

Fecha: 14-01-2026
Medio: Diario Concepción
Supl. : Diario Concepción
Tipo: Noticia general
Título: #FUE TENDENCIA

Pág. : 2
Cm2: 133,0

Tiraje: 8.100
Lectoría: 24.300
Favorabilidad: No Definida



#FUE TENDENCIA

Cada 13 de enero se conmemora el Día Mundial de la Lucha contra la Depresión, una fecha que invita a visibilizar la salud mental y a fomentar conversaciones sin estigmas. La depresión afecta a millones de personas en el mundo y su reconocimiento oportuno es clave para su abordaje y tratamiento. En este contexto, la conmemoración motivó diversas publicaciones y reflexiones en la plataforma X.

INDIE 505

@INDIE5051

La depresión no tiene edad, los ataques de pánico no son un show, la ansiedad no es exageración, la baja autoestima no es un juego; ojalá algún día se entienda que la salud mental es tan importante como la física, seamos más empáticos y respetuosos con los que nos rodean. La empatía puede sanar.

NINA

@NINURRI

Por los que luchamos y vencimos. Por los que se fueron. Por los que están peleando.

CEREBROS

@CEREBROSG

Hoy es 13 de enero, Día Mundial de la Lucha contra la Depresión. A una persona deprimida no se le dice que todo se soluciona pensando positivo, que le falta fuerza interior o que está exagerando. Meterte con la salud mental de alguien más, es lo más horrible y sin corazón que puedes hacer. No se cura con un "no te preocupes, tienes que salir más". La depresión silenciosamente termina apoderándose de ti. No es un juego, busca ayuda.

DEFREDS

@DEFREDS

Hoy no es un día para dar lecciones. Es un día para sentarse al lado. La depresión no siempre grita. A veces se disfraza de "estoy bien", de risas que llegan tarde y de noches que pesan demasiado.

CARTOONS ON THE MOON

@CARTOONSOTMOON

Hoy es el Día Mundial de la Lucha contra la Depresión: Un recordatorio de que, a veces, quienes nos hacen sonreír son quienes más sufren en silencio. Tener depresión no es debilidad, es luchar una batalla que nadie ve.