



Ciudad de México, a 27 de diciembre de 2023

ATIENDE IAPA A PERSONAS QUE SUFREN DEPRESIÓN EN TEMPORADA INVERNAL

- *El director del IAPA, doctor José Antonio Alcocer Sánchez, dijo que los síntomas del trastorno afectivo estacional de patrón invernal o depresión invernal comienzan a finales de otoño y principios de invierno*
- *En casos de depresión, el IAPA brinda servicios de atención, contención psicológica, acompañamiento y canalización, con un enfoque de género, respeto a los derechos humanos y prioridad de la salud física y mental*
- *Se opera con base en los principios de no criminalización, no estigmatización y no discriminación*

La Secretaría de Salud de la Ciudad de México (SEDESA), a través del Instituto para la Atención y Prevención de las Adicciones (IAPA), informa a la ciudadanía que brinda servicios de apoyo para atender trastornos del estado de ánimo vía telefónica a través del número telefónico 55 4631-3035, en las extensiones 2006, 2014 y 2015; y si se requiere, de manera presencial.

En específico, el director del IAPA, doctor José Antonio Alcocer Sánchez, explicó que en esta época es muy común el trastorno afectivo estacional de patrón invernal o depresión invernal.

“Los síntomas de este trastorno comienzan a fines del otoño y principios de invierno, y desaparecen durante la primavera. Para el IAPA es prioridad ubicar y atender a las personas en riesgo, ya que los padecimientos pueden afectar a todas las personas por igual, como es la depresión y la ansiedad”, manifestó el doctor Alcocer Sánchez.

Informó que las personas son atendidas vía telefónica, se les brinda orientación o si el caso lo amerita, se les solicita se presenten en el IAPA-PRESENCIAL. Se escucha la solicitud, se explora y evalúa la problemática, y se realiza entrevista ya sea con la familia o con la persona que tiene el problema.

En casos de depresión, se brindan servicios de atención, contención psicológica, acompañamiento y canalización con un enfoque de género, respeto a los derechos humanos y priorizando la salud física y mental, con base en los principios de no criminalización, no estigmatización y no discriminación.

De acuerdo con el IAPA, la depresión invernal está relacionada con eventos emocionales de pérdida o duelo, así como con el abuso de sustancias psicoactivas, principalmente alcohol, estimulantes y ansiolíticos. El trastorno afectivo estacional no se considera como un trastorno



separado, sino que es un tipo de depresión que se caracteriza por su patrón estacional recurrente, con síntomas que duran entre cuatro y cinco meses al año.

“En la Secretaría de Salud de la Ciudad de México a través del IAPA trabajamos diariamente para promover la salud mental, así como la prevención del consumo de sustancias psicoactivas, pues ambas variables están ampliamente relacionadas”, indicó el doctor Alcocer Sánchez.

Los signos y los síntomas de este trastorno incluyen los que se relacionan con la depresión mayor y algunos síntomas específicos que difieren según se trate del trastorno afectivo estacional de patrón invernal.

Los síntomas de depresión mayor pueden incluir: sentirse deprimido gran parte del día o casi todos los días, perder interés en las actividades que alguna vez disfrutó, experimentar cambios en el apetito o en el peso y tener problemas para dormir.

La persona también puede sentirse lenta o agitada, tener poca energía, con sentimiento de vacío o desesperanza, tener dificultad para concentrarse y tener pensamientos frecuentes sobre la muerte o el suicidio.

Para el trastorno afectivo estacional de patrón invernal, los síntomas específicos adicionales pueden incluir: dormir demasiado (hipersomnía), comer en exceso, especialmente tener antojos de carbohidratos, aumentar de peso y retraerse socialmente (sentirse como que quiere "hibernar").

La SEDESA refrenda su compromiso de garantizar servicios de salud de calidad y gratuitos a la ciudadanía, con el fin de mejorar su calidad de vida.

---oo0oo---