|  |
| --- |
| http://effectivehealthcare.ahrq.gov/index.cfm/search-for-guides-reviews-and-reports/?productid=1292&pageaction=displayproduct |
| Informándonos sobre la depresión |
| Causas, Medicamentos y efectos |
|  |
| **La nueva generación incluye depresión** |
|  |

|  |
| --- |
|  |

**¿Qué es la depresión?**

La depresión es una enfermedad médica que afecta al cerebro. Es una condición muy común que se presenta en aproximadamente una de cada cinco personas en Estados Unidos. Muchos factores pueden causar depresión, entre ellos los genes (ADN), la química cerebral o factores ambientales como el estrés.

La depresión no es lo mismo que sentirse triste o desanimado de vez en cuando. Las personas con depresión se sienten tristes, cansadas, les falta energía, o se les dificulta disfrutar las actividades cotidianas casi diariamente.

**La depresión es un problema serio, pero tratable, que no debe ignorarse.** Muchas personas necesitan que un médico u otro profesional de atención médica les administren algún tipo de tratamiento para la depresión.

No todas las personas con depresión se sienten tristes o desanimadas. Otros síntomas de la depresión son:

* Cambios en los hábitos de sueño, como dormir poco o más de lo habitual.
* Pérdida del interés en las actividades comunes, tales como los pasatiempos preferidos, la convivencia familiar o salidas con los amigos.
* Comer menos o más que antes, ya sea que se tenga o no hambre.
* Fuertes sentimientos de desesperación, desesperanza, o falta de autoestima.
* Dificultad para pensar o concentrarse.
* Sentimientos de culpabilidad excesiva e inapropiada.
* Pensamientos suicidas.

Es posible que usted no advierta algunos de estos síntomas, pero que sí los noten otras personas que viven y trabajan cerca de usted.

Conozca sus opciones

**¿Cómo se trata la depresión?**

La depresión se trata con medicamentos, terapia de conversación (en la que la persona habla con un profesional capacitado acerca de sus pensamientos y sentimientos; llamada también "psicoterapia" o "consejería") o con una combinación de ambos métodos.

Este resumen se ocupa solamente de la investigación sobre los medicamentos utilizados para tratar la depresión llamados antidepresivos. Su médico puede enviarlo a consultar con un terapeuta de conversación (psicoterapeuta), además de recetarle medicamentos. Pregunte a su médico los beneficios y riesgos de agregar la psicoterapia a su tratamiento.

| **Nombre comercial** | **¿Existe genérico?** | **Nombre del medicamento** |
| --- | --- | --- |
| \* Para tratar la depresión, su médico puede emplear un medicamento que no esté incluido en esta lista. Los medicamentos de la lista fueron los que se evaluaron en la revisión de la investigación en la que se basa este resumen.\*\* El nombre comercial Serzone® no está disponible en Estados Unidos. De este medicamento se tiene solamente la forma genérica. |
| Wellbutrin®; Wellbutrin SR®; Wellbutrin XL® | Sí, en algunas dosis | Bupropión |
| Celexa® | Sí | Citalopram |
| Pristiq® | No | Desvenlafaxina |
| Cymbalta® | No | Duloxetina |
| Lexapro® | No | Escitalopram |
| Prozac®; Prozac Weekly® | Sí | Fluoxetina |
| Luvox® | Sí | Fluvoxamina |
| Remeron®; Remeron SolTab® | Sí, en algunas dosis | Mirtazapina |
| Serzone®\*\* | Sí | Nefazodona |
| Paxil®; Paxil CR® | Sí | Paroxetina |
| Zoloft® | Sí | Sertralina |
| Desyrel® | Sí | Trazodona |
| Effexor®; Effexor XR® | Sí, en algunas dosis | Venlafaxina |
| **Medicamentos antidepresivos\*** |

**¿Qué significan las letras SR, CR, XR y XL después del nombre comercial?**

Esas letras en el nombre de un medicamento indican que está en una forma que retrasa o prolonga su liberación en el cuerpo. Eso significa que el medicamento permanece más tiempo dentro del cuerpo, de manera que tal vez pueda tomarlo con menor frecuencia.

