



Nerviocalm[®]

UN ANÁLISIS ACTUAL DEL ESTADO DE

**SALUD MENTAL EN
ECUADOR**



Green Tree[®]

Depresión y ansiedad: los trastornos silenciosos que afectan a millones.

“

Más de 264 millones de personas sufren depresión y unos 284 millones viven con ansiedad.




”

La depresión y la ansiedad son dos de los trastornos mentales más frecuentes en el mundo, afectando a millones de personas en distintos contextos.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), más de 264 millones de personas padecen depresión y alrededor de 284 millones viven con ansiedad. Estas condiciones pueden desarrollarse por una combinación de factores genéticos, biológicos, ambientales y psicológicos. La pandemia por COVID-19 intensificó este escenario, elevando notablemente los niveles de estrés y ansiedad en diversas poblaciones a escala global.

El estigma y la falta de acceso a servicios de salud mental son barreras significativas para su tratamiento. La prevalencia de la depresión y la ansiedad varía según la región, de acuerdo a factores socioeconómicos y culturales.

Porcentajes de depresión y ansiedad por región

 Continente	 Depresión	 Ansiedad
África	5%	7%
América del Norte	8%	9%
América del Sur	9%	10%
Asia	6%	8%
Europa	7%	8%
Oceanía	6%	9%

Salud mental en cifras: una emergencia creciente en Ecuador

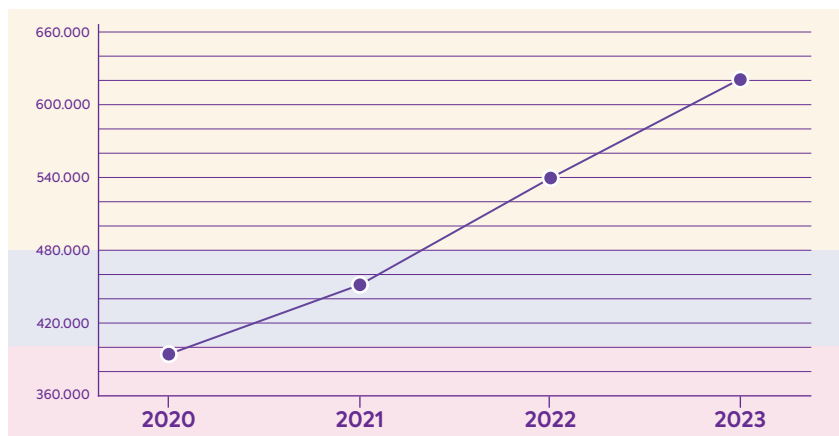


En Ecuador, el número de hospitalizaciones por trastornos depresivos cada 100.000 habitantes pasó de 9 en 2015 a 14 en 2022. En 2022 se registró 70 mil atenciones por mes, cifra que aumentó a 77 mil por mes en el 2023 y alcanzó 87 mil al mes entre enero y agosto de 2024.

La depresión afecta principalmente a las mujeres, quienes representaron el 65,7 % de las hospitalizaciones en 2015 y triplicaron los casos de hombres en atenciones ambulatorias. Ese año, 36.631 mujeres y 13.748 hombres recibieron un diagnóstico de depresión.

Desde la pandemia de COVID-19, el número de consultas ha crecido de forma exponencial, impulsado por el confinamiento y el deterioro socioeconómico.

Análisis del incremento de consultas médicas relacionadas a **trastornos emocionales en Ecuador del 2020 al 2023**



Fuente: MSP del Ecuador

¿Cómo afecta al bienestar del ser humano un estado ansioso/depresivo?

Los problemas de salud mental como la ansiedad y la depresión pueden tener un impacto significativo en el bienestar general y la calidad de vida de las personas. En Ecuador, estos trastornos mentales son responsables de una pérdida considerable de años de vida saludables (8.3 años por depresión y 5.2 años por ansiedad).

Los principales síntomas asociados con la ansiedad y la depresión incluyen:



Emocionales:

Malestar emocional profundo con tristeza, desesperanza, irritabilidad y autodesprecio.



