

Ciudad de México a 22 de enero de 2025

**DIP. MARTHA AVILA VENTURA
PRESIDENTA DE LA COMISIÓN PERMANENTE DEL
CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO
III LEGISLATURA
PRESENTE**

Quienes suscriben, **Diputada Martha Ávila Ventura y Diputado Miguel Ángel Macedo Escartín**, Integrantes del Grupo Parlamentario Morena, III Legislatura, con fundamento en lo dispuesto por el artículo 31 de la Constitución Política de la Ciudad de México; artículo 56 de la Ley Orgánica del Congreso de la Ciudad de México; y artículo 101 del Reglamento del Congreso de la Ciudad de México y por medio del presente, sometemos a la consideración de esta Soberanía, la siguiente **Proposición con punto de acuerdo de urgente y obvia resolución, por el que se exhorta respetuosamente a las 66 diputadas y diputados a difundir de manera permanente en sus Módulos Legislativos de Atención, Orientación, Quejas Ciudadanas y Apoyo de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, la información relacionada con la atención y prevención de la depresión en la Ciudad de México con el objeto de fortalecer la salud mental de la población capitalina**, al tenor de los siguientes:

I. ANTECEDENTES

El Día de la Lucha Contra la Depresión se conmemora anualmente el 13 de enero de cada año y tiene como objetivo aumentar la conciencia sobre la depresión, uno de los trastornos mentales más comunes y discapacitantes en el mundo. Este día fue instituido para sensibilizar a la población sobre la prevalencia de la depresión, los síntomas que se deben identificar, la importancia de buscar tratamiento y cómo reducir el estigma asociado a las enfermedades mentales.

El objetivo principal de este día es crear conciencia sobre la depresión y sus efectos tanto en la persona afectada como en su entorno familiar y social;

Fomentar la búsqueda de ayuda para las personas que sufren de este trastorno, promoviendo que el tratamiento adecuado puede mejorar significativamente la calidad de vida;

Reducir el estigma asociado a los trastornos mentales, incluida la depresión, y promover un enfoque de apoyo hacia las personas que padecen esta enfermedad.

La depresión es un trastorno mental que afecta a millones de personas en todo el mundo, y se caracteriza por sentimientos de tristeza profunda, pérdida de interés en

actividades cotidianas y una sensación de desesperanza. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS)¹:

- Más de 264 millones de personas en todo el mundo padecen depresión.²
- Es una de las principales causas de discapacidad a nivel global y, si no se trata adecuadamente, puede llevar a consecuencias graves, como el suicidio.

Actividades Comunes en el Día de la Lucha Contra la Depresión

A lo largo de este día, se realizan diversas actividades para aumentar la conciencia sobre la depresión, tales como:

1. Campañas educativas en redes sociales, televisión, radio y medios de comunicación tradicionales, con el fin de informar sobre los síntomas de la depresión, sus posibles tratamientos y cómo buscar ayuda.
2. Eventos y conferencias organizadas por instituciones de salud mental, donde se imparten charlas sobre la importancia de la salud mental, el manejo de la depresión y la promoción del bienestar emocional.
3. Iluminación de monumentos: Algunos monumentos y edificios emblemáticos de diferentes países se iluminan de azul, el color asociado con la conciencia sobre los trastornos mentales.
4. Testimonios y difusión de historias: Muchas organizaciones y personas comparten sus experiencias personales sobre cómo enfrentaron la depresión, con el fin de brindar apoyo a aquellos que atraviesan una situación similar.

Importancia de la Conmemoración

La conmemoración de este día es fundamental por varias razones:

- Desestigmatiza la depresión: El estigma social asociado con las enfermedades mentales impide que muchas personas busquen ayuda. Este día ayuda a sensibilizar y a cambiar la perspectiva de la sociedad sobre los trastornos mentales.
- Promueve el acceso al tratamiento: Destacar la importancia de la depresión como una condición tratable es clave para garantizar que más personas reciban la atención necesaria.
- Fomenta la prevención: Reconocer los signos tempranos de la depresión y actuar de manera preventiva es crucial para mejorar los resultados de los tratamientos.

¹ **Organización Mundial de la Salud (OMS):** La OMS proporciona información detallada sobre la depresión, su prevalencia, sus efectos y los recursos disponibles para el tratamiento. Fuente: [OMS - Depresión](#)

² **Fundación Mundial para la Salud Mental (WFMH):** Esta organización promueve el Día de la Lucha Contra la Depresión y proporciona recursos educativos sobre la depresión y otros trastornos mentales. Fuente: [WFMH](#)

Este día sirve como recordatorio de que la depresión es una condición tratable y que buscar ayuda es fundamental para mejorar la salud mental y el bienestar emocional.

