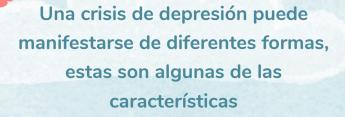


Guía practica para el manejo de crisis de niños y niñas con diagnostico de depresión Partorno de Depresion?

El Trastorno de depresión está caracterizado por alteraciones en el estado de ánimo, dónde se afecta principalmente la forma en la que la persona piensa, actua y siente. Es importante aclarar que es una condición seria que puede interferir en la funcionalidad de la persona.

Muñoz, P., Saguicela, F., & Cañizares, E. (2023).







impacto Psicológica en la familia

Los miembros de la familia pueden verse afectados significativamente teniendo en cuenta que los síntomas de depresión afectan a todo el entorno de la persona, incluyendo su familia. Es común que los miembros de la familia tengan sentimientos de desesperanza, afetando la estabilidad de la persona y el vínculo familiar.

Es importante que los familiares no se olviden de cuidarse a sí mismos y pedir ayuda cada vez que lo necesiten a un profesional de psicología y/o psiquiatría

(Acosta, 2022)



1. Alientar a la persona a buscar ayuda: Las personas con depresión pueden no saber o admitir que están deprimidas. Por eso es importante hablar con ellas y explicar su situación con tranquilidad.

2.Buscar los signos de advertencia:

Comprender cuáles son los signos típicos de depresión, sus desencadenantes y qué comportamientos inusuales está teniendo.

3. Conocer los riesgos:

Ona persona con depresión puede tener
pensamientos sucidias. Es importante tomar
con mucha seriedad estas señales y acudir a
urgencias de inmediato.

4. Demostrar apoyo:

El apoyo es imprescindible; demostrar una actitud de escucha, refuerzos positivos y ofrecer ayuda puede contribuir al bienestar de la persona.

5. Cuidarse a sí mismo:

Tener un familiar con depresión puede ser una carga emocional fuerte, por lo tanto, es importante pedir ayuda, ser paciente y tomar medidas para no olvidar su propio bienestar



alarma



- 2. Cambios en la alimentación o hábitos de sueño
- 3. Poco interés en el higiene personal
- 4. Tener pensamientos desvalorizantes sobre sí mismo ("no soy importante, nada me sale bien, no soy capaz")
- 5. Agotamiento fíico sin haber realizado actividades que lo generen
- 6. Asilarse de las personas cercanas
- 7. Sentimientos de vacío
- 8. Uso y abuso de sustancias psicoactivas
- 9. Cambios de estado de animo (tristeza profunda, irritabilidad, enojo constante, ansiedad, etc)
- 10.Incapacidad de expresar y regular emociones
- 11. Pensar en lastimarse a sí mismo y aotros
- 12. Difiultad para concentrarse

(Institución Universitaria Pascual Bravo, 2022)



