy estúpido!" o "¡no quiero vivir!"

Cuando está con otros niños y alguien lo ofende, se va para su cuarto y no vuelve a jugar. Con frecuencia lloriquea cuando sus padres le dicen que haga las tareas que debe hacer en casa. Luego grita, dice cosas ofensivas especialmente a sus hermanos menores y tira las puertas. Se niega a participar en deportes, incluso caminar más de dos cuadras es motivo para que diga que está muy cansado y hasta llora.

Andrés dormía muy bien, pero en los últimos meses se levanta diciendo que las pesadillas lo despiertan al menos dos veces por semana. Sus notas en la escuela han bajado, la maestra dice que no participa en clase, y que ahora parece muy distraído.



## ¿SE DEPRIMEN LOS NIÑOS Y LOS ADOLESCENTES?

No sólo los adultos se deprimen. Los niños y los adolescentes también pueden sufrir de depresión, una enfermedad tratable.



La depresión se considera una enfermedad cuando sentimientos y síntomas depresivos persisten e interfieren con el funcionamiento del niño o adolescente por cierta cantidad de tiempo.

***Aproximadamente el 5 por ciento de los niños y adolescentes en la población general padecerá en algún momento de depresión.***

Los niños que viven bajo mucha tensión o ansiedad, los que han sufrido alguna pérdida o padecen de algún problema para prestar atención, de aprendizaje, de conducta o de ansiedad, están en mayor riesgo de padecer de depresión. Esta enfermedad también tiende a manifestarse entre miembros de una misma familia.

El comportamiento y los síntomas típicos de la depresión en los niños y adolescentes pueden ser diferentes a los de los adultos con depresión.

## ¿CÓMO PUEDEN SABER LOS PADRES SI SU NIÑO O ADOLESCENTE ESTÁ DEPRIMIDO?

Los psiquiatras de niños y adolescentes recomiendan a los padres que estén atentos a los síntomas de depresión en sus hijos.

Los padres deben buscar ayuda profesional si uno o más de los siguientes síntomas de depresión persiste:

- Tristeza frecuente, lloriqueos, llanto
- Desesperanza
- Aburrimiento persistente o falta de energía
- Pérdida de interés o incapacidad para disfrutar de las actividades que antes eran sus favoritas
- Aislamiento social, poca comunicación
- Baja autoestima y sentimiento de culpabilidad
- Sensibilidad excesiva hacia el rechazo o fracaso irritabilidad, enojo u hostilidad

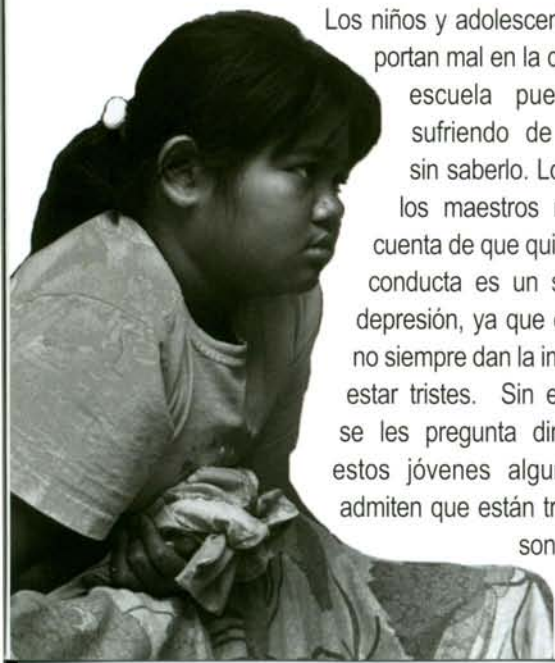




- Dificultad en sus relaciones con los demás
- Quejas frecuentes de enfermedades físicas, tales como dolor de cabeza o de estómago
- Ausencias frecuentes en la escuela o mal rendimiento en los estudios
- Poca capacidad para concentrarse
- Cambios notables en los patrones de alimentación y/o sueño
- Tratar de escaparse de la casa o hablar sobre eso
- Pensamientos o expresiones de conductas suicidas o autodestructivas

Un niño que antes jugaba a menudo con sus amigos, puede comenzar a pasar la mayor parte del tiempo solo y perder el interés por todo. Las cosas que antes encontraba divertidas ya no le causan alegría al niño o adolescente deprimido. Es posible que los niños y adolescentes deprimidos digan que quisieran estar muertos o hablen de suicidio. Los niños y adolescentes deprimidos están en mayor riesgo de suicidarse. Los adolescentes deprimidos pueden abusar del alcohol o de las drogas para tratar de sentirse mejor.

Los niños y adolescentes que se portan mal en la casa o en la escuela pueden estar sufriendo de depresión sin saberlo. Los padres y los maestros no se dan cuenta de que quizás la mala conducta es un síntoma de depresión, ya que estos niños no siempre dan la impresión de estar tristes. Sin embargo, si se les pregunta directamente, estos jóvenes algunas veces admiten que están tristes o que son infelices.



# ¿CUÁLES SON LOS TRATAMIENTOS DISPONIBLES?

El diagnóstico temprano es esencial. Esta es una enfermedad real que requiere ayuda profesional.



Los padres le pueden pedir a su médico que los refiera a un psiquiatra especialista en niños y adolescentes para que diagnostique y trate la depresión.

Un tratamiento integral a menudo incluye terapia individual y de familia y en ciertos

casos también incluye el uso de medicamentos antidepresivos.

Si quiere saber si su niño tiene depresión, por favor consulte con su pediatra, médico de familia o psiquiatra. También puede llamar al **Texas Department of State Health Services** al 1-800-252-8154.

---

*Información adaptada de la Academia Americana de Psiquiatría Infantil y Juvenil (American Academy of Child and Adolescent Psychiatry) 9/98*

**Mental Health America of Texas**  
1210 San Antonio Street, Ste. 200  
Austin, Texas 78701  
[www.mhatexas.org](http://www.mhatexas.org)

[www.InformacionParaPadres.org](http://www.InformacionParaPadres.org)  
[www.ParentingInformation.org](http://www.ParentingInformation.org)

Reproduced in collaboration with Texas Department of State Health Services