



Pioneros **Autor:** Hugo García **Publicado:** 21/09/2017 | 06:53 pm

La depresión es más frecuente de lo que suponemos

Celebran en Matanzas 67 años de la fundación de la Organización Mundial de la Salud.

Se reconoció que el stress es un factor de riesgo y que es importante evitar la automedicación

Publicado: Viernes 07 abril 2017 | 03:04:42 pm.

Publicado por: Hugo García

Matanzas.— Cientos de matanceros asistieron este viernes al Festival Nacional de Integración Comunitaria, en la plazoleta del Goicuría, en ocasión de celebrarse este siete de abril el Día Mundial de la Salud y en recordación del natalicio de Vilma Espín.

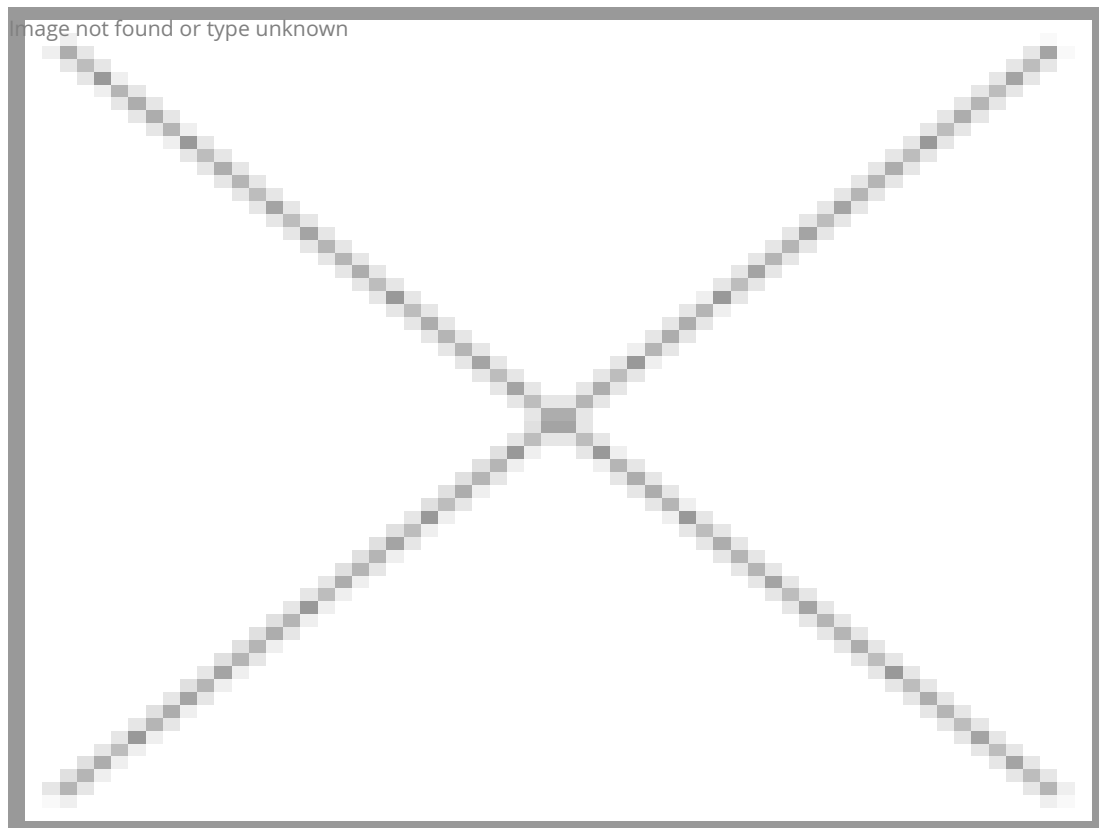


Foto: Hugo García

La doctora Carmen Borrego, Carmen Borrego Calzadilla, Jefa de la Sección de Salud Mental del Departamento del Adulto Mayor, Asistencia Social y Salud Mental del Ministerio de Salud Pública (Minsap), ponderó sobre el autocuidado y empoderamiento por el bienestar: «Debemos reconocer que la depresión es una enfermedad que se presenta en cualquier etapa de la vida, por lo que hay que facilitar el diagnóstico preventivo y la atención oportuna».

