

ANTIDEPRESIVOS



La depresión mayor o grave ha sido catalogada como una enfermedad médica, pues desde la biopsiquiatría, se ha demostrado un desequilibrio de ciertas sustancias químicas en el cerebro que afectan el humor, enfoque a través del cual los antidepresivos han demostrado ser especialmente eficaces.

Comprendamos juntos los beneficios de estos medicamentos, cuando su uso es responsable y supervisado... Saludablemente.

Los antidepresivos, se utilizan con dos objetivos terapéuticos *especialmente*: para combatir y aliviar la depresión y la ansiedad, sin embargo su uso en los ámbitos de la medicina es más extenso, pues se han utilizado para tratar la migraña, Parkinson, ataques de pánico, conductas obsesivo compulsivas, dolor crónico, trastornos de la conducta *alimentaria*, trastorno de estrés postraumático y disfunciones sexuales con *muy buenos resultados*.



Los antidepresivos pueden ser de cuatro tipos (dependiendo del sitio en el que actúen) siendo los Inhibidores Selectivos de la Recaptura de Serotonina (ISRSs) los de uso *más frecuente*. Estos medicamentos actúan manteniendo elevados los niveles de serotonina en el cerebro; esta sustancia, también conocida como la hormona del *humor y el placer*, representa un papel importante en la inhibición del enfado y la



agresión, la temperatura corporal, el humor, el sueño, el vómito, la sexualidad, y el apetito. Cuando se utilizan estos medicamentos, *existe entonces, una subsecuente mejoría en la comunicación entre neuronas, lo que conlleva un aumento progresivo del bienestar y la felicidad.*



En general a las personas que reciben la ayuda de estos fármacos, les parece que ya no *sentirán la realidad* de las cosas y/o que no van a poder actuar y vivir de forma “normal”. Lo cierto es que estos medicamentos producen diferentes efectos en el ámbito

psicológico de las personas, pero rara vez producen cambios de personalidad, las características propias de cada quien se mantienen inalteradas, lo que ocurre es que la intensidad negativa con la que se viven determinados acontecimientos se ve suavizada.

Sin ningún tratamiento, la mayoría de las depresiones mejoran en unos ocho meses, sin embargo, diversos estudios apuntan que, tras tres meses de tratamiento con antidepresivos, alrededor del 65% de las personas con depresión severa *habrán mejorado mucho y más rápido* en comparación con el 30% de quienes no los toman. Además, estudios recientes sugieren que *especialmente* en la depresión de leve a moderada, la psicoterapia es tan eficaz como los antidepresivos, el tiempo adecuado dependerá del tipo y la corriente psicológica.



*La
depresión,*

al tener como origen diversos factores como el estrés, sentimientos derivados de una decepción sentimental, la contemplación o vivencia de un accidente, asesinato o tragedia, el haber atravesado una experiencia cercana a la muerte, elaboración inadecuada del duelo o incluso, el consumo de determinadas sustancias y factores de predisposición como la genética o un condicionamiento educativo, *debería tratarse en combinación con fármacos y psicoterapia* pues, la tendencia es que el medicamento, sitúe a la persona en *una buena disposición de conocer y avanzar en hacer cambios* en las estrategias de *afrontamiento de situaciones cotidianas*.



Los antidepresivos de última generación, generalmente presentan menos efectos secundarios que otros, no son *tranquilizantes*, ni estimulantes y no producen adicción. Así mismo, no es habitual que aparezcan síntomas negativos y si lo hacen, estos suelen ser breves y de intensidad moderada. Como mencioné líneas arriba, los antidepresivos actúan sobre el humor, la ansiedad, la psicomotricidad, el sueño y el dolor, por lo que algunos efectos secundarios a tomar en cuenta son: dolor de cabeza, náusea, disminución del apetito y la concentración, mareo, insomnio, agitación y cambios en la fase del deseo de la respuesta sexual. Es importante mencionar que cuando se presentan, suelen ser pasajeros y será necesario experimentarlos, ya que el tiempo es fundamental para que desaparezcan en 15 ó 20 días.



Algunas veces el médico y el paciente tendrán que probar varios antidepresivos antes de *encontrar el más adecuado*, o la dosis *óptima*. Los estudios



www.centroliber.com

clínicos demuestran que, muchas personas tratadas con ciertos antidepresivos, *comenzaron a mejorar* en las primeras dos semanas. Otras, por el contrario, comienzan a mejorar entre la cuarta y sexta semanas, dependiendo del tipo de medicamento que se utilice, por ello es importante que **el tratamiento sea controlado por un profesional** que vigile de cerca que se esté tomando la dosis más eficaz, minimizar los efectos secundarios y conocer el progreso, ya que en función de cada persona y de los objetivos terapéuticos propuestos previamente, se recomienda que estos fármacos se tomen de tres o cuatro meses a un año como promedio, pues aunque quién consume la medicación **puede comenzar a sentirse mejor** antes, seguir tomándolo ayuda a que **la depresión desaparezca y se reduzca notablemente la posibilidad de que se presente nuevamente.**



Med. y Sex. Mayra Pérez Ambriz

Mayra piensa que conocer las causas, riesgos y beneficios, ayudan a individualizar el mejor tratamiento y que si este es multidisciplinario, siempre tendrá mejor pronóstico.

PROXIMO BOLETIN: "RESOLVIENDO LA ANSIEDAD"

Si deseas conocer más sobre nosotros o tienes alguna duda puedes consultar nuestra página www.centroliber.com o **escríbenos a centroliberhgo@centroliber.com**



El lector es el único responsable del uso de las ideas, conceptos y contenidos que este boletín semanal propone en su información. Si deseas darte de baja envía un correo con asunto "baja boletín".





Aprendizaje y crecimiento trascendente
Psicología, Tanatología, Sexología y Más...
www.centroliber.com



Un lugar para educar sobre sexualidad y encontrar herramientas para disfrutar del placer...



Hoy más que nunca, necesitamos de tu apoyo. Conócenos y ayúdanos a continuar con nuestra labor.

www.milagroscaninos.com

Más y Mejor vida, es posible.

Tuxpan 63 int. 304 Col. Roma sur
(entre Bajío y Tehuantepec)
55 84 81 83 / 55643698