

Medicamentos Antidepresivos



La depresión es una enfermedad que afecta tanto la mente como el cuerpo. Los medicamentos anti-depresivos restauran el equilibrio químico apropiado en el cerebro, de modo que la mente y el cuerpo puedan retornar a la normalidad.

Los dos tipos más comunes de medicamentos usados para tratar el mal depresivo son los inhibidores selectivos de la recaptación de la serotonina (abreviados en inglés SSRIs) y los antidepresivos tricíclicos (abreviados en inglés TCAs).

Los medicamentos toman tiempo para empezar a funcionar

Los antidepresivos pueden tomar varias semanas para empezar a funcionar. *Por lo tanto, es importante seguir tomando su medicamento hasta que su doctor le diga que deje de hacerlo, así se sienta mejor.* Por otro lado, algunos medicamentos se deben dejar de tomar gradualmente para darle al cuerpo tiempo de rea-

justarse. Además, si para demasiado pronto, es más probable que la depresión reaparezca.

En algunos casos de depresión crónica, los medicamentos se tienen que volver parte de su vida cotidiana para evitar el retorno de los síntomas de la depresión.

Los medicamentos antidepresivos no son adictivos. Sin embargo, al igual que con cualquier otro medicamento que se tome más allá de unos cuantos días, los anti-depresivos deben ser monitoreados cuidadosamente para asegurar que esté recibiendo la dosis correcta. Su doctor querrá revisar la dosis y la efectividad regularmente, especialmente en los primeros tres meses de tratamiento.

Nunca mezcle medicamentos de cualquier tipo sin hablar con su doctor u otro profesional médico. Asegúrese de decirle a su dentista o a cualquier otro profesional médico que le recete una droga que está tomando antidepresivos. Algunas de las drogas más seguras cuando se toman por su cuenta pueden causar efectos colaterales graves y peligrosos si se mezclan con otras. El alcohol, incluyendo el vino, cerveza y licores fuertes, pueden reducir la efectividad de los antidepresivos y pueden causar aún más efectos sedativos. Por consiguiente, el alcohol debe ser evitado.

Las drogas contra la ansiedad o sedantes no son antidepresivos. Aunque algunas veces se recetan junto con los antidepresivos, no se deben tomar por su cuenta para un mal depresivo. Los estimulantes, tales como los descongestionantes y las anfetaminas no se deben tomar con antidepresivos. Las pastillas para dormir se recetan algunas veces para su uso temporal con antidepresivos. Asegúrese de llamar a su doctor o farmacéuta si tiene alguna pregunta acerca de cualquier droga o si está teniendo problemas que usted crea que están relacionados con las drogas que está tomando.

Los efectos colaterales de los antidepresivos y cómo manejarlos

Su doctor tendrá en cuenta cierto número de factores antes de recetar antidepresivos. Estos medicamentos, como cualquier otro, pueden causar en cierta gente efectos colaterales leves y usualmente temporales. Los efectos colaterales poco comunes (o aquellos que interfieren con las funciones normales) deben ser reportados a su doctor o a otro profesional médico.

Los **SSRIs**, tales como el Prozac y Paxil, pueden tener los efectos colaterales que aparecen abajo. Éstas son algunas maneras de lidiar con ellos:

- Un dolor de cabeza usualmente desaparecerá por su cuenta.
- Aunque la náusea es común al tomar los SSRIs, usualmente no dura mucho. También puede tomar los antidepresivos con alimentos para reducir la náusea.
- El nerviosismo y el insomnio (el no poder dormir) pueden ocurrir durante las primeras semanas. Si estas afecciones no desaparecen, contacte a su doctor o a otro profesional médico.
- Puede que sienta ansiedad la primera vez después de que tome la droga. Si la ansiedad le está molestando, hable con su doctor.
- Puede que ocurran problemas sexuales. Si esto le está causando problemas, contacte a su doctor o a otro profesional médico. Puede que haya remedio.

Los **TCAs**, tales como la nortriptilina (en inglés nortriptyline) y la ladesipramina (en inglés ladesipramine), pueden tener los efectos colaterales que aparecen abajo. Éstas son algunas maneras de lidiar con los mismos:

- Puede que experimente resequead en la boca. Tome sorbos de agua para humedecer la boca, masque goma de mascar sin azúcar y lávese los dientes diariamente.



