

Recursos

Alianza Nacional para Combatir las
Enfermedades Mentales

[Http://www.nami.org](http://www.nami.org)

Instituto Nacional de Salud Mental

<http://nimh.nih.gov>

Asociación Nacional de Salud Mental

www.nmha.org

Unidad de Acceso

Servicios para Niños, Jóvenes Y Familias

888-743-1478, o 888-743-1481

o 909-381-2420



*Por la promoción
del bienestar,
la recuperación
y la fortaleza*

- ◆ *Aunque los hombres son mas propensos a morir por suicidio, se reporta que las mujeres intentan el suicidio al doble que los hombres*
- ◆ *Un estimado del 15% de personas hospitalizadas por depresión finalmente se quitan la vida.*



Condado de San Bernardino
Departamento de Salud Conductual
Revisado 10/10

Mujeres y La Depresión



**“Hoy es Tiempo
Para el Cambio”**

Condado de San Bernardino
Departamento de Salud Conductual

Depresión en la mujer

Muy contrario a lo que se piensa comúnmente, la depresión clínica no es una “parte normal de ser mujer” ni tampoco es una “debilidad femenina.” Enfermedades depresivas son condiciones medicas muy serias que afectan a mas de 19 millones de adultos de 18 años o mas cada año. Depresión es una enfermedad tratable que ocurre en cualquier mujer, en cualquier tiempo, y por varias razones sin importar la edad, origen étnico o ingreso.

Factores contribuyentes

- ◆ Desarrollo
- ◆ Reproductivo
- ◆ Hormonal
- ◆ Genético
- ◆ Estrés
- ◆ Responsabilidades familiares
- ◆ Funciones o expectativas de la mujer
- ◆ Incremento en el nivel de abuso sexual
- ◆ Pobreza



Aproximadamente una de cada ocho mujeres pueden esperar desarrollar depresión clínica durante su vida.

Actitud de la mujer sobre la Depresión:

- ◆ Mas de la mitad de mujeres creen que es “normal” que una mujer este deprimida durante la menopausia y que tratamiento no es necesario.
- ◆ Mas de la mitad de mujeres creen que la depresión es “una parte normal del envejecimiento”.
- ◆ Mas de la mitad creen que es normal que la mama se sienta deprimida por lo menos dos semanas después de dar a luz.
- ◆ Mas de la mitad de mujeres indicaron denegación como una barrera al tratamiento mientras el 41% de las mujeres indicaron vergüenza como barrera al tratamiento.
- ◆ En general, mas de la mitad de mujeres indicaron que ellas saben mas de la depresión que los hombres.

Diferencias en genero

- ◆ Mujeres experimentan con depresión casi al doble que los hombres.
- ◆ Jovencitas de 14-18 años de edad consistentemente tienen un riesgo mas alto a la depresión que los barones en este grupo.

Enfermedades Co-ocurrentes

Estudios demuestran una fuerte relación entre los desordenes alimenticios (anorexia y bulimia) y la depresión en la mujer. Aproximadamente el 90-95% de los casos de anorexia ocurren en mujeres jóvenes. También, una de cada tres personas con depresión sufren de algún tipo de abuso o dependencia a sustancias.

Tratamiento

- ◆ La depresión en la mujer es diagnosticada incorrectamente mas o menos de 30 al 50% de las veces.
- ◆ Menos de la mitad de las mujeres que tienen depresión clínica nunca buscan ayuda.

Afortunadamente, la depresión clínica es una enfermedad muy tratable. Mas del 80% de las personas con depresión pueden ser tratadas exitosamente con medicamentos, psicoterapia o una combinación de los dos.

