



# Violencia y depresión:

## conexión alarmante en jóvenes

La depresión en los adolescentes no solo impacta su bienestar emocional, sino que también se convierte en un obstáculo significativo para su éxito en la escuela.

Existen alarmantes datos sobre la prevalencia de trastornos mentales en jóvenes, indicando que la violencia en sus diversas formas es una de las principales causas de depresión.

Cabe destacar que la violencia de género, estrés postraumático son una de las principales constantes preocupantes en la alta prevalencia de trastornos mentales en ambos sexos, con un 28.6% en hombres y un 29.8% en mujeres.

Los jóvenes que sufren de depresión tienen muchas dificultades para alcanzar el éxito en sus estudios, lo que resalta la necesidad urgente de atención especializada en salud mental. Sin embargo, en México, solo un 4.3% de la población recibe esta atención, una cifra significativamente menor en comparación con países como Estados Unidos.

Esta brecha en la atención de salud mental se ve exacerbada por los prejuicios y la falta de comprensión sobre los trastornos mentales durante la adolescencia. La importancia de enseñar a los jóvenes a pedir ayuda es relevante mencionar que la pandemia ha incrementado el interés por el tratamiento de la salud mental, una oportunidad que no debe desaprovecharse.

Según la Organización Mundial de la Salud, más de 450 millones de personas en el mundo sufren de condiciones de salud mental, subrayando la importancia de una atención adecuada para el bienestar de los individuos y sus comunidades.

### Ideas destacadas

1. La depresión en adolescentes afecta gravemente su éxito académico.
2. Un estudio internacional revela la alta prevalencia de trastornos mentales en jóvenes.
3. La violencia en sus distintas formas es una causa principal de estos trastornos.
4. Existe una necesidad crítica de atención especializada en salud mental en México.
5. Los prejuicios y falta de comprensión sobre los trastornos mentales durante la adolescencia agravan el problema.
6. La pandemia ha incrementado el interés por el tratamiento de la salud mental.
7. Es esencial enseñar a los jóvenes a reconocer y pedir ayuda para sus problemas de salud mental.
8. La atención adecuada en salud mental es vital para el bienestar individual y comunitario.