



PsicoNoticias

NOTICIAS Y ACTUALIDAD DE LA PSICOLOGIA

BOLETIN PSICONOTICIAS N° 71 | 29 DE JULIO DE 2022

Distimia: La depresión crónica que NADIE conoce pero que es sumamente peligrosa



Muy probablemente no habías escuchado antes sobre la distimia, pero no te preocupes, generalmente es una terminología que sólo manejan las personas que lo padecen. Por eso, es vital que este trastorno sea conocido, para así poder ayudar y apoyar a todas esas personas que a veces están muy bien y a veces muy mal, pero no lo 'suficiente' para creer que padecen depresión. Sabemos que en pleno siglo XXI, existe un gran tabú con respecto a la depresión, los trastornos mentales y la terapia psicológica, pues incluso las personas que sufren ansiedad,

bipolaridad, etc., son señaladas y juzgadas por las personas en su entorno (sin mala intención generalmente), ya que les es difícil comprender por qué simplemente 'no se sienten bien' o superan sus problemas.

Pongan atención a las personas con síntomas distímicos, ya que se 'acostumbran' a vivir con un mal ánimo, a no disfrutar y tener una actitud desesperanzada de la vida; y el gran riesgo que corren, es vivir en el límite de la fragilidad anímica, pudiendo muchas veces llegar a ideaciones suicidas sin dar señales evidentes. (Fuente: Glamour)

Psico-Dato: Es importante que aprendamos a visibilizar este tipo de trastorno, ya que por su forma pasan desapercibidos. Estemos atentos para así saber cuando aconsejar y apoyar.

Enfermedades por las que pueden darte una pensión por discapacidad: La Distimia está dentro de ellas

Algunas personas sufren enfermedades crónicas que les imposibilitan realizar un trabajo de manera normal, por lo que la inclusión en el mercado laboral es realmente complicada. Por este motivo, este colectivo se ve en una situación de exclusión social, por lo que la Administración prevé un subsidio para que estas personas puedan gozar de cierta independencia económica.

No obstante, no todos estos ciudadanos sufren su enfermedad o lesión al mismo nivel, por lo que



la Seguridad Social se fija en el grado de discapacidad que tiene la persona para otorgar un tipo de prestación u otra. En este sentido, la incapacidad se determina en tres niveles, que puede ir del 33%, al 64%, o del 65% en adelante, denominadas moderada, severa o gran dependencia, respectivamente. La Distimia está dentro de estas enfermedades, dado lo silencioso e inhabilitante que son sus síntomas. Aprende a reconocerla y evaluar cada caso. (Fuente: El economista)

Psico-Dato: La Distimia, en muchos casos, puede ser crónica e invalidante. Se hace necesario aprender más sobre ellas, de modo de evaluar sus tratamientos y consecuencias.



Psicólogos
en casa

www.psicologosencasa.com