Conductuales

Retraimiento, aislamiento, disminución de la participación en actividades sociales y de ocio.



Cognitivos

Dificultad para concentrarse, recordar, tomar decisiones, indecisión, inquietud.



Fisiológicos

Fatiga, pérdida de energía, cambios en el apetito, dolor de cabeza y problemas digestivos.



Pensamientos

Pensamientos de muerte o suicidio, pensamientos recurrentes de fracaso o autoinculpción.



Sexuales

Disminución de la libido, falta de interés sexual.

¿Cómo afectan los problemas emocionales en la vida del adulto mayor?



La depresión, la ansiedad y la falta de sueño afectan la memoria en adultos mayores al disminuir la atención, alterar el estado de alerta y dificultar la consolidación de recuerdos.

Estos trastornos provocan cambios cerebrales que aceleran el deterioro cognitivo y pueden aumentar el riesgo de demencia en un 50%, sobre todo si se combinan con hipertensión, obesidad o diabetes.

¿Cómo afectan los trastornos emocionales a los jóvenes universitarios ecuatorianos?



Los estudios recientes muestran que la depresión afecta al 55% de los estudiantes universitarios ecuatorianos, siendo más frecuente en mujeres (35%) y suele manifestarse mayormente de forma leve (22%). Factores familiares como problemas económicos, convivencia difícil y bajo nivel educativo de los padres se han identificado como factores de riesgo importantes. Estos hallazgos subrayan la urgente necesidad de crear intervenciones específicas para abordar los aspectos psicológicos y cognitivos de la depresión en esta población. Sin embargo, es fundamental tener en cuenta que estas intervenciones pueden no ser adecuadas para jóvenes con tendencias depresivas o que utilizan neurolépticos, ya que podrían agravar su condición.

Además, una investigación de la Universidad de Harvard publicada en JAMA por Roy H. Perlis, et. al. (2021) destaca la relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la depresión. **El estudio revela que los menores de 35 años que utilizan mucho las redes sociales experimentan un aumento del 160% en los síntomas depresivos, mientras que en los mayores de 35 años esta cifra se reduce al 12%.**

¿Cuál es el papel del cortisol en las situaciones de estrés, ansiedad y depresión?

El cortisol, una hormona esteroidea esencial para regular el metabolismo, la respuesta inmune y el estado de ánimo, es producido por las glándulas suprarrenales como reacción al estrés. Numerosos estudios científicos han investigado la relación entre el cortisol y los trastornos del estado de ánimo como la ansiedad y la depresión.

Ansiedad y depresión: efectos asociados al cortisol.

NIVELES ELEVADOS DE CORTISOL



Las personas con trastornos de ansiedad y depresión a menudo presentan niveles crónicamente elevados de cortisol. Esto puede afectar la función cognitiva y emocional, dificultando la regulación del estado de ánimo y aumentando la reactividad emocional.

RESPUESTA AL ESTRÉS



El cortisol es parte de la respuesta fisiológica al estrés, conocida como el eje HHA (hipotálamo-hipofisario-adrenal). En situaciones de estrés, los niveles de cortisol aumentan, lo que puede contribuir a la sensación de ansiedad y a la exacerbación de síntomas depresivos.

NEUROPLASTICIDAD Y NEUROTOXICIDAD



El exceso de cortisol puede tener efectos neurotóxicos, afectando la neuroplasticidad y la supervivencia neuronal. Esto se ha relacionado con la atrofia del hipocampo, una región del cerebro implicada en la memoria y la regulación emocional, lo que puede contribuir a los síntomas de ansiedad y depresión.

INFLAMACIÓN



El cortisol también modula la respuesta inflamatoria. La inflamación crónica se ha asociado con trastornos del estado de ánimo, y el cortisol puede influir en esta relación al alterar la producción de citoquinas proinflamatorias.

¿Cómo se produce el efecto neuroregulador de Nerviocalm®?



