

Causas, diagnóstico y síntomas de la depresión juvenil en el entorno académico-escolar

Santiago Andrés Vintimilla-Pesántez; Juan Cárdenas Tapia;
Angel Torres-Toukoumidis; Fernando Pesántez Avilés

Junio 8, 2023

Abstract – El siguiente working paper se enfoca en analizar los síntomas y las causas más comunes de la depresión juvenil dentro del entorno académico escolar. Respecto a los síntomas más comunes se encuentran los cambios de apetito y sueño, fatiga, dificultad para concentrarse, problemas de comportamiento, entre otros, siendo clínicamente diagnosticadas mediante instrumentos estandarizados como la Escala de Hamilton, la Escala de Kovacs y la Escala de Beck. De allí que las causas valoradas en este estudio se encuentra la presión académica, acoso escolar y cultura escolar, las cuales repercuten directamente en la sintomatología generada y en el tratamiento de dicha patología.

Palabras Clave – *Depresión juvenil, causas, síntomas, diagnóstico, entorno académico.*

Introducción

La depresión juvenil es un trastorno del estado de ánimo que se caracteriza por la presencia de síntomas afectivos, cognitivos, somáticos y comportamentales. Los síntomas afectivos incluyen estados de ánimo persistentemente tristes, apáticos o vacíos, mientras que los síntomas cognitivos incluyen alteraciones en la cognición intrínseca, como dificultades para concentrarse y tomar decisiones. Los síntomas somáticos pueden manifestarse como alteraciones del sueño, apetito, fatiga, baja energía y dolores en el cuerpo, mientras que los síntomas comportamentales pueden incluir cambios en los patrones de actividad o irritabilidad. El diagnóstico de la depresión juvenil se basa en la presencia de al menos cinco de estos síntomas durante un mínimo de dos semanas, según los criterios del Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM). Además, se deben descartar otras afecciones médicas o psiquiátricas que puedan estar causando los síntomas depresivos.

Síntomas comunes de la depresión juvenil

Según el Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH), algunos de los síntomas de la depresión juvenil incluyen cambios en el estado de ánimo, como tristeza persistente, irritabilidad, desesperanza y falta de interés en actividades antes disfrutadas. Además, pueden presentar cambios físicos como pérdida o aumento de peso sin causa aparente, cambios en el apetito, falta de energía y dificultad para dormir. También pueden presentar

dificultades en el rendimiento escolar, problemas de comportamiento, abuso de sustancias y pensamientos de muerte o suicidio. (Instituto Nacional de Salud Mental, 2021).

Otro síntoma común de la depresión juvenil es la ansiedad. Los jóvenes con depresión pueden sentirse ansiosos y preocupados de manera constante, incluso por cosas insignificantes. También pueden presentar síntomas físicos como dolores de cabeza, dolor de estómago y mareos. Estos síntomas pueden ser difíciles de identificar como signos de depresión, pero es importante tenerlos en cuenta en el diagnóstico. (American Psychological Association, 2017).

Además, los jóvenes con depresión pueden presentar comportamientos de riesgo como el consumo de drogas o alcohol, el aislamiento social, la falta de higiene personal y el comportamiento temerario. Es importante que los padres y los educadores estén atentos a estos signos y busquen ayuda profesional si se presentan estos comportamientos. (American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2019).

¿Cómo se diagnostica la depresión juvenil?

El diagnóstico de la depresión juvenil se realiza a través de una evaluación clínica y psicológica. El primer paso para el diagnóstico es la identificación de los síntomas de la depresión, siendo los más comunes tristeza persistente, pérdida de interés en las actividades que antes disfrutaban, cambios en el apetito y el sueño, fatiga, dificultad para concentrarse y pensamientos recurrentes de muerte o suicidio.

Una vez identificados los síntomas, se puede utilizar uno o varios instrumentos de evaluación para confirmar el diagnóstico. Los instrumentos más utilizados son la Escala de Depresión del Centro de Estudios Epidemiológicos (CES-D), el Inventario de Depresión de Beck (BDI), la Escala de Evaluación de Depresión de Hamilton (HAM-D) y el Cuestionario de Salud del Paciente (PHQ-9). Estos instrumentos se utilizan para valorar la gravedad de la depresión y para hacer un seguimiento del progreso del tratamiento.

¿COMO EL AMBIENTE EDUCATIVO PUEDE CONTRIBUIR A LA DEPRESIÓN JUVENIL?

Factores del ambiente educativo que contribuyen a la depresión juvenil

El ambiente educativo se refiere a todos los aspectos del entorno escolar, incluyendo la estructura física, las relaciones entre los estudiantes y el personal, la presión académica y la cultura escolar en general. Aunque cada ambiente educativo es único, se han identificado varios factores comunes que pueden contribuir a la depresión juvenil.

Presión académica

La presión académica es uno de los factores más comunes que contribuyen a la depresión juvenil en el ambiente educativo. Los estudiantes pueden sentirse abrumados por la cantidad de trabajo escolar que tienen que completar, la competencia entre ellos y la necesidad de obtener buenas calificaciones para ser aceptados. La presión también puede venir de los padres y los profesores que esperan que los estudiantes tengan éxito académico (Van Ryzin, Gravely & Roseth. 2009).

La presión académica aumenta el estrés y la ansiedad en los estudiantes, lo que afecta su estado de ánimo y su bienestar emocional. Además, esta presión puede hacer que los estudiantes se sientan inadecuados o incapaces de cumplir con las expectativas de sus padres y profesores, lo que aumenta la probabilidad de que desarrollen sentimientos de depresión (Roeser, Midgley. 1996).

