

CULTURA

Lassus alerta de que uno de cada cuatro casos de depresión se da en mujeres

La asociación celebra las Jornadas sobre Síndrome Depresivo con conferencias, hasta mañana, en la Diputación

02.10.12 - 01:07 - ARIANA GARCÍA | ALBACETE

El ictus y la depresión en la mujer son los dos grandes temas de las XVI Jornadas sobre el Síndrome Depresivo organizadas por la Asociación Lassus, que se celebran en la Diputación hasta mañana. Por un lado, el ictus desemboca en muchos casos en cuadros de depresión; por otro, uno de cada cuatro casos de personas con depresión, son mujeres.

Es por ello que la Asociación de Ayuda Contra el Síndrome Depresivo ha considerado importante incluir estas cuestiones en esta edición. Sobre la relación de ictus y depresión hablará hoy la neuropsicóloga Llanos Marcilla, quien además se referirá a la prevención. Respecto a la mujer, será Diana Disavoia, psicóloga del Centro de la Mujer de Albacete, quien pronunciará mañana la ponencia 'Mujer: Pulso a la Depresión', en la que, entre otros temas, se referirá a la manera en la que las mujeres viven su feminidad, como factor de riesgo para la depresión, además de mencionar la menopausia o la depresión postparto. Todas las conferencias se celebran a las 19 horas.

Programas

Algunos programas que en la actualidad desarrolla la Asociación Lassus son el programa Acoger, una iniciativa de apoyo psicológico, puntual e individual, para dotar de recursos a personas con depresión, y a través del que se han realizado 440 sesiones en 2011. Otro es el programa Aprender, que se encarga de divulgar la depresión en menores de 30 años. Este último además cuenta con un programa de prevención del suicidio, subvencionado por la Asociación Spirale, centrado en charlas en institutos, dirigidas a alumnos de Educación Secundaria. Por el momento, Lassus ha desarrollado este taller en el Instituto García Lorca. Y otra iniciativa que desarrolla Lassus es el programa Seguir.

Pero sin duda, uno de los proyectos que cuenta con mayor aceptación por parte de los usuarios es el programa Conocer, dirigido especialmente a formar en depresión a personas adultas, sobre todo, centrado en el programa de prevención y depresión en la mujer rural, subvencionado por la Fundación Caja Rural. Desarrollado en los pueblos a través de talleres desde febrero del pasado año, este proyecto cuenta con 1.400 personas. Con esta iniciativa, la Asociación acerca los talleres que se imparten en la sede a los municipios de la provincia. Los más solicitados son Pensamiento Positivo, Risoterapia, y charlas puntuales de depresión.

En la actualidad, se centran en los pueblos de La Manchuela, Pozo Lorente, Casas Ibáñez, Mahora, Motilleja, Carcelén, aunque «nosotros los ofertamos a todos los municipios de la provincia y a quien llame, le damos cita», explica Isabel Muñoz, psicóloga de Lassus.

Funciona de tres formas, Lassus se pone en contacto con los ayuntamientos, y se demanda a través de los dinamizadores socio culturales; a través de los centros de la mujer «ya que van dedicado a ellas», o también con asociaciones de mujeres.

Conocer

Entre el perfil de los usuarios del programa Conocer sobresale el de la mujer de 50 años de edad, «porque aunque en algunos talleres hemos tenido hombres, lo más normal es que sean mujeres». Y el objetivo del proyecto es «dotarles de recursos para prevenir la depresión, intentar la manera de pensar, que regulen las emociones y que se comporten de manera distinta cuando estén tristes o cuando tengan ansiedad, para prevenirla».

Próximos talleres

A partir del 8 de octubre, la Asociación Lassus pondrán en marcha un taller de dinámicas de grupo, «con las que, a través de ejercicios prácticos, vamos a trabajar la autoestima y las emociones», asegura Muñoz. Asimismo, también se desarrollará un taller de pilates y otro de integración comunitaria, mediante el que se harán actividades de ocio y tiempo libre como salidas al cine o al teatro.

TAGS RELACIONADOS

lassus, alerta, cada, cuatro, casos, depresion, mujeres

Publicidad

Clínica Baviera®

Di adiós a las gafas!. Tu operación de ojos con financiación a medida. Pide ahora tu Cita!

www.clinicabaviera.com

¿Quieres ser veterinari@?

Tu Grado de Veterinaria en un centro de prestigio. ¡Con Prácticas y Bolsa de Empleo!

www.uax.es/Inscripción_Abierta

Colchón Tripl3 Lo Monaco

desde 12€/mes. NO subimos el IVA. ¡Tú te lo puedes Permitir!

www.grupolomonaco.com

Calcula tu seguro en 2min

Con Genesis calcula tu seguro de coche en 2 min. Con las mejores coberturas del mercado.

www.genesis.es



ALGUNOS PROGRAMAS

Acoger. Programa de apoyo psicológico, puntual e individual, para dotar de recursos a personas con depresión.

Aprender. Dirigido a alumnos de Educación Secundaria, cuenta con un programa de prevención del suicidio.

Conocer. Se centra especialmente en el programa de prevención y depresión en la mujer rural y se desarrolla en municipios de la provincia.

Dinámicas de grupo. Un taller que la Asociación pondrá en marcha la próxima semana, en el que se trabajarán la autoestima o la emoción.

Más de 1.400 usuarios se han beneficiado en 2011 del programa de prevención y depresión de la mujer rural

La próxima semana Lassus pondrá en marcha talleres para trabajar la autoestima y las emociones