Valeriana
(Valeriana officinalis)

1. Aumento de disponibilidad del GABA (Inhibición de la enzima GABA transaminasa).
2. Modulación de los receptores GABA tipo A.
3. Interacción con otros neurotransmisores (serotonina y dopamina).
4. Efecto sedante a través de la modulación del sistema nervioso central (aumento de secreción de melatonina en la noche).



Pasiflora
(Passiflora incarnata)

1. Interacción con receptores D2 dopaminérgicos (mejora la sensibilidad al efecto de dopamina sobre el ánimo).
2. Modulación de receptores serotoninérgicos 5-HT1A (implicados en la ansiedad y estado de ánimo).
3. Interacción con los receptores GABA tipo A, potenciando el efecto de resiliencia ante el estrés.
4. Aumento de disponibilidad del GABA (inhibición de la enzima GABA transaminasa).



Hierba de San Juan
(Hypericum perforatum)

1. Aumenta la disponibilidad de serotonina en la sinapsis neuronal, (similar a los ISRS).
2. Inhibe la liberación de glutamato.
3. Inhibe la recaptación de noradrenalina y dopamina.
4. Aumenta la disponibilidad de GABA (Inhibición de la enzima GABA transaminasa).



Lúpulo
(Humulus lupulus)

1. Aumento de la unión del GABA a sus receptores.
2. Interacción con receptores de melatonina, mejorando la calidad del sueño.
3. Contiene antioxidantes, como flavonoides y ácidos fenólicos, que pueden neutralizar los radicales libres y proteger las células neuronales del daño oxidativo.
4. Inhibe la producción de TNF- α e IL-6, lo que ayuda a reducir la inflamación en el sistema nervioso central.



Azafrán
(Crocus sativus)

1. Aumenta la serotonina en la sinapsis, similar a los antidepresivos ISRS.
2. Reduce la liberación de glutamato, ayudando a calmar la hiperexcitabilidad neuronal.
3. Inhibe la recaptación de noradrenalina y dopamina, mejorando el ánimo, energía y enfoque.
4. Aumenta el GABA al bloquear su degradación, generando un efecto relajante y ansiolítico.



Magnesio

1. Modula receptores NMDA, reduciendo la sobreexcitación neuronal.
2. Modula los canales de calcio en las neuronas, reduciendo la liberación de neurotransmisores excitatorios.
3. Potencia la unión de GABA, favoreciendo la relajación y reduciendo ansiedad.
4. Regula el eje HPA, disminuyendo cortisol, reduciendo la respuesta al estrés.



Vitamina B6
(Piridoxina)

1. Cofactor en la síntesis de neurotransmisores como serotonina, dopamina, noradrenalina y GABA.
2. Participa en el metabolismo de aminoácidos, incluyendo la conversión de triptófano a serotonina.
3. Contribuye a la formación de hemoglobina para el transporte de oxígeno en glóbulos rojos.
4. Apoya la función nerviosa y la mielinización de las fibras nerviosas.

Impacto en el bienestar emocional: **Así actúa Nerviocalm® en el sistema nervioso**

Desde la práctica clínica, **Nerviocalm®** es un neuroregulador de alta especificidad, que no busca deprimir o excitar el sistema nervioso central, sino que al contrario busca devolver el equilibrio bioquímico cerebral a través de **3 mecanismos principales**:

1.- Estimula la capacidad autorreguladora del GABA, promoviendo la mayor producción endógena de serotonina y dopamina para lograr una sensación de bienestar

2.- Promueve la neuroplasticidad (mayor funcionamiento de áreas de asociación en corteza prefrontal y aumento de redes neuronales en regiones temporales) e incrementar la capacidad de resiliencia en situaciones estresantes.

3.- Regula el ritmo de sueño mejora la producción natural de melatonina, favoreciendo un descanso profundo y reparador. Un buen sueño reduce en un 30% el riesgo de desarrollar demencia.

Dosis recomendada

La dosis sugerida de **Nerviocalm**® en mayores de 12 años y adultos es la siguiente:

Una tableta cada 12 horas durante 1 a 3 meses en casos de depresión y ansiedad de reciente aparición.

