

# ENFERMEDADES MENTALES

**Depresión:** Es el trastorno mental que influye sobre el humor y el ánimo, donde la tristeza, trastornos del sueño, cansancio y falta de concentración son los más afectados en el ser humano que posee depresión. La depresión puede llegar a ser crónica o recurrente. Además se puede dividir en depresión grave, distimia, depresión posparto, trastorno disfórico premenstrual, Trastorno afectivo estacional. También puede ocurrir con manías y es más común en las mujeres que en los hombres y en especial en la etapa de la adolescencia.

Síntomas físicos y psicológicos:

- Falta de interés en las actividades que normalmente resultan agradables
- Desgano o sensación de agotamiento constantes
- Alteraciones fisiológicas, como insomnio-hipersomnia o falta-aumento del apetito
- Disminución de la capacidad para concentrarse o disminución del rendimiento escolar o laboral
- Irritabilidad o labilidad emocional
- Quejas somáticas constantes
- Expresión de ideas de desesperanza o culpa
- Dolor de cabeza, migraña común, dolor de espalda y sensación de opresión en el pecho

Tratamiento:

Existen programas de atención y se aplican a cada persona a través de un plan individual. Deben incluir especificaciones respecto de las metas del tratamiento y sus plazos. También hay terapias cognitivo conductual, terapia interpersonal, terapia sistémica familiar. Además hay actividad física como tratamiento para las personas que posean depresión.

**Alcoholismo:** se define como una enfermedad en la que el individuo siente una necesidad de consumir alcohol, manifestada a través de determinados síntomas de abstinencia cuando no es posible su consumo. El alcohólico no tiene control sobre los límites de su ingesta, el cual va en aumento a medida que se desarrolla tolerancia a esta droga. Se considera como una enfermedad incurable, progresiva y mortal.

Puede ser causada por varios factores, entre los cuales se encuentra un factor genético-hereditario, por alguna enfermedad mental o simplemente por un consumo excesivo y prolongado de esta.

Esta enfermedad no tiene cura pero las personas afectadas por esta pueden mantenerse en largos periodos de sobriedad dependiendo de su convicción y perseverancia.