

FACTORES RELACIONADOS A LA DEPRESIÓN DURANTE LA ADOLESCENCIA: UNA REVISIÓN INTEGRATIVA

Janis Ahumada Estay, Constanza Arancibia Pizarro, Daniela Aravena Cerdá, Nicole Delaunoy Tardone, Ignacio Muñoz Huerta, Camila Pacheco Flores. Docente tutora: Angélica Mosquera Díaz

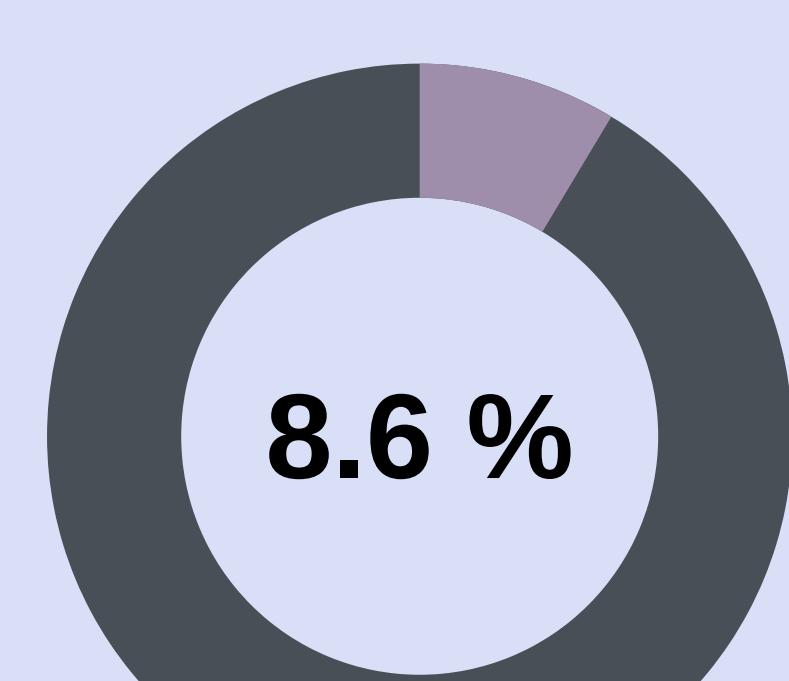
INTRODUCCIÓN

La depresión es uno de los problemas de salud mental más comunes en la adolescencia, manifestada como un **descenso de humor** que desencadena **sentimientos de tristeza y pérdida de interés en las actividades cotidianas**. Esta situación afecta en gran medida a este grupo etario al ser un **periodo sensible**, con grandes cambios físicos, emocionales y sociales.

Se calcula que el año 2020 el **13% de la población adolescente** presentaba un **problema de salud mental diagnosticado**. La OMS estima que un **1,1%** de los adolescentes de **10 a 14 años** y el **2,8%** de los de **15 a 19 años** padecen depresión.



A través de la **promoción de la salud** el **profesional enfermera (o)** puede intervenir en la **prevención de la depresión** en los adolescentes con el **aumento y fomento de los factores protectores** para promover un estilo de vida saludable, e **identificar tempranamente los factores de riesgo** para modificarlos o neutralizarlos, **anticipándose a futuros problemas de salud mental**.



Adolescentes chilenos que padecen depresión (2014)