Una tableta cada 12 horas durante 1 a 3 meses, y luego una sola tableta al día durante 6 a máximo 12 meses en casos de depresión y ansiedad crónica, o episodios recurrentes.





Una a máximo dos tabletas juntas 30 minutos antes de dormir en casos de insomnio, que en caso de ser crónico podría usarse de manera continua hasta por 12 meses.







Nerviocalm®

– Recupera la calma –

Indicados para pacientes con .

-  Trastornos del estado de ánimo (estrés o ansiedad)
-  Trastorno de sueño
-  Mujeres con menopausia
-  Mujeres con depresión postparto

Beneficios clínicos .

-  Tranquilidad sin efectos secundarios
-  Mejora el estado de ánimo
-  Mejora la calidad de sueño
-  Relajante natural contra la tensión por estrés.

Bibliografía consultada

German Josuet Lapo-Talledo, Karime Montes-Escobar, Ana Lúcia S. Rodrigues, Aline Siteneski. Hospitalizations for depressive disorders in Ecuador: An eight-year nationwide analysis of trends and demographic insights, Journal of Affective Disorders. Volume 374, 2025, Pages 433-442, ISSN 0165-0327. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.01.074>.

Aguirre-Palacios, J. L. . & Jaramillo-Montaño, M. J. . (2024). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en población con hipertensión arterial. Revista Metropolitana De Ciencias Aplicadas, 7(3), 70-78. <https://doi.org/10.62452/kj4aej93>

Hermosa-Bosano, C., Paz, C., Hidalgo-Andrade, P., García-Manglano, J., Chalezquer, C. S., López-Madrugal, C., & Serrano, C. (2021). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en la población general ecuatoriana durante la pandemia por COVID-19. Revista Ecuatoriana de Neurología, 30(2), 40-47.

Herbarios y bibliotecas de la Universidad de Harvard (20 de marzo de 2024). Leído de: <https://www.huh.harvard.edu/book/humulus-lupulus-l-or-hopshttps://url.com>.

Estela-Zape, J. L., Libreros-Chica, D. C., Noreña-Buitrón, L. D., & Sierra-Olea, J. M. (2024). Efectos terapéuticos de las plantas medicinales en los trastornos de ansiedad. Revisión exploratoria. Psiquiatría Biológica, 31(4), 100495.

Perlis RH , Green J , Simonson M, et al. Asociación entre el uso de redes sociales y síntomas de depresión autoinformados en adultos estadounidenses. JAMA Netw Open. 2021;4(11):e2136113. doi:10.1001/jamanetworkopen.2021.36113

Wang, Q., Huang, X., Liu, M., Wang, C., Sun, Z., Huang, C. y Tang, S. (2024). Prevalencia y factores de riesgo de depresión en personas mayores en residencias de ancianos de 2012 a 2022: una revisión sistemática y un metanálisis. Envejecimiento y Salud Mental , 28 (12), 1569-1580.

En Ecuador, donde
la salud mental se
apaga en silencio, surge:



– Recupera la calma –

Beneficios



Alivia el estrés, la ansiedad y la tensión diaria sin alterar el ritmo natural del cuerpo.



Refuerza la salud mental, cuida la memoria y favorece la renovación de las conexiones cerebrales.

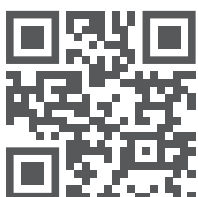


Mejora la calidad del sueño, desde los primeros días, favoreciendo un descanso profundo y reparador.



Brinda bienestar continuo, sin causar somnolencia ni afectar la claridad mental.

Escanea
para mayor información



www.indunidas.com.ec

[@laboratoriosindunidasec](https://www.facebook.com/laboratoriosindunidasec)

[@laboratoriosindunidasec](https://www.instagram.com/laboratoriosindunidasec)

Nerviocalm®



Green Tree®