* Wellbutrin SR® es un medicamento de *liberación sostenida*. Este medicamento se toma dos veces al día.
* Paxil CR® es un medicamento de *liberación controlada*. Este medicamento se toma una vez al día.
* Effexor XR®, Wellbutrin XL® y Prozac Weekly® son medicamentos de *liberación prolongada*. Wellbutrin XL® y Effexor XR® se toman una vez al día. Prozac Weekly® se toma una vez a la semana.

**¿Cómo funcionan estos medicamentos?**

Los medicamentos antidepresivos ayudan a mejorar la forma en que el cerebro utiliza ciertas sustancias químicas que controlan el estado de ánimo o el estrés.

**¿Qué dicen las investigaciones respecto a qué tanto ayudan estos medicamentos a las personas que padecen depresión?**

* Todos los medicamentos antidepresivos tienen casi la misma eficacia para aliviar los síntomas de la depresión y mejorar la calidad de vida de las personas que la padecen.
* Todos los medicamentos antidepresivos funcionan casi igual de bien para evitar que los síntomas de la depresión regresen.

**¿Qué tan bien funcionan estos medicamentos?**

Aunque todos los medicamentos antidepresivos funcionan igualmente bien, es importante recordar que algunas personas no se sentirán mejor con el primer medicamento que tomen. Es posible que deban probar varios medicamentos antes de encontrar uno que les funcione. Otros tal vez descubran que, aunque el medicamento les ayudó por un tiempo, los síntomas regresaron. Para que el medicamento funcione, es importante seguir cuidadosamente las indicaciones médicas para su uso.

**Solamente tres de cada cinco personas verán que su depresión mejora la primera vez que empiecen a tomar un medicamento antidepresivo.**



**¿Qué descubrieron las investigaciones sobre antidepresivos específicos?**

Las investigaciones han encontrado cierta información específica acerca de los beneficios de algunos medicamentos:

* Las personas que tomaron mirtazapina (Remeron®) empezaron a sentirse mejor con más rápidez que cuando tomaron otros antidepresivos. Remeron® tardó entre 1 y 2 semanas en empezar a hacer efecto. Los otros antidepresivos mostraron su funcionamiento cerca de las 4 semanas.
* Prozac Weekly® y Paxil CR® son igual de eficaces que Prozac® y Paxil® regulares.
* Pocas personas dejaron de tomar venlafaxina (Effexor®, Effexor XR®) por falta de eficacia en comparación con otros antidepresivos. Las personas que dejaron de tomar venlafaxina lo hicieron por causa de efectos secundarios como náusea y vómito.

**¿Pueden los antidepresivos aliviar otros problemas relacionados con la depresión?**

* **Ansiedad**. Las personas que padecían depresión observaron mejoría con su ansiedad. Todos los medicamentos estudiados mostraron casi el mismo grado de mejoría.
* **Dolor**. Tanto la paroxetina (Paxil®) como la duloxetina (Cymbalta®) ayudaron casi igual a pacientes con depresión y con dolor crónico.
* **Insomnio** (cuando uno no puede conciliar o mantener el sueño). La fluoxetina (Prozac®), la mirtazapina (Remeron®), la paroxetina (Paxil®) y la sertralina (Zoloft®) ayudaron casi igual a las personas con insomnio, pero no existe suficiente investigación para poder afirmarlo con certeza.

**¿Cuáles son los efectos secundarios de los antidepresivos?**

El número de personas que tienen algún efecto secundario por el uso de un antidepresivo es casi el mismo con todos los medicamentos de este tipo. Sin embargo, los efectos secundarios de cada medicamento pueden ser diferentes y algunos tienden a causar determinados efectos secundarios con mayor frecuencia que otros.

Según datos de la Food and Drug Administration de Estados Unidos (Administración de Alimentos y Medicamentos; FDA, por su sigla en inglés), los efectos secundarios más frecuentes de los antidepresivos de que trata este resumen son:

* Náusea y vómito
* Aumento de peso
* Diarrea
* Sueño
* Problemas sexuales

Otros efectos secundarios más graves, aunque mucho menos frecuentes, que señala la FDA en relación con los antidepresivos analizados en este resumen pueden ser: convulsiones, problemas del corazón, desequilibrio de la sal (sodio) en la sangre, daño al hígado, pensamientos suicidas o síndrome de serotonina (reacción que puede causar la muerte debido a que el cuerpo produce esta sustancia en exceso). El síndrome de serotonina puede causar temblores, diarrea, fiebre, convulsiones y entumecimiento o rigidez muscular.