

# Una epidemia de tristeza

Por **Florencia Bernadou**  
Para LA NACION

**Según especialistas de la UBA, puede surgir en la adolescencia en forma de inhibiciones** Aunque ciertos comportamientos muy gruesos de los padres pueden explicar casi en un 100% la conducta de sus hijos, en general la depresión reconoce diversos orígenes simultáneos, explica el doctor Ricardo Rodulfo, profesor de las cátedras de Clínica de Niños y Adolescentes, y Patología Infanto Juvenil de la Facultad de Psicología de la UBA. Por eso, si bien en muchas de las familias investigadas encontramos elevadas autoexigencias, no todos sus miembros son depresivos. Además de cierta predisposición hereditaria muy considerada en la actualidad, en la etiogenia de la depresión "los primeros meses son fundamentales, el no separarse de la mamá precozmente, el vínculo del amamantamiento, todo lo que haga a una buena crianza es preventivo de la depresión", explica el doctor Ricardo Pallia, del Hospital Italiano, que encontró una relación directa entre la depresión infantil y la ruptura precoz de lazos vinculares, el abandono, el abuso y los duelos tempranos. Aunque en nuestro país (y debido a la dificultad para deslindar el diagnóstico de depresión de otros con los que aparece habitualmente) no hay cifras que lo confirmen, se sabe que en los Estados Unidos el porcentaje de niños y púberes que experimentan estados depresivos se ha duplicado en los últimos diez años. Los especialistas vinculan este aumento con la modificación de la dinámica familiar tradicional y al escaso tiempo que los niños pasan con sus padres. Al respecto, el doctor Rodulfo opina que "un bebe o un niño pequeño no son razonables: aunque la mamá los quiera mucho, si no está con ellos durante largos períodos, (incluso porque esté enferma) sienten esa desatención como un rechazo" y es factible que desarrollen una depresión.

Si la depresión no es tratada a tiempo, puede dar lugar a otras patologías. Según datos de la Asociación Americana de Pediatría, aquellos individuos que padecen estados depresivos en las primeras etapas de su vida tienen hasta cuatro veces más riesgo de tener problemas de alcoholismo o drogadicción después de los veinte años. "Muchos adictos, amplía Rodulfo, fueron niños cuya depresión no fue detectada ni tratada y que utilizan las drogas para escapar de su vacío interior." Tal vez por eso el doctor Ricardo Pallia aboga por "una campaña de prevención nacional de la depresión infantil" a la que considera "una epidemia" que permanece oculta en la infancia para eclosionar en la adolescencia en la forma de inhibiciones laborales e intelectuales, conductas adictivas, sexualidad precoz y promiscua, y suicidios. Cuanto más precozmente se trate, asegura Pallia, "más probable es el éxito y más rápida la reversibilidad".

En cuanto al tratamiento, en algunos casos es individual y en otros familiar, y "si la configuración familiar es favorable ¿alienta Rodulfo?, la respuesta de los chicos es rápida." De acuerdo con la edad y las habilidades de los pacientitos, el terapeuta hará hincapié en el relato hablado (sueños, fantasías, sentimientos, etcétera), mientras que en otros casos le será más útil recurrir al juego o a los dibujos de los niños. "En algunos casos especiales, afirma Pallia, se indican drogas como la fluoxetina o el Prozac,

ya empleados en dosis pediátricas en los Estados Unidos, en forma muy selectiva. Afortunadamente, no todos los casos revisten la misma gravedad. "No es sólo en los consultorios donde la gente se cura, ironiza Rodolfo. El desarrollo de actividades creativas, cambios en la actitud de los padres, los buenos encuentros, pueden hacer que la cuestión no pase a mayores."

Para la licenciada Mónica Diner, de la UBA, también es posible emplear estrategias para mejorar la autoestima infantil, desde el hogar o la escuela, "siempre y cuando los chicos no estén muy afectados". Algunas de ellas son: 1) ayudarlo a que se trate a sí mismo en forma más benigna, para lo cual la especialista recomienda "tener mucho cuidado con los rótulos de torpe, de desafinado, etcétera, porque ciertas palabras pueden marcar a alguien de por vida"; 2) tratar de mejorar un área problemática, esa en la que no le va bien o ayudarlo a que realice ese ideal que no puede alcanzar y 3) ayudarlo a modificar los ideales que estén fuera de sus posibilidades.