**TRATAMIENTO**

Se estima que a los adolescentes con depresión no se les diagnostica de manera temprana, y solo una minoría recibe tratamiento específico y efectivo para el trastorno.

Desde el punto de vista farmacológico, los inhibidores efectivos de la recaptura de serotonina son los antidepresivos de elección para esta población de jóvenes.

Es recomendable iniciar con dosis bajas de cualquier antidepresivo, para observar la tolerancia medicamentosa y así obtener una adecuada adherencia por parte del paciente.

Los principales efectos colaterales de los inhibidores selectivos de la serotonina son generalmente mínimos, como náusea, diarrea, reflujo gastrointestinal, insomnio y disminución de la libido, entre otros. Muchos de los efectos secundarios son dosis-dependientes y suelen desaparecer cuando esta disminuye.

**PSICOTERAPIA**

En el tratamiento integral del trastorno depresivo mayor debe considerarse siempre la terapia cognitiva conductual, interpersonal y familiar, éstas generalmente conducidas por un profesional calificado.

En muchas ocasiones, los malestares físicos se controlan al eliminar la sintomatología depresiva.

En general, todas las formas de psicoterapia consideran al sujeto como un todo, aunque viéndolo desde la perspectiva de las fuerzas motivacionales de la personalidad, las psicoterapias pueden ser individuales.

No existe una manera segura de prevenir la depresión. Sin embargo, estas estrategias pueden ser de ayuda. Alienta a tu hijo adolescente a que haga lo siguiente:

**Tomar medidas para controlar el estrés,** aumentar la resiliencia y mejorar la autoestima para ayudar a manejar los problemas cuando surjan

**Buscar el apoyo de amigos y de la sociedad,** en especial en tiempos de crisis

**Recibir tratamiento a la primera señal de problemas** para evitar que la depresión empeore

**Mantener el tratamiento en curso, si se recomienda,** incluso después de que los síntomas desaparezcan, para evitar una recaída en la depresión