

Casi 2.300 personas tienen depresión en Álava, que sumó 391 nuevos casos el año pasado

Se trata de la segunda enfermedad que más años vividos con discapacidad genera en el mundo

✎ Carlos Mtz. Orduna
 📷 Pilar Barco / Jorge Muñoz

VITORIA – La depresión, su creciente impacto sobre la población y los nuevos tratamientos que están surgiendo para combatirla han tenido un notable protagonismo en el XXXIV Curso de Actualización en Psiquiatría celebrado esta semana pasada en Gasteiz por motivos obvios. No en vano, se trata de la segunda enfermedad que más años vividos con discapacidad genera a nivel mundial, solo por detrás de los trastornos musculoesqueléticos –sobre todo los dolores lumbar y cervical–, y “poco a poco va encaramándose a la cima”, según advierte Edorta Elizagarate, codirector de esta cita, en conversación con DIARIO DE NOTICIAS DE ÁLAVA. También a nivel local.

Según los últimos datos difundidos por el Departamento vasco de Salud, un total de 2.288 personas tienen

depresión en Álava de las 19.929 que viven con esta patología en el conjunto de la CAV. El 65% son mujeres y, sobre todo, tienen edades comprendidas entre los 46 y 75 años. Solamente durante el pasado 2025 se diagnosticaron 3.434 nuevos casos en Euskadi, 391 en este territorio.

“ARSENAL TERAPÉUTICO” Afortunadamente, en palabras del propio Elizagarate, el nuevo “arsenal terapéutico” con el que cuenta la Psiquiatría “es mejor” que hace apenas tres años y está mostrando muy buenos resultados, con ejemplos como la esketamina y los psicodélicos, “que junto con la psicoterapia integrada serán el futuro en el tratamiento” de esta enfermedad y, también, de otras como el trastorno de estrés postraumático. La estimulación magnética transcraneal, que sirve para tratar la depresión mediante campos magnéticos, también se ha unido desde hace ya dos

años a los recursos a disposición del Hospital Psiquiátrico de Álava.

El término depresión engloba distintos trastornos mentales que incluyen la depresión mayor o la distimia, un trastorno de menor intensidad



El psiquiatra Edorta Elizagarate.

pero con síntomas más prolongados. Además, existe otra afección mental grave, el trastorno bipolar, que se presenta también con fases depresivas y requiere un tratamiento especializado. La depresión se considera un trastorno mental común, pues su prevalencia ronda el 10% a nivel mundial.

A nivel estatal, la Encuesta de Salud publicada en 2023 estableció que un 14,6% de la población de 15 años o más presentó un cuadro depresivo en las dos semanas previas a la entrevista, por encima del estudio anterior.

Elizagarate aporta otro dato revelador, que una de cada cinco personas sufrirá en su vida un episodio depresivo. La causa de este aumento es, según el también jefe de servicio de Psiquiatría de la Red de Salud Mental de Álava, “multifactorial”, pero la “multiplicación de la información” y la creciente relación con las nuevas tecnologías “contribuye a una mayor fragilidad”. “Los trastornos psíquicos

son el precio a pagar de nuestra evolución, por la potencia de nuestro cerebro, de nuestro estatus de *homo sapiens*”, analiza Elizagarate.

ATENCIÓN PRIMARIA Osakidetza atiende la mayoría de los episodios depresivos a través de su red de atención primaria –aproximadamente el 55%–, pero cuando los pacientes no responden a los tratamientos son derivados a la atención especializada.

Según recordó Osakidetza el pasado 13 de enero, Día Mundial de la Lucha contra la Depresión, saber reconocer los síntomas de esta patología y pedir ayuda en el centro de salud cuando estos persisten es de vital importancia. También lo es identificar las señales de alarma del riesgo de suicidio; cuando la persona expresa ideas de muerte o suicidio, tiene una conducta agresiva verbal o físicamente, un autoabandono importante o aislamiento extremo, entre otros síntomas, el Servicio Vasco de Salud recomienda contactar con el terapeuta habitual o, en caso de emergencia, llamar al teléfono 112 o acudir al servicio de Urgencias más cercano.

En algunos casos es posible prevenir la aparición de una depresión mayor entre quienes ya tienen algunos síntomas leves o factores de riesgo con medidas como terapias psicológicas específicas o el cuidado de hábitos de vida, como la práctica de actividad física, mantenerse socialmente activo, participar en actividades de aprendizaje, descansar o reducir en lo posible el consumo de alcohol y otras sustancias adictivas. ●



La estimulación magnética transcraneal, que sirve para tratar la depresión mediante campos magnéticos, se unió hace dos años a los recursos a disposición del Hospital Psiquiátrico.