



Antidepresivos **Cómo tratar la depresión**

Comparación de la eficacia, la seguridad y el precio

Si su médico o su profesional de salud mental le ha diagnosticado depresión, es posible que necesite tomar un antidepresivo. Estos medicamentos pueden aliviar los síntomas de la depresión, pero también pueden causar efectos secundarios graves; por lo tanto, no es aconsejable que los tome, a menos que sea necesario.

Para ayudarlos a usted y a su médico a elegir el antidepresivo adecuado de entre los 12 que se encuentran actualmente disponibles, *Consumer Reports* ha evaluado los fármacos de esta categoría en función de su eficacia, seguridad y costo. Este informe de 2 páginas es el resumen de un informe gratuito de 24 páginas que puede consultar en Internet, en ConsumerReportsHealth.org/BestBuyDrugs.

¿NECESITA UN ANTIDEPRESIVO?

Probablemente no necesite tomar un antidepresivo si su “depre” es leve y se ha desencadenado debido a un acontecimiento estresante reciente, como un divorcio, la pérdida del trabajo, una enfermedad o la pérdida de un ser querido y, aun así, usted puede continuar desempeñándose bastante bien en la vida. Es más probable que necesite un antidepresivo si su estado de ánimo abatido ha persistido durante más de dos semanas, no puede continuar desempeñándose bien en la vida, presenta cinco o más de los síntomas enumerados en el recuadro incluido a continuación y, en el pasado, ha tenido rachas de depresión. Si ha presentado síntomas de depresión intermitentes o leves durante varios meses, consulte a un médico o a un terapeuta. Le recomendamos asistir a sesiones de psicoterapia u obtener otro tipo de asesoramiento antes de tomar un medicamento.

SÍNTOMAS DE LA DEPRESIÓN

- Tristeza, desesperanza, pesimismo.
- Autoestima baja, desprecio, culpa.
- Pérdida del interés o de la satisfacción que producen los pasatiempos, el trabajo y las actividades que generalmente disfruta, incluido el sexo.
- Pérdida de la energía, agotamiento, sensación de “desaceleración”.
- Insomnio, despertarse temprano por la mañana o dormir de más.
- Dificultad para concentrarse, recordar, tomar decisiones.
- Cambios en el apetito (comer cantidades significativamente mayores o menores).
- Irritabilidad, inquietud, hostilidad.
- Ansiedad; poca tolerancia al estrés.
- Pensamientos recurrentes de muerte o suicidio; intentos de suicidio.
- Dolores o síntomas físicos inexplicables, como dolores de cabeza o indigestión crónica, que no responden al tratamiento.

Los antidepresivos ayudan a aliviar los síntomas de depresión en el 55% al 70% de las personas que los toman. Si usted no responde al primer medicamento recetado —alrededor del 30% al 40% de las personas no lo hacen—, su médico puede aumentar la dosis o cambiar el medicamento por otro. La gran mayoría de las personas que toman antidepresivos (90%) experimentan, al menos, un efecto secundario. La mayoría tolera los leves sin demasiada dificultad; pero hasta un tercio deja de tomar los medicamentos por completo.

Nuestras evaluaciones independientes se basan en revisiones científicas realizadas por el Proyecto de Revisión de la Eficacia de los Medicamentos de la Oregon Health and Science University. La elaboración de estos materiales fue posible gracias a un subsidio del Programa de Subvenciones para la Información a los Consumidores y a los Médicos que Recetan Medicamentos del Procurador General (Attorney General Consumer and Prescriber Education Grant Program) a nivel estatal, que se encuentra financiado por los acuerdos de resolución multiestatales por las demandas por fraude al consumidor respecto de la comercialización del medicamento de venta con receta Neurontin (gabapentina).

