

# Depresión y enfermedades del corazón

La depresión puede ser un estado normal pasajero de tristeza después de una pérdida o una decepción, pero cuando el humor depresivo es grave y se acompaña de otros síntomas que persisten a diario durante al menos 2 semanas representa una enfermedad real llamada **depresión mayor** (véase más adelante), que requiere tratamiento. En el número correspondiente al 14 de agosto de 2002 de *JAMA* se incluye un artículo sobre un estudio que describe los efectos beneficiosos de un medicamento antidepressivo específico para el tratamiento de la depresión mayor en pacientes que presentaron recientemente un ataque cardíaco.

## LA DEPRESIÓN Y EL CORAZÓN

Aproximadamente uno de cada 20 norteamericanos sufre una depresión mayor en un año, pero esta cifra se eleva a uno de cada 5 en aquellas personas que sobreviven a un infarto. El hecho de experimentar una depresión impide un buen restablecimiento si se ha presentado un infarto. Incluso puede incrementar el riesgo de fallecimiento tras el infarto. Por esta razón, es muy importante reconocer y tratar una depresión tras un ataque cardíaco.

## TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN

Los tratamientos más habituales de la depresión mayor son los medicamentos antidepressivos y la **psicoterapia** (terapia convencional) y ambos se han demostrado efectivos. Para muchos pacientes, lo mejor es utilizar a la vez ambos tipos de tratamiento. Por desgracia, algunos medicamentos antidepressivos tienen efectos perjudiciales para el corazón. No obstante, el estudio descrito en el número de *JAMA* mencionado indica que existe un tipo de medicación antidepressiva, los llamados **inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS)**, que no es perjudicial para los pacientes con enfermedades cardíacas.

## SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN

- Humor depresivo: tristeza o sensación de vacío persistentes.
- Pérdida de interés o ausencia de placer al realizar actividades con las que antes se disfrutaba.
- Sentimientos de culpa o baja autoestima.
- Sensación persistente de falta de energía, cansancio o apatía.
- Dificultad para pensar, concentrarse, recordar o tomar decisiones.
- Alteraciones del sueño: dormir mucho o demasiado poco, insomnio, despertarse excesivamente temprano o dormir mucho más de lo habitual.
- Pérdida del apetito o comer en exceso.
- Sentimientos frecuentes de inquietud e irritabilidad o de sentirse agobiado.
- Pensamientos suicidas o desear estar muerto.

En la **depresión mayor** se manifiestan a diario, durante como mínimo 2 semanas, 5 o más de los síntomas mencionados, incluyendo el humor depresivo o la pérdida de interés. No deje de consultar con su médico si presenta dichos síntomas.

## PARA MÁS INFORMACIÓN

- American Psychiatric Association  
Tel.: 888-357-7924.  
[www.psych.org/public\\_info](http://www.psych.org/public_info)
- National Alliance for the Mentally Ill  
Tel.: 800/950-NAMI (6264).  
[www.nami.org/illness/index.html](http://www.nami.org/illness/index.html)
- National Institute of Mental Health  
Tel.: 301/443-4513.  
[www.nimh.nih.gov/publicat/depheart.cfm](http://www.nimh.nih.gov/publicat/depheart.cfm)

## PARA SU PROPIA INFORMACIÓN

Para localizar esta "Página de *JAMA* para el Paciente" u otras previas, acceda al índice de la "Página para el Paciente" en la web de *JAMA* ([www.jama.com](http://www.jama.com)). Se puede acceder a las "Páginas de *JAMA* para el Paciente" en inglés y en español. En el número correspondiente al 27 de septiembre de 2000 se publicó una "Página para el Paciente" sobre depresión, en el de 13 de febrero de 2002 sobre depresión posparto, en el de 21 de marzo de 2001 sobre enfermedades del corazón y en el número correspondiente al 28 de julio de 1999 una "Página" sobre ataque cardíaco.

Fuentes: American Psychiatric Association y National Institute of Mental Health.

Redactora: Sharon Parmet, MS

Diseñador: Cassio Lynn, MA

Editor: Richard M. Glass, MD

La "Página de *JAMA* para el Paciente" es un servicio público de la revista *JAMA*. La información y recomendaciones que aparecen en esta página son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no constituyen el sustituto de un diagnóstico médico. Para una información más específica sobre su caso particular, la revista *JAMA* le sugiere que consulte con su médico. Los médicos y otros profesionales de asistencia sanitaria pueden reproducir esta página sin fines comerciales y facilitarla a los pacientes. Cualquier otro tipo de reproducción debe someterse a la aprobación de la AMA. Para adquirir separatas, pueden ponerse en contacto con el teléfono +718/946-7424.

