

Depresión, ideación suicida e insomnio en universitarios de Saltillo, problemas relevantes de salud pública

Carrillo Ibarra Jesús,* Valdez Talavera Luis A,** Vázquez Urbano Hernán,**

Franco Jiménez Jorge,** De la Peña Sifuentes Armando,** Martínez Coronado Jared

RESUMEN

Antecedentes: El suicidio, la depresión y el insomnio, problemas de salud mental en aumento. **Objetivo:** Analizar la prevalencia de la depresión, ideación suicida y el insomnio en universitarios. **Material y métodos:** Es un estudio no experimental, descriptivo, transversal realizado en población abierta de estudiantes universitarios de Saltillo, a quienes se les realizó una encuesta estructurada, diseñada para tal propósito. **Resultados:** Se estudiaron 438 universitarios, 164 (37%) hombres y 274 (63 %) mujeres. 50% (219) acepta deprimirse, 168 (38.5 %) se deprimen al menos una vez a la semana. 296(67.6 %) tienen un familiar que se deprime. 62 (14%) aceptan padecer insomnio, referente a la ideación suicida 95 (22%) han pensado en suicidarse. **Conclusiones:** La depresión es un problema en jóvenes universitarios que demanda atención. La ideación suicida es otro, de naturaleza psicológica que requiere la identificación para adoptar medidas preventivas contra el suicidio. **Palabras clave:** Suicidio, depresión, ideación suicida, insomnio.

Depression, suicidal ideation and insomnia in Saltillo university, important public health problems

ABSTRACT

Background: Suicide, depression and insomnia, mental health problems increase. **Objective:** To analyze the prevalence of depression, suicidal ideation and insomnia in university. **Material and methods:** A non-experimental, descriptive, cross made in open population of university students in Saltillo, who underwent a structured survey designed for this purpose. **Results:** We studied 438 university 164 (37%) men and 274 (63%) women. 50% (219) accepts depressed, 168 (38.5%) were depressed at least once a week. 296 (67.6%) have a relative who is depressed. 62 (14%) agree insomniac concerning suicidal ideation 95 (22%) have thought about suicide. **Conclusions:** Depression is a problem in university students who demand attention. Suicidal ideation is another, of a psychological nature that requires identification to take preventive measures against suicide. **Key words:** Suicide, depression, suicidal ideation, insomnia.

ANTECEDENTES

El suicidio, la depresión y el insomnio son graves problemas de salud mental y de índole social que van en aumento. Las tasas de suicidio han aumentado en todo el mundo y con ello ha aumentado el número de suicidios consumados en lo general en México, y en lo particular en Saltillo, Coahuila. En México la tasa de suicidio ha tenido un aumento mayor al 70% en los últimos 20 años; en Saltillo, Coahuila, México, desde el 2003 a la fecha las cifras han acumulado más de 50 suicidios consumados por año. Sin mencionar que por cada suicidio consumado hay ocho a diez intentos y de cada intento aproximadamente otros cinco u ocho jóvenes que lo pensaron. La depresión por su parte ha sido catalogada como uno de los problemas que más sufrimiento causa en las personas, sin diferencia de género, edad o nivel socioeconómico. El insomnio y la depresión son causas que inciden en el ren-

dimiento general de una persona incluyendo su rendimiento académico, mientras que la ideación suicida es una situación que demanda atención y medidas preventivas pues es la primera categoría que antecede al suicidio.¹

OBJETIVO

Analizar la prevalencia de la depresión, ideación suicida y el insomnio en estudiantes universitarios de Saltillo.

MATERIAL Y MÉTODOS

Es un estudio no experimental, descriptivo, transversal realizado en la población abierta de estudiantes universitarios de Saltillo; de octubre del 2008 a marzo del 2009, a quienes se les realizó una encuesta estructurada, diseñada para tal propósito, orientada a conocer el grado de depresión, ideación suicida e insomnio. Se entrevistó para tal efecto a 438 universitarios.

RESULTADOS

Se estudiaron 438 universitarios, con edad mínima de 17 y una máxima de 26 años, una media de 20, con una

* Catedrático Titular de la Asignatura de Patología de Neurología, Facultad de Medicina, Unidad Saltillo, Universidad Autónoma de Coahuila.

