

Estrategias de solución de síntomas de depresión en niños y adolescentes

Solution strategies for depressive symptoms in children and adolescents

Liliana R. Carlos-Gutiérrez,^{1*} Andrés A. Evangelista-Carlos,² Carmen A. Salazar-Deza³ y Melecio B. Carlos-Reyes⁴

¹Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Medicina Humana, Universidad Privada "San Juan Bautista" Filial Chorrillos, Lima; ²Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Universidad Peruana Los Andes, Huancayo; ³Facultad de Ingeniería Industrial y de Sistemas, Escuela Profesional de Ingeniería de Sistemas, Universidad Nacional "Federico Villarreal", Lima; ⁴Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación Secundaria, Universidad Nacional "Federico Villarreal", Lima. Perú

Con mucho interés hemos leído la investigación de Sánchez *et al.*¹ acerca de la depresión en niños y adolescentes. Por ello, el objetivo de esta investigación es compartir estrategias para solucionar los síntomas de depresión en esos grupos de la población:

- Apoyo social: González Lugo *et al.* estudiaron a 113 adolescentes de bajos recursos en México. Aplicaron un conjunto de escalas validadas tipo Likert. Respecto a los resultados, identificaron que los sucesos de vida causaron desequilibrio mental en los adolescentes, problemática que se solucionó mediante la intervención de grupos de apoyo. Finalmente, concluyeron que la incorporación de programas de apoyo social permite contrarrestar la depresión en numerosos adolescentes.²
- Terapia cognitiva conductual: Hamedi *et al.* efectuaron una investigación para analizar la efectividad de la terapia cognitiva conductual convencional e informatizada para reducir la depresión en 15 niños con cáncer, quienes se dividieron en cinco grupos: tres grupos recibieron tratamientos

médicos convencionales y dos, intervenciones psicológicas. Respecto a los resultados, ambas intervenciones redujeron la depresión en los niños. Al finalizar, se demostró que la terapia cognitiva conductual informatizada puede ser de utilidad si no se dispone de otra intervención psicológica.³

En conclusión, se ha demostrado que los programas de apoyo psicológico y la terapia cognitiva conductual son efectivos para combatir la depresión en niños y adolescentes.

Bibliografía

1. Sánchez-Rojas AA, García-Galicia A, Vázquez-Cruz E, Montiel-Jarquín AJ, Aréchiga-Santamaría A. Autoimagen, autoestima y depresión en escolares y adolescentes con y sin obesidad. *Gac Med Mex.* 2022; 158:124-129.
2. González-Lugo S, Pineda-Domínguez A, Gaxiola-Romero JC. Depresión adolescente: factores de riesgo y apoyo social como factor protector. *Univ Psychol.* 2018;17:1-11.
3. Hamedi V, Hamid N, Beshlideh K, Marashi SA, Shabani SEHS. Effectiveness of Conventional cognitive-behavioral therapy and its computerized version on reduction in pain intensity, depression, anger, and anxiety in children with cancer: a randomized, controlled trial. *Iran J Psychiatry Behav Sci.* 2020;14:e83110.

*Correspondencia:

Liliana R. Carlos-Gutiérrez
E-mail: liliana.carlos@upsjb.edu.pe

Fecha de recepción: 02-09-2022

Fecha de aceptación: 20-09-2022

DOI: 10.24875/GMM.22000293

Gac Med Mex. 2023;158:85

Disponible en PubMed

www.gacetamedicademexico.com

0016-3813/© 2022 Academia Nacional de Medicina de México, A.C. Publicado por Permanyer. Este es un artículo *open access* bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).