



La depresión es un problema médico que afecta la mente y el cuerpo. Se cree que los medicamentos antidepresivos restauran el equilibrio químico del cerebro para que la mente y el cuerpo puedan funcionar más eficientemente. El tipo más común de medicamento usado para tratar la depresión se llama inhibidor selectivo de recaptación de serotonina (selective serotonin reuptake inhibitor, SSRI).

Los medicamentos antidepresivos son diferentes a los que se utilizan para la ansiedad (ansiolíticos) o los sedantes. Si bien a veces se los receta juntos, los ansiolíticos y los sedantes solos no sirven para tratar la depresión.

El efecto de los medicamentos es lento

Pueden pasar varias semanas antes de que se adviertan los efectos de los antidepresivos. Es importante

que siga tomando sus medicamentos hasta que el médico le indique lo contrario, sin importar si se siente mejor o no. Si interrumpe la medicación antes de tiempo, es muy posible que los síntomas de la depresión regresen. Además, hay medicamentos que deben dejar de tomarse gradualmente para que el cuerpo tenga tiempo de adaptarse.

En ciertos casos de depresión crónica, es posible que la medicación se convierta en una parte de la vida diaria.

¿Los antidepresivos son adictivos?

No, estos medicamentos no provocan adicción. No obstante, cualquier medicamento que tome durante más de unos pocos días debe estar supervisado por un profesional para asegurarse de que está usando las dosis correctas. Su médico revisará periódicamente la dosis y la eficacia del medicamento, en especial durante los primeros tres meses de tratamiento.

¿Puedo tomar antidepresivos con otros medicamentos?

Nunca mezcle medicamentos de ningún tipo sin antes hablar con su médico u otro profesional de la salud. Si usa antidepresivos, asegúrese de informárselo a su dentista y a cualquier otro profesional médico que le receta medicamentos. Algunos medicamentos que son muy seguros cuando se toman solos, pueden tener efectos secundarios graves o peligrosos si se mezclan con otros.

Por ejemplo, nunca debe combinar medicamentos descongestivos con ciertos antidepresivos. Hable al respecto con su profesional de atención de la salud. Es posible que su médico le recete píldoras para

dormir para usar temporalmente junto con los antidepresivos.

El alcohol, incluido el vino, la cerveza y los licores fuertes, pueden afectar la eficacia de los antidepresivos y aumentar su efecto sedante. Por lo tanto, nunca tome alcohol si usa antidepresivos.

Si tiene alguna pregunta sobre un medicamento o si tiene problemas que cree que están relacionados con sus medicamentos, asegúrese de hablar con su médico o su farmacéutico.

¿Cuáles son los efectos secundarios?

Al igual que otros, este medicamento puede provocar a algunas personas efectos secundarios leves y por lo general temporales. Si tiene algún efecto secundario poco usual, o si interfiere con sus actividades diarias, hable con su médico u otro profesional de la salud.

Si usa un SSRI, tales como Prozac o Paxil, puede tener alguno de los siguientes efectos secundarios:

- Dolor de cabeza que por lo general desaparece solo.
- Náuseas que duran poco tiempo; tomar el medicamento con las comidas puede reducir las náuseas.
- Puede experimentar nerviosismo e insomnio (no poder dormir) durante las primeras semanas. Si estos efectos no desaparecen, hable con su médico u otro profesional de la salud.
- Es posible que sienta algo de ansiedad después de tomar el medicamento por primera vez. Si esto le molesta, hable con su médico.
- Puede haber problemas sexuales. Si esto le incomoda, hable con su médico u otro

profesional de la salud. Es posible que exista una solución.

Hechos y mitos comunes sobre los medicamentos antidepresivos

Mito: Los medicamentos cubrirán la sensación real de tristeza o evitarán que tenga sentimientos normales.

Hecho: El medicamento le ayudará a evitar los extremos que dificultan el manejo eficaz de los sentimientos. No evitan que usted tenga sentimientos. Si se usa correctamente, el medicamento puede beneficiar su tratamiento de psicoterapia.

Mito: Los antidepresivos crean hábito.

Hecho: Los antidepresivos no crean hábito. Si bien es posible que deba tomarlos durante mucho tiempo, el uso prolongado no es perjudicial ni provoca adicción.

