

EDITORIAL

El Dossier de este número está dedicado a uno de los problemas emocionales más frecuentes en la actualidad: la Depresión. "Estar deprimido" es una expresión cotidiana y frecuente en nuestros días que hace referencia a sentirse triste, una emoción habitual y adaptativa.

Las emociones en los seres vivos facilitan las funciones de adaptación al medio y por lo tanto la supervivencia de la especie. Las tres emociones básicas en los seres humanos son: ansiedad, ira y depresión. La ira y la ansiedad son emociones que nos ayudan a reaccionar ante una agresión o situación de peligro. La función adaptativa de la depresión no parece estar tan clara, aunque todo apunta a que es una emoción que nos ayuda a la conservación de energía para hacer frente a las situaciones de pérdida. Cuando esta emoción aparece de una forma duradera y frecuente causando un gran malestar en la vida de las personas que la sufren se convierte en un trastorno que se caracteriza por la aparición de cambios importantes: ganas de llorar, cansancio, problemas de sueño, pérdida de apetito, disminución del deseo sexual, sentimientos de inutilidad y reducción de la actividad del sujeto.

La depresión se ha convertido en uno de los problemas psicológicos por los que las personas demandan mas ayuda profesional, tanto de médicos como de psicólogos. La prevalencia de la depresión es del 6% para las mujeres y el 3% para los hombres. Los índices de mortalidad son muy elevados, ya que la depresión es la principal causa de muerte por suicidio y el riesgo de éste es 30 veces mayor en los depresivos que en la población general. La depresión tiene una gran repercusión en la economía, tanto por los costes sanitarios, como por los costes derivados del absentismo laboral. De todo esto se deriva la gran importancia del estudio e investigación de este trastorno.

Actualmente contamos con tratamientos eficaces para combatir la depresión, tanto psicológicos como farmacológicos, pero aún quedan muchas cuestiones por resolver, como la recurrencia de la depresión, la prevención de recaídas, personas que no responden a los tratamientos, así como la mejora de los tratamientos actuales mediante la reducción de la duración de éstos y el aumento de las mejorías.

En este número contamos con trabajos muy interesante de diferentes profesionales de la psicología con amplia experiencia en el tratamiento y estudio de la Depresión.

Los dos primeros artículos que abren este número tratan de la depresión en la población infantil y juvenil. Contamos con un artículo de Xavier Méndez y José Espada de la Facultad de Psicología de Murcia, que desde su amplia experiencia en el estudio y tratamiento de los problemas psicológicos en niños y jóvenes, presentan un trabajo sobre el tratamiento psicosocial de la depresión en esta población. A continuación Victoria del Barrio de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Educación a Distancia, analiza los logros obtenidos en la investigación sobre la depresión infantil y juvenil en los últimos cinco años.

El siguiente artículo de este dossier es de los psicólogos Juan Sevillá y Carmen Pastor, que proponen un protocolo Cognitivo-Conductual de tratamiento para el trastorno bipolar basado en la literatura existente y en su amplia experiencia clínica.

El cuarto trabajo es de los psicólogos Miguel Perelló y Consuelo Martínez y de la Licenciada en Psicología Noelia Llorens, éste recoge diferentes estudios sobre la eficacia y efectividad de los tratamientos psicológicos validados empíricamente para la depresión.

El siguiente artículo es un trabajo de Antonio Capafons y Sonia Cabañas de la Facultad de Psicología de Valencia y de Agustín Bayot de La Universidad de Castilla-La Mancha y la psicóloga Ana Alarcón. Presentan la hipnosis como técnica complementaria y adjunta al tratamiento Cognitivo-Conductual de la depresión.

El sexto artículo es de las psicólogas Esperanza López, Inmaculada Ros y Esperanza de Ruedo y trata de un acercamiento teórico y práctico de la depresión desde el enfoque Sistémico-Relacional.

El artículo que cierra este número es de la psicóloga Maite Descalzo, que desde la Gestalt hace un acercamiento a la depresión entendiéndola como un derrumbamiento de la imagen construida por la persona.

Miguel J. Perelló