Nuestras recomendaciones

Nuestra evaluación de la evidencia indica que ningún antidepresivo en particular ha demostrado ser más eficaz que otro. Sin embargo, estos causan efectos secundarios diferentes; por lo tanto, su elección puede fundarse en los efectos secundarios particulares de un medicamento y en los costos. También debe saber que las personas responden a los antidepresivos de manera diferente; por lo tanto, es común probar con dos o tres antidepresivos antes de encontrar uno que haga efecto.

Hemos elegido cinco antidepresivos como *Consumer Reports Health Best Buy Drugs* para tenerlos en cuenta como opciones iniciales al momento de tratar la depresión:

- Bupropión genérico
- Citalopram genérico
- Fluoxetina genérica
- Paroxetina genérica
- Sertralina genérica

Estos medicamentos son considerablemente menos costosos que los antidepresivos de marca y son igual de eficaces.

Hable con su médico acerca de comenzar con una dosis baja de un antidepresivo, para minimizar los efectos secundarios. Si un antidepresivo no le surte efecto en el término de seis a ocho semanas, hable con su médico sobre tomar una dosis más alta o cambiar el antidepresivo que toma por otro. Si, anteriormente, tomó un antidepresivo y le hizo efecto, es aconsejable que tome el mismo.

Última actualización en abril de 2011

Antidepresivos: ejemplos de efectos secundarios posibles

Relativamente leves; por lo general, de corta duración.

- Diarrea
- Mareos
- Resequedad en la boca
- Dolores de cabeza
- Náuseas
- Sudoración
- Temblores

Más graves. Pueden ser peligrosos.

Si persisten, es posible que sea necesario cambiar de medicamento.

- Somnolencia o confusión
- Sensación de pánico o pavor
- Pensamientos más frecuentes de suicidio
- Insomnio
- Pérdida de la libido, dificultad para tener erecciones, incapacidad para alcanzar el orgasmo
- Nerviosismo y agitación
- Aumento de peso

Antidepresivos: comparación de medicamentos*

\$ indica que la dosis de ese medicamento está disponible por un costo mensual bajo a través de programas ofrecidos por cadenas de tiendas. Por ejemplo, Kroger, Sam's Club, Target y Walmart ofrecen un suministro mensual de medicamentos genéricos seleccionados por \$4 o un suministro de tres meses por \$10. Otras tiendas, como Costco, CVS, Kmart y Walgreens, ofrecen programas similares. Algunos programas tienen restricciones o cargos de membresía; por lo tanto, consulte cuidadosamente los detalles para obtener información sobre las restricciones y para asegurarse de que su medicamento esté cubierto.