Reconoció que el stress es un factor de riesgo y que es importante evitar la automedicación, pues esta nunca es la mejor opción para mejorar o aliviar los síntomas.

«Es más frecuente de lo que suponemos, generalmente se pasa por alto y las personas no reciben atención médica», dijo Borrego, quien añadió que en Cuba las personas con enfermedad depresiva cuentan con una red de servicios como puerta de entrada en el nivel comunitario y su médico y enfermera de la familia, componente esencial que garantiza la atención continuada de la población a lo largo de todo el país.

«Los recursos humanos del sistema de salud se encuentran capacitados para la detección y el manejo de esta enfermedad, para lo cual se dispone de 449 policlínicos, más de 10 000 consultorios, 136 departamentos de salud mental, y una red de servicios hospitalarios, además de un servicio de consejería telefónica (103) que trabaja las 24 horas gratuita y anónimamente».

La doctora Roxana González López, consultora de la OMS-OPS en Cuba, señaló que este siete de abril es el aniversario de la creación en 1948 de la OMS y que cada año se escoge un tema que afecte al mundo o la región: «Este año se le dedica a la depresión, considerado un problema mundial y que trae aparejado, sobretodo en el tema de los adolescentes, las adicciones y los suicidios, por eso lo hemos enfocado a tres públicos: la juventud y adolescentes, los adultos mayores, y otro a la mujer, con énfasis en la

atención a la violencia y mujeres postparto», refirió Roxana.

«La depresión afecta a las personas de todas las edades y condiciones sociales, y provoca angustia mental, afecta la capacidad para llevar las cosas de la vida cotidiana, y en el peor de los casos puede causar el suicidio, que es la segunda causa de muerte en las personas de 15 a 29 años de edad», sostuvo Roxana.

Magalis Chaviano, directora provincial de salud, explicó que el festival da la posibilidad de determinar en los presentes su riesgo vascular, de salud mental y otras acciones de educación para la salud, «precisamente en el cumpleaños de Vilma Espín, precioso ejemplo de mujer cubana, comprometida y luchadora por el bienestar de las familias cubanas y el pueblo».

El doctor Adolfo Valhuerdi, Coordinador de Salud Mental en la Dirección provincial de Salud, significó que este año la campaña llama la atención no solo de la depresión reconocida, sino de «esa depresión larvada en las personas que pueden estar sintiendo cansancio, apatía, olvido, confusión, trastornos con el sueño, en el hábito alimentario con síntomas somáticos o agotamiento, y que buscan ayuda por desconocimiento de los síntomas iniciales o silentes de depresión».

En la jornada se desarrolló el taller científico Abordaje integrado de la depresión, factores de riesgo y protección, en el teatro de la Asociación de Artesanos Artistas de Cuba, que trató la relación que posee con otros males como la violencia y el alcoholismo.

En la Plazoleta de Goicuría, en el Consejo Popular de Versalles, se realizaron evaluaciones de tensión arterial, memoria y otros parámetros, exposición de manualidades venta de artesanías, demostraciones de automasaje, abrazoterapia, estudios del estado mental, y enseñanza de digitopuntura.

Igualmente se contó con la actuación de proyectos comunitarios locales, presentaciones de grupos musicales y la participación de integrantes de círculos de abuelos, así como niños, adolescentes y jóvenes de escuelas primarias, secundarias, preuniversitarios y de ciencias médicas.

<http://www.juventudrebelde.cu/cuba/2017-04-07/la-depresion-es-mas-frecuente-de-lo-que-suponemos>

Juventud Rebelde | Diario de la juventud cubana

Copyright © 2017 Juventud Rebelde