

Depresión del adulto en plenitud

Dr. Quetzalcóatl Hernández Cervantes

Escuela de Enfermería y Salud Pública UMSNH

¿Depresión?

Depresión en el adulto mayor

Señales

- Tristeza
- Desinterés
- Culpa
- Baja auto estima
- Alteraciones en el sueño y alimentación
- Poca energía
- Concentración disminuida



Situaciones de riesgo

- Aislamiento
- Sentido de utilidad
- Problemas de salud
- Medicamentos
- Miedos y temores
- **Duelo**



¿Duelo?

Un proceso natural y sano que responde a la pérdida



¿Cuánto tiempo?

¿Hago cosas?



Mortalidad *

Hombres (tasa)

1. Infarto (812)
2. Diabetes mellitus (716)
3. **Derrame cerebral** (382)
4. EPOC (376)
5. Cirrosis (248)
6. E hipertensivas (175)
7. I respiratorias (174)
8. **Tumor próstata** (170)

Mujeres (tasa)

1. Infarto (638)
2. **Derrame cerebral** (381)
3. EPOC (240)
4. E hipertensivas (215)
5. I respiratorias (145)
6. **Desnutrición** (114)
7. Cirrosis (110)
8. Nefritis y nefrosis (99)

¿Depresión sin tristeza?

Dolores o achaques exacerbados

Desesperanza e inutilidad

Problemas de memoria

Enlentecimiento

Olvidar medicamentos

Mala higiene personal

Irritabilidad



¿Depresión o demencia?

Depresión

1. Declive mental relativamente rápido
2. Orientado en tiempo y espacio
3. Dificultad para concentrarse
4. Lenguaje y movimientos lentos pero normales
5. Se da cuenta de los problemas de memoria

Demencia

1. Declive mental ocurre lentamente
2. Confundido y desorientado
3. Dificultad con la memoria a corto plazo
4. Lenguaje incoherente y movimientos erráticos
5. No se da cuenta de los problemas de memoria

El papel de la enfermería y salud pública

Depresión en el adulto mayor



El diagnóstico

Desbalance hormonal

Problemas de tiroides

Deficiencia de vitamina B12 y otras
deficiencias nutrimentales

Deshidratación o desbalance
electrolítico



La medicación

Esteroides y hormonas

Quimioterapia

Medicamentos para la artritis

Medicamento para la hipertensión

Analgésicos o tranquilizantes



La comorbilidad

Diabetes

Cáncer

Infarto o embolia

Parkinson o Alzheimer

Esclerosis múltiple

¿Cómo ayudar?

Depresión en el adulto mayor

La intervención familiar

- ✓ Paciencia
- ✓ Empatía
- ✓ Socialización regular
- ✓ Alimentación
- ✓ Ser realista



La auto ayuda



Salir

Pasatiempo

Voluntariado

Cuidar una mascota

Aprender algo nuevo

Hacer ejercicio

El humor y las anécdotas

La intervención profesional

- ✓ Diagnóstico oportuno
- ✓ Medicación adecuada
- ✓ Adherencia al Tx
- ✓ **Riesgo suicida**



Depresión, eutanasia y suicidio



La madurez es
aquella edad en
que uno ya no se
deja engañar por sí
mismo.

Ralph W. Emerson
(1803-1882)