** Estudiantes del Quinto Año de Medicina. Universidad Autónoma de Coahuila.

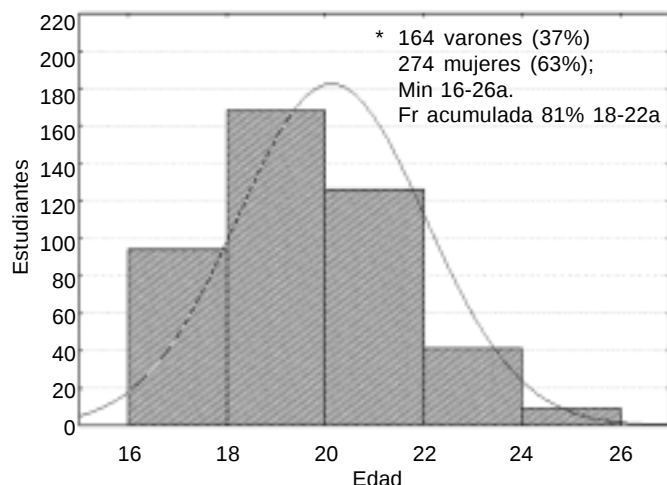


Figura 1. Resultados de investigación: Depresión, insomnio, ideación suicida en universitarios de Saltillo, problemas relevantes de Salud Pública.

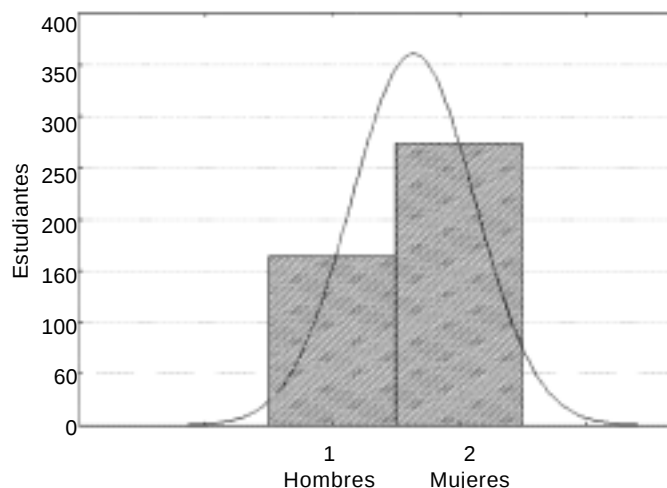


Figura 2. Universitarios encuestados 438.

frecuencia acumulada de 81% en las edades de 18 a 22 años (Figura 1); 164 (37%) del sexo masculino y 274 (63%) del sexo femenino (Figura 2).

El 50% (219) acepta deprimirse, 29 (13%) no conocen o no tienen información con respecto a los signos y síntomas depresivos, mientras 43% (189 sujetos) no se deprimen (Figura 3); 168 sujetos (38.5%) se deprimen al menos una vez a la semana, 22 sujetos (5%) más de dos veces por semana; 12 (2.7%) más de 10 veces al mes, asimismo 12 (2.7) refieren deprimirse diariamente (Figura 4). 296 sujetos (67.6%) tienen un familiar que se deprime y que puede ser la madre y/o el padre, un hermano o hermana, un tío materno o paterno y/o uno de sus abuelos, solamente en 18 sujetos (4.1%) se deprimen ambos

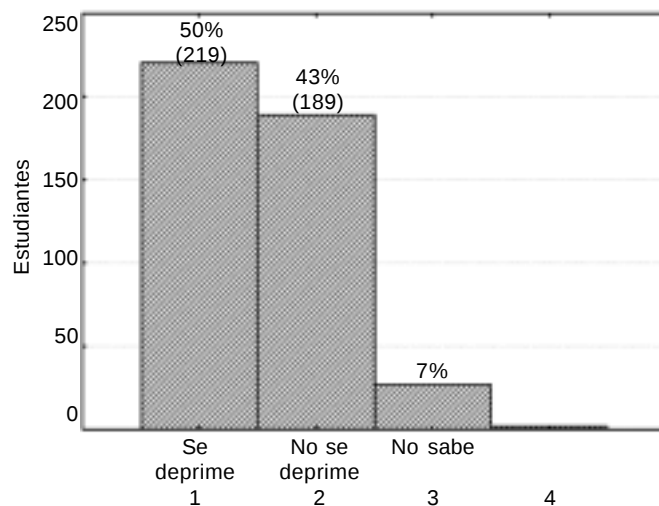


Figura 3. Depresión.