- Puede que le dé estreñimiento. Coma salvado, cereal, ciruelas pasas y otras frutas y verduras. El metamucil también puede serle útil, pero evite tomar laxantes.
- Puede que aumente algo de peso. Hable con su doctor o con otro profesional médico si esto le preocupa.
- Vaciar su vejiga puede ser difícil y su chorro de orina puede no ser tan fuerte como de costumbre. Llame a su doctor si tiene algún dolor al orinar.
- Puede que se maree al pararse o al sentarse. Trate de pararse o de sentarse lentamente después de estar sentado en una silla o después de estar en la cama.
- Al principio, puede que usted no pueda dormir tan bien, pero esto pasará pronto. No maneje, u opere maquinaria pesada si se siente amodorrado o cansado.
- Al principio, su vista puede estar también borrosa, pero esto pasará pronto. No consiga nuevas gafas.

Hechos y mitos comunes acerca de los medicamentos antidepresivos

Mito

Los medicamentos cubrirán los sentimientos reales de tristeza o prevendrán los sentimientos apropiados.

Hecho

Los medicamentos no le impedirán tener los sentimientos apropiados o tristeza. Los medicamentos ayudarán a prevenir los extremos que dificultan lidiar efectivamente con los sentimientos. El uso apropiado de los medicamentos puede permitirle trabajar más efectivamente en la psicoterapia.

Mito

Los antidepresivos forman hábito.

Hecho

Los antidepresivos no forman hábito. Puede que necesite tomarlos por un largo período de tiempo, pero el uso a largo plazo no es dañino o adictivo.

Mito

Los antidepresivos como el Prozac hacen que la gente se enloquezca, se vuelva violenta o suicida.

Hecho

Esto no es verdad. De hecho, es probable que alguna gente se vuelva suicida o violenta si no toma un antidepresivo.

Mito

Los medicamentos antidepresivos y los programas de 12 pasos son incompatibles.

Hecho

Los medicamentos antidepresivos no son drogas adictivas, y no tapan sus sentimientos verdaderos. El uso de un medicamento es una decisión de salud que usted toma junto con su doctor. Nadie más debe saber acerca del tratamiento.

Mito

El uso de medicamentos antidepresivos significa una falla personal o de insuficiencia.

Hecho

El uso de medicamentos antidepresivos no significa que usted sea un fracaso o sea insuficiente de ninguna manera. La depresión es una enfermedad, no una debilidad personal de la que uno simplemente se pueda escapar.

Mito

Los antidepresivos son una solución a corto plazo para resolver la depresión.

Hecho

Los antidepresivos usualmente se administran por lo menos de seis a nueve meses para un primer episodio de depresión. Para algunas personas, los medicamentos pueden ser necesarios de manera continua.

Mito

Otras personas sabrán que usted toma antidepresivos.

Hecho

Una persona que toma un medicamento no “parece medicada”. La gente no lo puede saber por su aspecto.

Mito

Los efectos colaterales son peores que la mejoría.

Hecho

La mayoría de los efectos colaterales son leves y aparecen y desaparecen.

Puede que tome hasta seis semanas para que usted sienta el efecto total del medicamento. Sin embargo, la mayoría de la gente experimenta efectos positivos más pronto. Muchos efectos son sutiles. Se sentirá menos abrumado, con más capacidad de enfrentar las cosas, con más dirección y menos deprimido.

Recuerde, el sentirse mejor no es una señal para dejar de tomar su medicamento antidepresivo.

Si piensa que tiene una emergencia médica, llame al 911 o vaya al hospital más cercano. Para coordinar mejor su cuidado de urgencia, le recomendamos que vaya a un hospital del Plan, si es razonable hacerlo teniendo en cuenta su condición o síntomas. Por favor, consulte *Su guía de servicios de Kaiser Permanente* para ver la ubicación de los hospitales del Plan que proporcionan cuidado de urgencia.

Una afección médica de urgencia es una afección médica o psiquiátrica que se manifiesta con síntomas agudos de gravedad suficiente (incluyendo dolor agudo) de modo tal que usted espere razonablemente que la ausencia de atención médica inmediata dé como resultado cualquiera de las cosas siguientes:

- Un peligro serio para su vida
- Una incapacidad grave de sus funciones corporales
- Una disfunción seria de cualquier órgano o parte corporal

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado que usted recibe de su doctor o de otro profesional médico. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor. Si tiene preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéuta. Kaiser Permanente no recomienda ninguna marca de fábrica; cualquier producto similar puede ser usado.