

## *La Depresión*



La *depresión*, a menudo, aparece *en familias*, posiblemente por *herencia*, *comportamiento aprendido*, o ambos. Incluso con una *predisposición genética*.

Hay múltiples causas de inicio:

- a) La *muerte* de un *amigo* o *familiar*
- b) Una *desilusión importante* en el hogar, en el trabajo o en la escuela.
- c) En adolescentes puede darse por la *ruptura* con el novio o la novia.
- d) Perder un *curso*
- e) El *divorcio* de los padres
- f) Una *enfermedad grave*
- g) Estrés *crónico*
- h) *Maltrato* o *rechazo* en la infancia
- i) Aislamiento *social*
- j) Deficiencias *nutricionales*
- k) Problemas de *sueño*

Sus síntomas:

- a) Infelicidad la mayor *parte del tiempo*
- b) *Tristeza*
- c) Pérdida del *interés* en la vida y no *disfrutas de nada*
- d) *Agotamiento* pero a la vez, *inquieto* y *agitado*

- e) Dormir *poco*
- f) Se *pierde* el interés en el sexo
- g) Sentimiento de *irritabilidad*
- h) Pensamientos *suicidas*
- i) *Llanto*

Puede alcanzar la *categoría de alta gravedad* e incluso llegar al *suicidio*.

Se puede tratar y curar mediante tratamiento psicológico y psiquiátrico

Enlazar, *vía online*, para visualizar los siguientes videos

Video: Redes. La depresión

<https://www.youtube.com/watch?v=4RYwHwunysE>

Video: Estado depresivo

[https://www.youtube.com/watch?v=sV\\_5FVMc5ns](https://www.youtube.com/watch?v=sV_5FVMc5ns)

Video: Estado depresivo

<https://www.youtube.com/watch?v=JRkhhmphzS2o>

Video: Estado depresivo

<https://www.youtube.com/watch?v=gbWmVsOHdsY>

Video: Redes. Tratamiento psicológico y psiquiátrico de la depresión

<https://www.youtube.com/watch?v=16AtXAWeD0Y>

Video: Como superar personalmente la depresión

<https://www.youtube.com/watch?v=nWnBDsO2X0E>

Video: Terapia para la depresión

<https://www.youtube.com/watch?v=lyzuGQU2MoE>