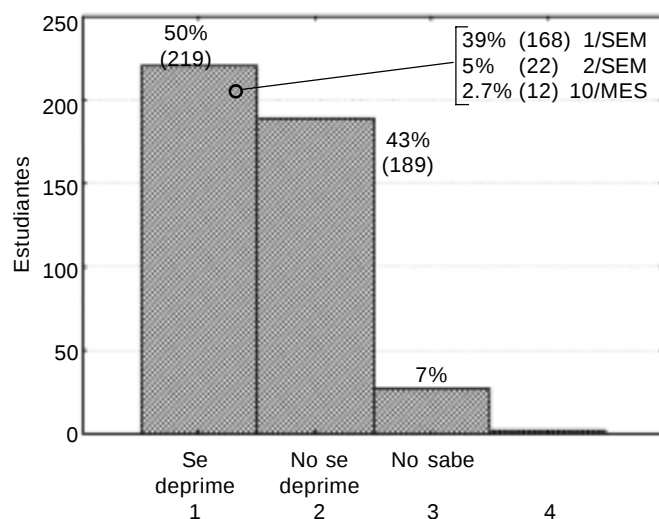


Figura 4. Depresión.

padres y en siete sujetos (1.5%) tienen más de dos familiares que sufren depresión. El 11% (47 sujetos) saben que algún miembro de su familia se encuentra bajo tratamiento médico por depresión, los sujetos restantes no lo saben (Figura 5); 16 sujetos (5%) acepta haber recibido algún tipo de tratamiento antidepresivo, el resto de los sujetos o no ha recibido tratamiento o niega el hecho; 62 sujetos (14%) acepta padecer insomnio, mientras que en 149 sujetos (34%) lo padecen, pero raras veces se presenta, en el resto de los sujetos el insomnio no es un problema; referente a la ideación suicida 95 sujetos (22%) ha pensado en suicidarse; el 10% sólo en raras ocasiones ha cursado con ideación suicida (Figura 6); 43 (10%) sujetos afirman que en su institución de procedencia se han realizado acciones para prevenir el suicidio, 56 sujetos (13%) refieren que raras veces se han tomado acciones especí-

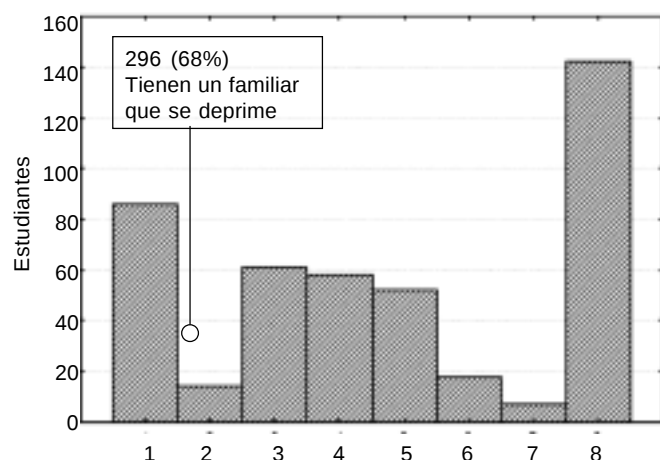


Figura 5. Miembros de la familia con depresión.