II. PROBLEMÁTICA PLANTEADA

La depresión es uno de los trastornos mentales más prevalentes en la población mexicana. Según la Encuesta Nacional de Salud Mental y Adicciones (ENSM 2021), aproximadamente el 7.2% de la población adulta en México presenta síntomas de depresión, y es más común entre las mujeres (9.3%) que entre los hombres (5.0%):

- En 2021, aproximadamente 7.2 millones de mexicanas y mexicanos de entre 18 y 65 años fueron diagnosticados con depresión.
- La prevalencia es especialmente alta en personas jóvenes, donde la tasa alcanza el 15.2% de los adolescentes y jóvenes adultos.

Existen diversos factores que contribuyen a la aparición y desarrollo de la depresión en México tales como:

Factores socioeconómicos: Las personas que viven en situaciones de pobreza, marginación, o que enfrentan altos niveles de estrés debido a la inseguridad y violencia en algunas regiones del país, son más propensas a desarrollar depresión.

Problemas de salud física: Personas con enfermedades crónicas, trastornos hormonales, o deficiencias nutricionales pueden tener un mayor riesgo de sufrir depresión.

Violencia y trauma: La exposición a violencia doméstica, abuso infantil, o violencia comunitaria aumenta el riesgo de sufrir depresión.

Estigma y acceso limitado a tratamiento: En muchas áreas de México, el estigma social relacionado con los trastornos mentales puede dificultar la búsqueda de ayuda. Esto se agrava en zonas rurales o marginadas, donde los servicios de salud mental son más limitados.

Pandemia de COVID-19: La pandemia ha exacerbado los problemas de salud mental en México, con un aumento en los casos de depresión, ansiedad y trastornos de estrés postraumático, especialmente entre las poblaciones más vulnerables.

En México, el tratamiento para la depresión generalmente incluye un enfoque combinado de psicoterapia y medicamentos. Sin embargo, el acceso a estos servicios no siempre es equitativo, y muchas personas en áreas rurales enfrentan barreras para recibir atención adecuada.

Psicoterapia: La terapia cognitivo-conductual es la más comúnmente utilizada. Existen diversas organizaciones y clínicas que ofrecen servicios de psicoterapia tanto en clínicas públicas como privadas.

Medicamentos: Antidepresivos como los inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS) son comúnmente recetados para tratar la depresión moderada a severa. En el sector público, el IMSS y la Secretaría de Salud proporcionan medicación a personas aseguradas y no aseguradas, respectivamente.

Iniciativas de salud pública: El gobierno mexicano y diversas ONGs están trabajando en campañas de sensibilización para reducir el estigma y promover la atención a los trastornos mentales. En 2020, la Secretaría de Salud lanzó una campaña nacional de salud mental, con un enfoque en la detección temprana y tratamiento de la depresión.

III. CONSIDERACIONES

Primero. Que la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, establece en su artículo 4, Párrafo Cuarto que:

"Toda Persona tiene derecho a la protección de la salud. La Ley definirá las bases y modalidades para el acceso a los servicios de salud y establecerá la concurrencia de la Federación y las entidades federativas en materia de salubridad general, conforme a lo que dispone la fracción XVI del artículo 73 de esta Constitución. La Ley definirá un sistema de salud para el bienestar, con el fin de garantizar la extensión progresiva, cuantitativa y cualitativa de los servicios de salud para la atención integral y gratuita de las personas que no cuenten con seguridad social."

Segundo. Por su parte, el artículo Artículo 2, Fracción Primera , de la Ley General de Salud establece que:

"Artículo 2. El derecho a la protección de la salud, tiene las siguientes finalidades:

I.El bienestar físico y mental de la persona, para contribuir al ejercicio pleno de sus capacidades;

Asimismo, el Artículo 72 de la Ley General de Salud establece que:

"Artículo 72. La salud mental y la prevención de las adicciones tendrán carácter prioritario dentro de las políticas de salud y deberán brindarse conforme a lo establecido en la Constitución y en los tratados internacionales en materia de derechos humanos. El Estado garantizará el acceso universal, igualitario y equitativo a la atención de la salud mental y de las adicciones a las personas en el territorio nacional."

Toda persona tiene derecho a gozar del más alto nivel posible de salud mental, sin discriminación por motivos de origen étnico o nacional, el color de piel, la cultura, el sexo, el género, la edad, las discapacidades, la condición social, económica, de salud o jurídica, la religión, la apariencia física, las características genéticas, la situación migratoria, el embarazo, la lengua, las opiniones, las preferencias sexuales, la identidad, la expresión de género, la filiación política, el estado civil, el idioma, los antecedentes penales o cualquier otra que atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular o menoscabar los derechos y libertades de las personas.

