
Depresión y suicidio entre los adolescentes

Un aumento en la tasa de suicidio entre los jovencitos en los primeros años de la adolescencia significa que los padres deben aprender a reconocer las causas y los síntomas. Muchos factores contribuyen a la depresión grave que puede resultar en suicidio. Si uno de los padres sufre de una enorme depresión, es probable que lo herede su hijo.

Pero a veces las situaciones difíciles como los divorcios y la infelicidad familiar, la pérdida de un padre por causa de divorcio o fallecimiento, el abuso sexual o el uso de drogas o alcohol puede contribuir a un estado depresivo. Otras situaciones estresantes también pueden contribuir: por ejemplo, al perder a un familiar querido, al ser ignorados por sus amigos o al tener preocupaciones serias sobre la sexualidad.

Señales de advertencia que indican depresión o tendencias suicidas en adolescentes

- Cambios en los hábitos de descanso (dormir demasiado o demasiado poco);
- Cambios en el comportamiento (falta de concentración en la escuela, trabajo o en tareas rutinarias, calificaciones que empeoran);
- Cambios en la personalidad (parecen tristes, aislados, irritados, ansiosos, cansados, indecisos o apáticos);
- Cambios en sus hábitos alimenticios (pérdida de apetito o peso o comen demasiado);
- Cambios físicos (falta de energía, subir o bajar de peso repentinamente, falta de interés en su apariencia);
- Un cambio drástico o una pérdida (ya sea por causa de muerte, divorcio, separación o relación fracasada);

-
- Falta de interés en los amigos, la escuela o actividades;
 - Bajo nivel de autoestima (no sienten que tienen valor alguno, sentido de culpabilidad u odio hacia sí mismos);
 - Falta de esperanza en el futuro (sienten que nada va a mejorar, que nada cambiará);
 - Preocupación con la música, arte o reflexiones personales sobre la muerte;
 - Regalan sus posesiones o de alguna otra manera "ponen sus cosas en orden"; y
 - Amenazas directas por suicidarse al decir cosas como, "¡Mejor quisiera morirme!" "Mi familia estaría mejor sin mí." O "No tengo razón por vivir." Estas amenazas hay que tomarlas siempre en serio.