Acoso escolar

El acoso escolar es otro factor del ambiente educativo que puede generar depresión en los jóvenes. El acoso escolar es una forma de intimidación que se presenta de muchas maneras, ya sea verbal, físico o psicológico. Los estudiantes que son víctimas de acoso escolar pueden sentirse aislados, avergonzados y humillados, generando que su autoestima y su bienestar emocional se vean afectados (Kaltiala-Heino, Fröjd & Marttunen. 2016).

Cultura escolar

La cultura escolar también puede ser un factor importante que contribuye a la depresión juvenil. Existen instituciones educativas que fomentan la competencia y el individualismo en lugar de la colaboración y el apoyo mutuo. Los estudiantes pueden sentirse presionados para ser perfectos en lugar de ser ellos mismos, lo que puede afectar su autoestima y su bienestar emocional. Además, los estudiantes pueden sentir que su valor se basa únicamente en su rendimiento académico o en su éxito deportivo, lo que puede aumentar su estrés y ansiedad. (Kuperminc, Darnell & Alvarez-Jimenez. 2008).

Impacto de la depresión juvenil en el rendimiento académico

Varios estudios han demostrado que la depresión juvenil puede tener un impacto negativo en el rendimiento académico. Un estudio realizado por Reinherz y colaboradores (Reinherz et al. 1995) encontró que los jóvenes con depresión tenían un rendimiento académico significativamente más bajo que los jóvenes que no la padecían. Otro estudio elaborado por Fergusson y Woodward (Fergusson & Woodward. 2002) determinó que la depresión juvenil estaba asociada con una disminución en la probabilidad de completar la educación secundaria y la educación postsecundaria.

La depresión juvenil afecta la motivación y el comportamiento en el aula. Para Kearney y Graczyk (Kearney & Graczyk. 2014) de acuerdo con los resultados obtenidos de la investigación los jóvenes con depresión tenían una mayor probabilidad de absentismo escolar y una menor motivación académica. Otro estudio realizado por Maciejewski y colaboradores (Maciejewski, Cappadocia & Fombonne. 2020) estableció que la depresión juvenil estaba asociada con una mayor probabilidad de conductas disruptivas y problemas de disciplina en el aula.

Conclusiones

La depresión juvenil es un trastorno que suele manifestar síntomas como tristeza continua, ausencia de placer en actividades que antes le generaban alegría, apatía, alteración en la cognición, entre otros cambios. Para la detección de ésta, se utiliza varias escalas, que son instrumentos de evaluación estandarizados que sirven para valorar los síntomas de la depresión en adolescentes y jóvenes, tales como la Escala de Hamilton, la Escala de Kovacs y la Escala de Beck. El impacto de la depresión juvenil se produce por

interacción de factores como la presión académica, el acoso escolar, que generan una influencia en el rendimiento, la motivación y la reducción de la probabilidad de cumplir la educación secundaria o superior. Por lo que la detección temprana de la sintomatología es fundamental para determinar el tratamiento de esta patología.

Referencias

1. American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. (2019). Depression in Children and Teens. Recuperado de https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Depression-In-Children-And-Teens-001.aspx
2. American Psychiatric Association, DSM-5 Task Force. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™* (5th ed.). American Psychiatric Publishing, Inc... <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
3. American Psychological Association. (2017). Depressive Disorders. Recuperado de <https://www.apa.org/topics/depressive-disorders>
4. Fergusson, D. M., & Woodward, L. J. (2002). Mental health, educational, and social role outcomes of adolescents with depression. *Archives of General Psychiatry*, 59(3), 225-231.
5. Instituto Nacional de Salud Mental. (2021). Depresión en niños y adolescentes. Recuperado de <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml>
6. Kaltiala-Heino, R., Fröjd, S., & Marttunen, M. (2016). Involvement in bullying and depression in a 2-year follow-up in middle adolescence. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25(11), 1185-1193.
7. Kearney, C. A., & Graczyk, P. A. (2014). A response to intervention model to promote school attendance and decrease anxiety and depression symptoms. *School Psychology Quarterly*, 29(3), 284-301.
8. Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593–602. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
9. Kuperminc, G. P., Darnell, A. J., & Alvarez-Jimenez, A. (2008). Parent involvement in the academic adjustment of Latino middle and high school youth: Teacher expectations and school belonging as mediators. *Journal of Adolescence*, 31(4), 469-484.
10. Maciejewski, D., Cappadocia, M. C., & Fombonne, E. (2020). Comorbid depression and conduct disorder in youth: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 266, 657-666
11. Organización Mundial de la Salud. (2021). Depresión. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

12. Reinherz, H. Z., Giaconia, R. M., Hauf, A. C., Wasserman, M. S., & Silverman, A. B. (1995). Major depression in the transition to adulthood: Risks and impairments. *Journal of Abnormal Psychology, 104*(3), 444-453.
13. Roeser, R. W., Midgley, C., & Urdan, T. C. (1996). Perceptions of the school psychological environment and early adolescents' psychological and behavioral functioning in school: The mediating role of goals and belonging. *Journal of Educational Psychology, 88*(3), 408-422.
14. Van Ryzin, M. J., Gravely, A. A., & Roseth, C. J. (2009). Autonomy, belongingness, and engagement in school as contributors to adolescent psychological well-being. *Journal of Youth and Adolescence, 38*(1), 1-12.
15. Zung, W. W. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry, 12*(1), 63-70.