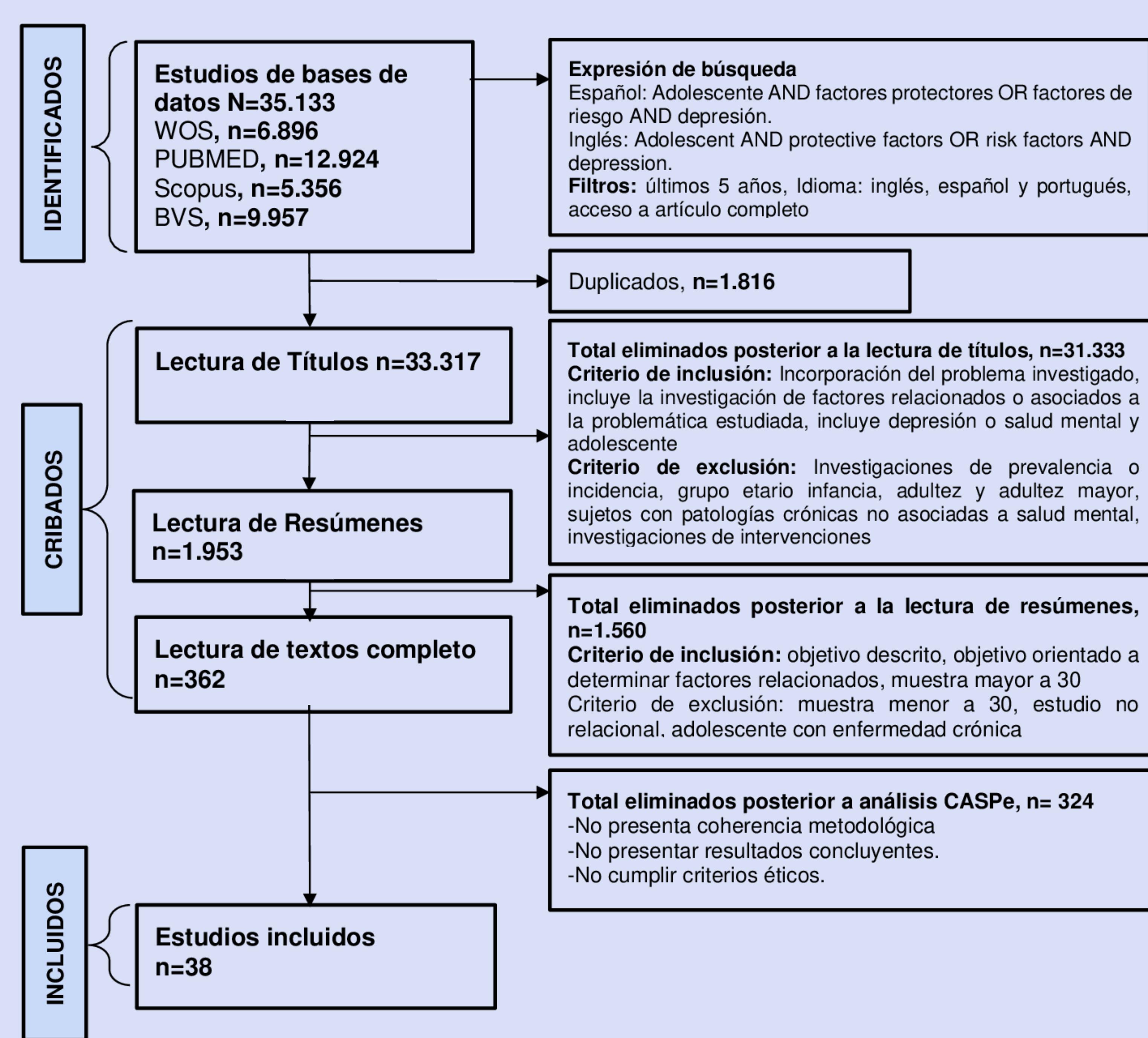
OBJETIVO

Identificar los factores de riesgo y protectores asociados a la depresión en adolescentes que puedan ser aportados por la evidencia.

RESULTADOS

Dimensión	Factor de Riesgo	Factor Protector
Biológico	Genero Mayor Edad Mayor IMC Problema de Salud	
Psicológico	Afecto Negativo: hostil Pensamientos negativos Insatisfacción con imagen corporal Estrés Alexitimia	Afecto positivo: atento Calidad de vida Autorregulación Autoestima Satisfacción con imagen corporal
Social (Hábitos)	Actividad física excesiva Sedentarismo Consumo de sustancias nocivas Adicción a pantallas: Estilo de vida que necesita mejorar Inicio temprano de actividad sexual (mujeres) - inicio tardío de actividad sexual (varones)	Actividad física Participación comunitaria Duración del sueño Mejor rendimiento académico
Social (Contexto Familiar)	Experiencias negativas en la familia Relación negativa en la familia Familia monoparental/padres separados Nivel socioeconómico bajo	Funcionalidad familiar Nivel socioeconómico alto
Social (Entorno)	Apoyo social Bullying Exposición a la violencia psicológica y física Pertenecer a escuela urbana Eventos negativos de la vida	Implicación escolar Vegetación en vecindario Mayor alfabetización en salud

METODOLOGÍA



DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los hallazgos del rescate bibliográfico muestran la existencia de factores relacionados a la depresión en adolescentes. En la mayoría de los factores se observa concordancia en los resultados entre las distintas investigaciones. Algunos **ejemplos** consideran:

En la **dimensión biológica** todos los factores actúan como un riesgo

- Género:
 - Femenino:** implicancias en el estado anímico, mayor susceptibilidad, percibiendo de una manera más intensa
 - Masculino:** asociado a circunstancias y cofactores de otras dimensiones