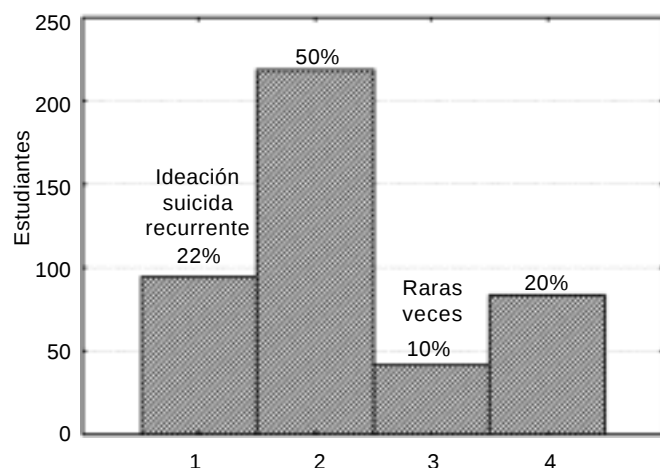


Figura 6. Ideación suicida.

ficas para la prevención de dicho problema. Para 41% y 52% de los sujetos estudiados el insomnio y la depresión afectan su rendimiento escolar, respectivamente. El 80% de los sujetos coincide en la necesidad de generar un programa nacional y un programa universitario local con acciones orientadas a la prevención del suicidio.

DISCUSIÓN

La depresión es una ruta frecuente para suicidarse, es común tanto en hombres como en mujeres, preocupa el hecho de que los varones no la identifiquen ni le presten importancia, sea por falta de información o por ignorancia.¹ La mayoría de los estudios muestran un incremento en la incidencia y prevalencia de la depresión en universitarios, así mismo un alto índice de ideación suicida y bajo desempeño intelectual relacionado con un alto porcentaje (60%) a perturbaciones emocionales (depresión, angustia e ideas suicidas) y a deficiente maduración de la persona-

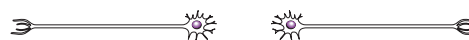
lidad;²⁻⁴ en este estudio identificamos que 50% de los de los universitarios se deprime, además de que 13% carece de información referente a dicha patología. En promedio la ideación suicida se presenta de 13 a 15% en sujetos jóvenes;³⁻⁵ su prevalencia en este estudio es de 22%, muy por encima de la media nacional. Rosete Mohedano señala en su estudio en universitarios cómo el incremento de problemas emocionales incluyendo el insomnio inciden en el rendimiento académico, en el presente, el insomnio fue considerado un problema en 14% de los estudiantes mientras que en 34% de los mismos se presentó en raras ocasiones, en este estudio, además, 67% (296 sujetos) tiene al menos un familiar que se deprime.^{6,7}

CONCLUSIONES

La depresión es un problema en jóvenes universitarios que demanda atención, es frecuente (más del 50% en este estudio se deprime); la ideación suicida es otro, de naturaleza psicológica que requiere la identificación para adoptar medidas preventivas contra el suicidio (22% del presente estudio presentaron ideación suicida); el insomnio es leve en apariencia, pero con repercusión en el rendimiento académico de la población joven, con efectos que se potencializan en la medida que se combinan con depresión e ideación suicida. La alta prevalencia de estas patologías en universitarios demanda la generación de programas nacionales y locales para su tratamiento oportuno y su prevención, evitando repercusiones sociales graves.

REFERENCIAS

1. Ceballos RJJ, et al. *Depresión en adolescencia*. Rev Med IMSS 2000; 38(5): 371-9.
2. Curry JF, Craighead E. *Attributional style in clinically depressed and disordered adolescents*. J Consult Clin Psychol 1990; 58: 109-15.
3. Manelic R, Ortega H. *La depresión en los estudiantes universitarios de la Escuela Nacional de estudios profesionales del plantel de Aragón*. Salud Mental 1995; 18(2): 31-4.
4. Riveros QM. *Depresión, angustia e ideas suicidas en Universitarios*. Revista de Investigación en Psicología 2007; 10(1).
5. Rush AJ. *Depresión in primary care: detection, diagnosis and treatment*. Am Fam Physician 1993; 47: 1776-88.
6. Santor D. *Gender differences in the association between substance use and elevated depressive symptoms in a general adolescent population*. Addiction 2005; 100(4): 525-35.
7. Seitz FC. *Five psychological measures of neurotic depression: a correlation study*. J Clin Psychol 1970; 26(4): 504-5.



Correspondencia: Dr. Jesús Carrillo Ibarra
Ramos Arizpe No. 567
Col. Saltillo Centro
C.P. 25000, Saltillo, Coahuila
Correo electrónico: jesscai@yahoo.com