| | Nombre genérico y concentración | Marca ^A | Frecuencia de uso ^B | Costo mensual promedio ^C |
|-------------|---|--------------------|--------------------------------|-------------------------------------|
| | Bupropión 75 mg Comprimido | Wellbutrin | Tres veces al día | \$283 |
| CR BEST BUY | Bupropión 75 mg Comprimido | Genérico | Tres veces al día | \$53 |
| | Bupropión 100 mg Comprimido | Wellbutrin | Tres veces al día | \$360 |
| CR BEST BUY | Bupropión 100 mg Comprimido | Genérico | Tres veces al día | \$62 |
| | Bupropión 100 mg Comprimido de liberación sostenida | Wellbutrin SR | Dos veces al día | \$254 |
| | Citalopram 10 mg Comprimido | Celexa | Una vez al día | \$127 |
| CR BEST BUY | Citalopram 10 mg Comprimido | Genérico | Una vez al día | \$33 \$ |
| | Desvenlafaxina 50 mg Comprimido de liberación sostenida | Pristiq | Una vez al día | \$157 |
| | Duloxetina 20 mg Cápsula | Cymbalta | Una vez al día | \$166 |
| | Escitalopram 10 mg Comprimido | Lexapro | Una vez al día | \$121 |
| | Escitalopram 20 mg Comprimido | Lexapro | Una vez al día | \$124 |
| | Fluoxetina 10 mg Cápsula | Prozac | Una vez al día | \$227 |
| CR BEST BUY | Fluoxetina 10 mg Cápsula | Genérico | Una vez al día | \$22 \$ |
| CR BEST BUY | Fluoxetina 10 mg Comprimido | Genérico | Una vez al día | \$41 \$ |
| | Fluvoxamina 50 mg Comprimido | Genérico | Dos veces al día | \$106 |
| | Fluvoxamina 100 mg Comprimido | Genérico | Dos veces al día | \$99 |
| | Fluvoxamina 100 mg Cápsula de administración continua | Luvox CR | Una vez al día | \$213 |
| | Mirtazapina 15 mg Comprimido | Remeron | Uno antes de acostarse | \$155 |
| | Mirtazapina 15 mg Comprimido | Genérico | Uno antes de acostarse | \$44 |
| | Nefazodona 50 mg Comprimido ^D | Genérico | Dos veces al día | \$65 |
| | Nefazodona 100 mg Comprimido ^D | Genérico | Dos veces al día | \$66 |
| | Paroxetina 10 mg Comprimido | Paxil | Una vez al día | \$142 |
| CR BEST BUY | Paroxetina 10 mg Comprimido | Genérico | Una vez al día | \$20 \$ |
| | Paroxetina 20 mg Comprimido | Paxil | Una vez al día | \$143 |
| | Paroxetina 20 mg Comprimido | Pexeva | Una vez al día | \$201 |
| CR BEST BUY | Paroxetina 20 mg Comprimido | Genérico | Una vez al día | \$22 \$ |
| | Paroxetina 12.5 mg Comprimido de liberación sostenida | Paxil CR | Una vez al día | \$130 |
| | Paroxetina 12.5 mg Comprimido de liberación sostenida | Genérico | Una vez al día | \$99 |
| | Sertralina 25 mg Comprimido | Zoloft | Una vez al día | \$152 |
| CR BEST BUY | Sertralina 25 mg Comprimido | Genérico | Una vez al día | \$29 \$ |
| | Sertralina 50 mg Comprimido | Zoloft | Una vez al día | \$146 |
| CR BEST BUY | Sertralina 50 mg Comprimido | Genérico | Una vez al día | \$28 |
| | Venlafaxina 37.5 mg Comprimido | Effexor | Dos veces al día | \$172 |
| | Venlafaxina 37.5 mg Comprimido | Genérico | Dos veces al día | \$88 |
| | Venlafaxina 37.5 mg Cápsula de liberación sostenida | Effexor XR | Una vez al día | \$168 |
| | Venlafaxina 37.5 mg Comprimido de liberación sostenida | Genérico | Una vez al día | \$123 |

NOTA: Los datos incluidos en los informes de *Consumer Reports Health Best Buy Drugs*TM proporcionan información general y no pretenden reemplazar la consulta con un médico u otro profesional de la salud. Consumers Union no es responsable por ninguna pérdida ni lesión relacionada con la manera en que usted use los informes. Los informes están únicamente destinados al uso individual, no comercial, y no pueden usarse en anuncios publicitarios, promociones ni con ningún otro fin comercial.

*Se enumeran dosis seleccionadas debido a las limitaciones de espacio. Para obtener un listado más detallado, consulte nuestro informe completo en: ConsumerReportsHealth.org/BestBuyDrugs.

A. El término "genérico" indica que el medicamento se vende bajo su nombre genérico.

B. Como suele recetarse.

C. Los precios reflejan los precios minoristas promedio a nivel nacional del mes de enero de 2011, redondeados al valor entero más cercano, en dólares. *Consumer Reports Health Best Buy Drugs* obtuvo esta información de los datos proporcionados por Wolters Kluwer Pharma Solutions, que no participa en nuestro análisis ni en nuestras recomendaciones.

D. La versión de marca de la nefazodona genérica (Serzone) se retiró del mercado, pero la versión genérica aún está disponible. Se ha asociado este medicamento con informes de daño hepático grave, y debe usarse con precaución.