Para los efectos de esta Ley, se entiende por salud mental un estado de bienestar físico, mental, emocional y social determinado por la interacción del individuo con la sociedad y vinculado al ejercicio pleno de los derechos humanos; y por adicción a la enfermedad física y psico-emocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación."

Por su parte, diversos artículos de la Ley general de Salud en materia de salud mental plantean lo siguiente:

Propósito de los servicios de salud mental: El objetivo es la recuperación y el bienestar, considerando la autonomía del individuo, superando o gestionando traumas, y promoviendo una vida plena (Art. 72 Bis).

Atención con enfoque comunitario y de derechos humanos: La atención debe ser respetuosa de los derechos humanos y adaptada a las necesidades individuales, con principios de interculturalidad, género y participación social (Art. 72 Bis y 73).

Prevención y educación: Se promueven actividades educativas, socioculturales y programas para prevenir adicciones, y sensibilización sobre derechos humanos y salud mental, especialmente en grupos vulnerables (Art. 73).

Accesibilidad y cercanía: La atención debe ser cercana a la comunidad y accesible, con un enfoque en la prevención, detección temprana y atención integral (Art. 73 Bis).

Derechos de los usuarios: Se garantiza que los pacientes tengan derecho a recibir una atención digna, a decidir sobre su tratamiento y a mantener la confidencialidad, entre otros derechos fundamentales (Art. 74 Ter y 75 Bis).

Internamiento como último recurso: El internamiento debe ser el último recurso, siempre que aporte mayores beneficios terapéuticos y se realice en el entorno más cercano al paciente (Art. 75).

Consentimiento informado: Los tratamientos deben ser prescriptos con consentimiento informado, garantizando que el paciente entienda las alternativas y riesgos (Art. 75 Bis).

Voluntad anticipada: Las personas pueden decidir previamente sobre su tratamiento en caso de necesitar atención médica en el futuro, y pueden revocar estas decisiones (Art. 75 Ter).

Normas y programas: Se establecen normas oficiales y programas para asegurar una atención adecuada tanto a los pacientes como a sus familiares (Art. 76 y 77).

Tercero. Que la Constitución Política de la Ciudad de México en su artículo 9, Apartado D, numeral 1, menciona que:

Artículo 9 Ciudad Solidaria.

D. Derecho a la salud

1. Toda persona tiene derecho al más alto nivel posible de salud física y mental, con las mejores prácticas médicas, lo más avanzado del conocimiento científico y políticas activas de prevención, así como al acceso a servicios de salud de calidad. A nadie le será negada la atención médica de urgencia.

Cuarto. Que la Ley de Salud de la Ciudad de México en materia de salud mental establece lo siguiente:

Artículo 89. La salud mental es el estado de bienestar psíquico que experimenta de manera consciente una persona como resultado de su buen funcionamiento en los aspectos cognoscitivos, afectivos y conductuales que le permiten el despliegue óptimo de sus potencialidades individuales para la convivencia, el trabajo y la recreación, de manera que pueda desarrollar una sana convivencia en su comunidad.

Artículo 90. La prevención y atención de la salud mental tiene carácter prioritario y se basará en el conocimiento de los factores que la afectan las causas de las alteraciones de la conducta, los métodos de prevención y control de las enfermedades mentales, así como otros aspectos relacionados.

Artículo 91. Las personas usuarias de los servicios de salud mental, además de los derechos que refiere el artículo 12 de la presente Ley, tendrán derecho a:

I. Acceso oportuno a una atención integral y adecuada por los servicios de salud mental;

II. Ser informado sobre las campañas, planes, programas y servicios que proporcionen el Gobierno y las instituciones sociales y privadas en materia de salud mental;

Quinto. Como se ha mencionado, 13 de enero de cada año se conmemora el Día Mundial de la Lucha Contra la Depresión, una fecha destinada a aumentar la

conciencia sobre la importancia de prevenir esta enfermedad y promover la búsqueda de ayuda profesional para quienes la padecen. Según la OMS, aproximadamente el 3,8% de la población mundial, lo que equivale a unos 280 millones de personas, sufren de depresión.

Sexto. Este trastorno se caracteriza por sentimientos de tristeza profunda, fatiga, pérdida de interés en actividades placenteras, alteraciones en los hábitos de sueño y alimentación, los cuales perduran durante al menos dos semanas, afectando significativamente la vida cotidiana y las relaciones personales de quienes lo padecen. La depresión suele presentarse en episodios que pueden variar en intensidad, desde leve hasta grave. Entre los trastornos más comunes se encuentran el trastorno depresivo mayor (de intensidad grave) y el trastorno depresivo persistente (de intensidad moderada). Los síntomas de la depresión mayor incluyen sentirse triste la mayor parte del día, pérdida de interés por actividades antes placenteras, cambios en el apetito o el peso, dificultades para dormir, sensación de fatiga, pensamientos suicidas, entre otros. No todas las personas con depresión experimentan todos estos síntomas, pero es fundamental entender que la depresión no es simplemente una tristeza pasajera, sino un trastorno de salud mental que requiere atención y tratamiento profesional.

