



Visite a su doctor para hablar de su salud y de las medicinas que pueda necesitar. Esta hoja le dará información sobre un tipo de medicina. Usted aprenderá qué preguntas debe hacerle a su doctor sobre esta medicina. No tenga miedo de hacer preguntas. Es muy importante para su salud.

Aprendamos sobre las Medicinas para Tratar la Depresión

Hay épocas en su vida en las que se va a sentir muy triste como cuando pierde el trabajo, pierde a un ser querido, o hasta cuando se enferma. Después de un tiempo, con la ayuda de su familia o un consejero, usted va a poder recuperarse y volver a su vida de antes. Pero, si ve que se le está haciendo muy difícil sentirse mejor **Y,**

- se siente “triste” todos los días por **más de 2 semanas**, o siente que no puede manejar su vida como antes, **Y**
- tiene **5 o más de los síntomas** que se describen abajo, entonces a lo mejor usted sufre de depresión y necesita tomar medicina.

Si cree que está deprimido, hable con su doctor. En esta hoja informativa va a aprender sobre las medicinas **antidepresivas** y de qué debe hablar con su doctor.



Los síntomas de la depresión

Algunos síntomas de la depresión pueden ser:

- Se siente infeliz o negativo acerca del futuro
- Se siente culpable o que no vale nada, como si usted no es importante
- No le interesan las cosas que usualmente le gusta hacer, como jugar con sus hijos o hacer sus pasatiempos
- No tiene mucha energía
- Le cuesta trabajo dormirse, mantenerse dormido, o levantarse en la mañana
- Le cuesta trabajo poner atención o recordar cosas, o tomar decisiones
- Come mucho más o mucho menos de lo normal
- Se siente muy enojado o nervioso
- Se siente nervioso y no puede sobrellevar el estrés
- Tiene pensamientos de suicidio o ha tratado de suicidarse
- Tiene dolor, por ejemplo de cabeza o estómago que no se quita con tratamiento



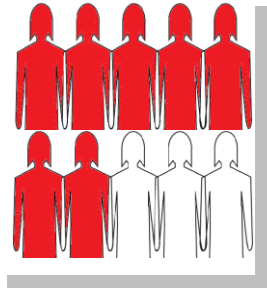
Si está teniendo pensamientos de suicidio llame a la Red Nacional de Prevención del Suicidio al 1-888-628-9454.

Si usted tiene 5 o más de estos síntomas, sin tener una razón para sentirse triste, o si ha sufrido de depresión en el pasado, entonces a lo mejor necesita un antidepresivo.



¿Qué tan bien funcionan las medicinas antidepresivas?

Si hay diez personas que toman medicinas antidepresivas, es posible que entre cinco y siete personas mejoren. Si usted toma una medicina antidepresiva y no mejora, es posible que su doctor le dé una dosis más alta o le dé una medicina diferente.



También es importante que usted sepa que:

- A lo mejor necesita probar dos o tres tipos de antidepresivos diferentes antes de encontrar el que le funcione.
- La mayoría de las personas que toman antidepresivos sienten al menos un efecto secundario, pero no son muy serios.
- Todas las medicinas antidepresivas son efectivas de igual manera, pero tienen diferentes efectos secundarios.

Usted y su doctor deben hablar sobre qué efectos secundarios prefiere evitar.

- También debe hablar con su doctor sobre la posibilidad de empezar con una dosis baja de medicina antidepresiva para que así sienta menos los efectos secundarios.

Si usted está tomando un antidepresivo...

- **NUNCA** tome **MÁS** medicina sin decírselo a su doctor
- **NUNCA DEJE** de tomarla sin el permiso de su doctor
- Cuando empiece a tomar un antidepresivo **SIEMPRE PREGÚNTELE** al doctor si va a funcionar bien con otras medicinas y suplementos que ya esté tomando.



¿Cuáles son los efectos secundarios de los antidepresivos?

Algunas medicinas antidepresivas pueden causar **efectos secundarios leves**. Esto quiere decir que no son tan malos y es posible que se vayan pronto. Los efectos secundarios incluyen:

- Diarrea
- Mareo
- Boca seca
- Dolor de cabeza



- Náusea
- Temblores
- Sudor



Otras medicinas antidepresivas pueden causar **efectos secundarios serios**. Si estos efectos secundarios no se van, a lo mejor necesita cambiar de antidepresivo. Estos incluyen:

- Se siente con sueño o confundido
- Se siente con pánico, nervioso o agitado
- Piensa en el suicidio
- No puede dormir
- Tiene problemas para tener relaciones sexuales
- Aumenta de peso

¿Qué antidepresivo debería escoger?

Consumer Reports Best Buy Drugs ha evaluado doce diferentes antidepresivos comparando cómo funcionan, qué tan seguros son, y cuánto cuestan. Consumer Reports recomienda comenzar con estas cinco medicinas genéricas para tratar la depresión:

1. **Bupropión**
2. **Citalopram**
3. **Escitalopram**
4. **Fluoxetina**
5. **Sertralina**

Las tiendas como Kroger, Sam's Club, Target, y Wal-Mart tienen programas de descuento para medicinas genéricas. Si compra sus medicinas genéricas usando estos programas, la cantidad que necesita para un mes le puede costar tan solo \$4. La cantidad para tres meses le puede costar solo \$10.

Para aprender más sobre este tema visite:

<http://www.consumerreports.org/health/best-buy-drugs/antidepressants.htm>



En Estados Unidos, las medicinas "genéricas" (o "similares") son tan buenas como las medicinas de marca. Funcionan y son tan seguras como las medicinas de marca, y cuestan mucho menos. Pregúntele a su doctor si le puede dar una medicina genérica en vez de una medicina de marca.



Cómo obtener el mejor precio por sus medicinas

- **Pida un genérico:** Dígale a su farmacéutico que quiere una medicina genérica en vez de una de marca. Usted pagará menos por un genérico. No todas las medicinas de marca tienen un genérico, pero muchas si lo tienen.
- **Compare precios:** Llame o visite tres farmacias diferentes. Deles el nombre de la medicina y pregúnteles cuánto cuesta. Pregunte si tienen un programa de descuento para medicinas que le pueda ayudar a pagar menos por su medicina. Compre su medicina en la farmacia que le dé el precio más barato.
- **Regístrese en programas de asistencia al paciente:** La mayoría de las compañías que hacen medicinas tienen programas que ayudan a las personas que no tienen mucho dinero y que no tienen seguro para obtener medicinas de marca gratis o a bajo costo. El *Partnership for Prescription Assistance* le puede ayudar a encontrar un programa: www.pparx.org o 1-888-477-2669.

Esta serie es producida por Consumer Reports y *Consumer Reports Best Buy Drugs*, un proyecto de información pública hecho 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 está financiado por los acuerdos de resolución multiestatales por las demandas por fraude al consumidor respecto de la comercialización del medicamento de receta Neurontin. Este informe no debe considerarse un sustituto de la consulta con un médico o con un profesional de la salud. Se proporciona con el objetivo de mejorar la comunicación con su médico, no para reemplazarla.