En la **dimensión psicológica**, su presencia o ausencia determina su acción como factor de riesgo o protector

- Satisfacción o insatisfacción con la imagen corporal
 - Aumento o disminución de autoestima
 - Modifican afectos o sentimientos negativos

Situación similar en la **dimensión social**:

- Actividad física
 - Liberación de endorfinas, acelera circulación sanguínea, relaja músculos y tranquiliza la mente
 - Aumenta autoestima, función cognitiva y psicológica
 - Disminuye la angustia, aumentando la interacción social y el apoyo
- Apoyo emocional de los padres
 - Reduce estrés por situaciones vivenciadas en la adolescencia
- Bullying
 - Baja autoestima, ansiedad social y sentimientos de inferioridad.

Estos factores pueden ser **intervenidos por el profesional enfermero** durante la adolescencia, por lo que resulta fundamental su **conocimiento para actuar tempranamente en los factores de riesgo y promover aquellos protectores**.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Malinauskienė V, Malinauskas R. Predictors of adolescent depressive symptoms. International. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(9). Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph18094508>. 2. Dhamayanti, M., Noviandhari, A., Masdiani, N. et al. The association of depression with child abuse among Indonesian adolescents. BMC Pediatr. 2020; 20 (313). Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12887-020-02218-3>. 3. Pimentel F de O, Cristina CPDM, Dapiava Patias N. Víctimas de bullying, síntomas depresivos, ansiedad, estrés e ideación suicida en adolescentes. Acta Colomb Psicol [Internet]. 2020; 23(2):205-40. Disponible en: <https://doi.org/10.14718/acp.2020.23.2.9.4>. 4. Conklin A, Yao C, Richardson C. Chronic sleep deprivation and gender-specific risk of depression in adolescents: a prospective population-based study. BMC public health [Internet]. 2018; 18(1). Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6566-6>. 5. Adimora DE, Onwu AO. Socio-demographic factors of early sexual debut and depression among adolescents. Afr Health Sci. 2019;19(3):2634-44 Disponible en: <https://doi.org/10.4314/ahs.v19i3.9>. 6. Sun Q, Zhan XZ. Association of Physical Activity, Screen Time and Sleep with Depressive Symptoms in Adolescents. Int J Ment Health Promot. 2022;23(1): 75-86. Disponible en: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0100914> 7. Gu JF. Physical Activity and Depression in Adolescents: Evidence from China Family Panel Studies. The Interrelated Roles of Self-Esteem and Interpersonal Stressors. Frontiers in Psychology. 2019;10:6. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00565>. 9. Zhu X, Haeghebaert JA, Liu H, Yu F. Academic Stress, Physical Activity, Sleep, and Mental Health among Chinese Adolescents. Int J Environ Res Public Health [internet]. 2021;18(14). Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph18147257>.
10. Blote AW, Westenberg PM. The temporal association between emotional clarity and depression symptoms in adolescents. J Adolesc [internet]. 2019;71:110-8. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.01.005>. 11. Soares Filho LC, Batista RFL, Cardoso VC, Simões VMF, Santos AM, Coelho S, et al. Body image dissatisfaction and symptoms of depression disorder in adolescents. Braz J Med Biol [internet]. 2021;54(1). Disponible en: <https://doi.org/10.1590/0141-431X202010397>. 12. Pisarska A, Ostaszewski K, Bobrowski K, Risk and protector factors associated with internalizing problems in late adolescence. Postepy Psychiatr Neurol [internet]. 2018; 27(4):261-80. Disponible en: <https://doi.org/10.5114/nn.2018.80880>.
13. Koenig LR, Blum RW, Sherrington D, Green J, Li MM, Tabana H, et al. Unequal Gender Norms Are Related to Symptoms of Depression Among Young Adolescents: A Cross-Sectional, Cross-Cultural Study. J Adolesc Health [internet]. 2021;69(1):S47-S55. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.01.023>. 14. Haddad C, Malae D, Sacre H, Khalif JB, Khansa W, Al Hajri R, et al. Association of problematic internet use with depression, impulsivity, anger, aggression, and social anxiety: Results of a national study among Lebanese adolescents. Pediatric Investigation. 2021;5(4):255-64. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/ped4.12299>. 15. Eddolls W, McNarry M, Lester L, Winn C, Stratton G, Mackintosh K. The association between physical activity, fitness and body mass index on mental well-being and quality of life in adolescents. Qual Life Res [internet]. 2018; 27(9): 2313-20. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11336-018-1915-3>.