



## LA DEPRESIÓN EN LOS ADULTOS MAYORES

Al contrario de lo que se cree popularmente, la depresión no es parte normal del envejecimiento. Lamentablemente, a veces no se detectan los síntomas de depresión en los adultos mayores, por lo que no son tratados. La depresión afecta a más de 6.5 millones de los 35 millones de estadounidenses mayores de 65 años. La mayoría de las personas de mayor edad que tienen depresión han estado viviendo con ella buena parte de sus vidas. Para otros, la depresión aparece por primera vez al final de la vida, incluso después de los ochenta y los noventa. La depresión de los adultos mayores se relaciona intensamente con la dependencia y la discapacidad, además de causar sufrimiento innecesario para el individuo y su familia.

Los síntomas entre las personas de mayor edad podrían ser ligeramente distintos de aquellos de los de otras poblaciones. La depresión en las personas de mayor edad con frecuencia se caracteriza por problemas de memoria, confusión, aislamiento social, pérdida del apetito, incapacidad para dormir y, en algunos casos, alucinaciones y delirio. Cuando acuden al médico, generalmente describen síntomas físicos, pues con frecuencia se muestran reacios a hablar sobre sensaciones de desesperanza, tristeza, pérdida del interés en las actividades que le causan placer o pena extremadamente prolongada después de una pérdida. Algunas pistas generales de que alguien podría estar sufriendo de depresión en esos casos son quejas persistentes y vagas, y buscar ayuda, junto con llamadas frecuentes y un comportamiento exigente.

Es natural sentir pena cuando tienen lugar cambios importantes en la vida como los que experimentan muchas personas de edad avanzada, como salir de una casa en la que vivieron muchos años o perder a un ser querido. La tristeza y la pena son perfectamente normales y temporales. Son reacciones a las pérdidas inevitables y las dificultades de la vida. A diferencia de la tristeza normal, sin embargo, la depresión clínica no desaparece por sí misma y dura varios meses. Necesita tratamiento profesional. Cualquier caso de depresión no resuelto puede afectar el sistema inmunitario, lo que hace que el paciente sea más susceptible a otras enfermedades. Esta complicación se halla con frecuencia en los individuos de mayor edad.

Aunque no existe una respuesta única y definitiva a la cuestión de la causa, muchos factores, como los psicológicos, los biológicos, los ambientales y los genéticos probablemente contribuyen al desarrollo de la depresión. Para algunas personas de mayor edad, sobre todo los que han tenido antecedentes de depresión toda la vida, el desarrollo de una enfermedad incapacitante, la pérdida de la pareja o de un amigo, la jubilación, salir del hogar familiar u otro evento estresante podrían suscitar la aparición de un episodio depresivo. También debería tenerse en cuenta que la depresión podría ser un efecto secundario de algunos medicamentos recetados comúnmente a los adultos mayores, como los antihipertensivos.

una producción de



parte de



asociado nacional de extensión



Compañero comunitario



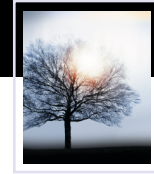
financiación principal de



Televidentes de Public Television

financiación adicional de

THE RITTER FOUNDATION INC.  
MENTAL INSIGHT FOUNDATION



## LA DEPRESIÓN EN LOS ADULTOS MAYORES

Las mujeres de mayor edad están en mayor riesgo porque las mujeres tienen el doble de probabilidades que los hombres de tener depresión grave. Los factores biológicos, como los cambios hormonales, podrían hacer más vulnerables a estas mujeres. El estrés de mantener las relaciones, de cuidar de un ser querido enfermo y los hijos resultan más sobrecogedores para las mujeres, lo que podría contribuir a mayores índices de depresión. Las personas solteras y viudas, así como las que no tienen una red de apoyo social, también tienen índices más altos de depresión.

Se sabe que las afecciones como el ataque cardíaco, el accidente cerebrovascular, la fractura de cadera o la degeneración macular, así como procedimientos como la cirugía de derivación cardíaca, se relacionan con el desarrollo de la depresión. En general, se puede sospechar depresión si la recuperación se retrasa, si se rechazan tratamientos o si se encuentran problemas con el alta hospitalaria.

Si usted tiene preocupaciones sobre un miembro de la familia o amigo, ínstelos a hablar con un médico. El tratamiento con medicamentos y/o psicoterapia ayudará al paciente a retornar a una vida más feliz y más satisfactoria. La psicoterapia también es útil en los pacientes mayores que no pueden o no quieren tomar medicamentos. Los estudios de eficacia señalan que la depresión al final de la vida se puede tratar con psicoterapia. Es importante diagnosticar y tratar la depresión porque la cuarta parte de todos los suicidios se producen entre personas de mayor edad. Del mismo modo, los mayores índices de suicidio en los EE. UU. se producen entre los hombres mayores de 85.

una producción de



parte de



asociado nacional de extensión



Compañero comunitario



financiación principal de



Televidentes de Public Television

financiación adicional de

THE RITTER FOUNDATION INC.  
MENTAL INSIGHT FOUNDATION