El tratamiento combinado de terapia cognitivo-conductual y medicamentos antidepressivos ha mostrado buenos resultados, ayudando a remitir los síntomas, restaurar el funcionamiento de la persona y prevenir recaídas. Además, es esencial promover una cultura de salud mental y derribar los estigmas asociados a los trastornos mentales, ya que a menudo la depresión está relacionada con el consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas.

Séptimo. En la Ciudad de México, la Secretaría de Salud cuenta con 112 módulos de salud mental en el primer nivel de atención. Además, dispone de 34 Centros de Atención a las Adicciones y Salud Mental (CECOSAMA) distribuidos en las 16 alcaldías.

Asimismo, si alguien está enfrentando la depresión o el consumo de sustancias, se recomienda acercarse a los servicios del Instituto para la Atención y Prevención de las Adicciones (IAPA). Este ofrece recursos como atención telefónica de apoyo psicoemocional y contacto con organizaciones especializadas en salud mental cercanas a la ubicación de la persona. Es importante recordar que las personas no están solas, ya que existen profesionales e instituciones dispuestas a ayudar en el proceso de recuperación.

Octavo. El Instituto para la Atención y Prevención de las Adicciones brinda atención en diversas modalidades como lo son;

Atención telefónica:

a través de los siguientes números: 5546313035 extensiones 2006, 2010, 2013, 2014 y 2015

Se puede comunicar en horario de 9:00 a 18:00 horas, para contención emocional, canalización y atención a problemáticas de salud mental, emocional y por abuso en el consumo de sustancias psicoactivas, si es necesario se puede obtener una cita para recibir atención en algún Centro de Atención a Adicciones.

Atención virtual:

<https://meet.google.com/tja-jmin-ohw>

Se puede comunicar desde un teléfono celular, una tableta, o computadora, en horario de 9:00 a 18:00 horas, del otro lado hay un psicólogo(a) especialista en atención a problemas de salud mental, emocional y adicciones.

Atención presencial:

Ubicado en Avenida Río Mixcoac #342, Colonia Acacias, Alcaldía Benito Juárez.

Página oficial del IAPA en facebook

https://www.facebook.com/story.php?story_fbid=560561923539884&id=100087582436452&_rdr

Página oficial del IAPA en internet

<https://www.iapa.cdmx.gob.mx>

Para obtener apoyo, se puede contactar adicionalmente a:

- Línea de la Vida: 800 911 2000
- Locatel: *311

Por lo antes expuesto y fundado, sometemos a la consideración del Pleno de este H. Congreso, la siguiente Proposición con Punto de Acuerdo de Urgente y Obvia Resolución al tenor del siguiente :

IV. RESOLUTIVO

ÚNICO. Se exhorta respetuosamente a las 66 diputadas y diputados del Congreso de la Ciudad de México; III Legislatura, a difundir de manera permanente en sus Módulos Legislativos de Atención, Orientación, Quejas Ciudadanas y Apoyo de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, la información relacionada con la atención y

prevención de la depresión en la Ciudad de México con el objeto de fortalecer la salud mental de la población capitalina

Dado en el Pleno del Congreso de la Ciudad de México a los 22 días del mes de enero de 2025.

ATENTAMENTE

Martha Soledad Ávila Ventura

Miguel Ángel Macedo Escartín

DIP. MARTHA SOLEDAD ÁVILA VENTURA

DIP. MIGUEL ÁNGEL MACEDO ESCARTÍN

Título	P.A. lucha contra la depresión
Nombre de archivo	firma_P.A.__Depresión_.pdf
Identificación del documento	fc8390273f5afd75ba004cafdeafc6c1d08239e2
Formato de fecha del registro de auditoría	DD / MM / YYYY
Estado	● Firmado

Historial del documento

 ENVIADO	17 / 01 / 2025 22:13:35 UTC	Enviado para su firma a Dip. Miguel Macedo (miguel.macedo@congresocdmx.gob.mx) por miguel.macedo@congresocdmx.gob.mx IP: 202.5.105.235
 VISUALIZADO	17 / 01 / 2025 22:13:48 UTC	Visualizado por Dip. Miguel Macedo (miguel.macedo@congresocdmx.gob.mx) IP: 202.5.105.235
 FIRMADO	17 / 01 / 2025 22:14:32 UTC	Firmado por Dip. Miguel Macedo (miguel.macedo@congresocdmx.gob.mx) IP: 202.5.105.235
 COMPLETADO	17 / 01 / 2025 22:14:32 UTC	El documento se ha completado.