Mito: Los antidepresivos, como Prozac, pueden provocar comportamientos violentos, irracionales o suicidas.

Hecho: Los antidepresivos resultan eficaces para tratar la depresión en aproximadamente el 75 por ciento de las personas. Muchas personas que tienen depresión tienen pensamientos o sentimientos suicidas. Es posible que un porcentaje muy pequeño (del uno al tres por ciento) de las personas que toman antidepresivos tengan pensamientos o sentimientos suicidas más profundos, pero la evidencia disponible no es clara. Su médico supervisará esto cuidadosamente, y necesita saber si usted tiene algún pensamiento o sentimiento suicida. No existe evidencia que indique que las

personas que toman antidepresivos se vuelvan violentas.

Mito: No puede participar en un programa de 12 pasos si toma antidepresivos.

Hecho: Los medicamentos antidepresivos no son fármacos que provocan adicción, y no disimulan sus verdaderos sentimientos. Tomar un medicamento es una decisión que usted toma junto con su médico para beneficiar su salud. No es necesario que nadie más sepa sobre su tratamiento.

Mito: Tomar antidepresivos significa que he fallado o que no soy normal.

Hecho: Usar un medicamento antidepresivo de ninguna manera significa que usted sea un fracaso o que no sea normal. La depresión es una enfermedad, no una debilidad personal. Usted no puede simplemente “salirse” de la depresión.

Mito: Los antidepresivos son una solución a corto plazo para aliviar la depresión.

Hecho: Por lo general, los antidepresivos se administran por lo menos de seis a nueve meses para un primer episodio de depresión grave. Algunas personas deben usarlo continuamente.

Mito: Otras personas se darán cuenta de que usted toma antidepresivos.

Hecho: Una persona que toma un medicamento no tiene “aspecto de medicada”. La gente no puede darse cuenta con sólo mirarlo.

Mito: Los efectos secundarios son peores que tratar de sentirse mejor.

Hecho: La mayoría de los efectos secundarios son leves, y vienen y van. Pueden pasar hasta seis semanas para que comience a sentir el efecto total del medicamento. No obstante, la mayoría de las personas nota efectos positivos en menos tiempo. Muchos de estos efectos son sutiles; se sentirá menos abrumado, con más capacidad de tolerar las cosas y menos deprimido. Recuerde que sentirse mejor no es una señal para que deje de tomar los antidepresivos.

¿Qué debo hacer en una emergencia?

Si tiene un problema médico de emergencia*, llame al 911 o vaya al hospital más cercano. Si tiene una emergencia, cubrimos la atención de emergencia que recibe de proveedores que pertenecen y que no pertenecen al plan en cualquier lugar del mundo.

Otros recursos

- Visite nuestro sitio web en kp.org/espanol para acceder a las enciclopedias de salud y medicamentos, programas interactivos, clases de salud y más.
- Comuníquese con el Departamento o Centro de Educación de la Salud de Kaiser Permanente para obtener información sobre salud, programas u otros recursos.
- Si un compañero o cónyuge la golpea, lastima o amenaza, esta situación puede afectar seriamente su salud. Pero la ayuda existe. Llame a la línea nacional de ayuda por violencia doméstica al 1-800-799-7233 o visite ndvh.org (en inglés).

* Una enfermedad médica de urgencia es: (1) una enfermedad médica o psiquiátrica que se manifieste por medio de síntomas agudos de suficiente gravedad (incluido un dolor intenso), de modo que usted podría de una manera razonable esperar que la falta de atención médica inmediata diera como resultado un peligro serio para su salud o para el funcionamiento corporal o de los órganos; o (2) cuando se encuentra en trabajo de parto activo y no hay tiempo suficiente para un transporte seguro a un hospital del Plan (o a un hospital designado) antes del parto o si el transporte representa una amenaza para su salud y seguridad (o la de su bebé por nacer).

Esta información no pretende diagnosticar problemas de salud ni sustituir los consejos médicos ni el cuidado que usted recibe de su médico o de otro profesional de la salud. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su médico. Si tiene más preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéutico. Kaiser Permanente no recomienda ningún medicamento o producto en particular. Cualquier marca comercial que se mencione es para efectos de identificación solamente.