

Instituto Nacional de la Salud Mental

# Depresión y el Cáncer



**NIMH**  
National Institute  
of Mental Health



La depresión no solo afecta el cerebro y la conducta, afecta el cuerpo entero. La depresión se ha relacionado con otros problemas de salud, entre ellos, el cáncer. Lidar con más de un problema de salud a la vez puede ser difícil, de modo que es importante contar con el tratamiento adecuado.



## ¿Qué es la depresión?

El trastorno depresivo mayor, o la depresión, es una enfermedad mental grave. La depresión interfiere con las actividades diarias, la rutina y reduce la calidad de vida. Alrededor de 6,7 por ciento de los adultos estadounidenses de 18 años o más padecen depresión.<sup>1</sup>

### Signos y Síntomas de la Depresión

- Tristeza continua, sentimientos de vacío o ansiedad
- Desesperanza
- Sentimientos de culpa, impotencia o inutilidad
- Sentimientos de irritabilidad o intranquilidad
- Pérdida de interés en actividades o pasatiempos que alguna vez se disfrutaban, incluyendo el sexo
- Sentimiento de cansancio permanente
- Dificultad para concentrarse, recordar detalles o tomar decisiones
- Dificultad para dormirse o permanecer dormido, un trastorno denominado insomnio, o dormir todo el tiempo
- Comer en exceso o pérdida del apetito
- Pensamientos de muerte y suicidio, o intentos de suicidio
- Dolores permanentes, dolores de cabeza, calambres o problemas digestivos que no cesan con el tratamiento

Si desea obtener más información, consulte el folleto del NIMH sobre la Depresión en <http://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depresion/index.shtml>.

## ¿Qué es el cáncer?

El cáncer es una enfermedad que se desarrolla debido a la división y multiplicación sin control de células anormales en el cuerpo. Generalmente, las células crecen y se dividen para producir más células solo cuando el cuerpo las necesita. Pero, a veces, las células siguen dividiéndose aun cuando el cuerpo no las necesita. Estas células adicionales pueden formar una masa que se denomina tumor. Los tumores pueden ser benignos, es decir, no cancerosos, o malignos, es decir, cancerosos.

Las células de cáncer pueden desarrollarse en cualquier parte del cuerpo y diseminarse a otras partes del cuerpo por medio de la sangre y los sistemas linfáticos. La linfa es un fluido claro que transporta las células sanguíneas que combaten las infecciones y las

enfermedades en todo el cuerpo. La linfa viaja por un sistema de vasos, similares a los vasos sanguíneos.

Las células de cáncer dañan los órganos y los tejidos que invaden, causando una variedad de síntomas. Existen diferentes tipos de cáncer, y los síntomas pueden variar en gran medida según el lugar o los órganos y tejidos que resultan afectados.

## ¿Qué relación existe entre la depresión y el cáncer?

La depresión, por lo general, no está vinculada con el cáncer, y no existen pruebas de que una enfermedad cause la otra.<sup>2,3</sup> Sin embargo, cuando un paciente recibe un diagnóstico de cáncer, puede sentir estrés excesivo, ira, tristeza y otras emociones fuertes. Aunque estos sentimientos generalmente disminuyen con el tiempo, pueden generar depresión.

Si usted desarrolla una depresión después de enterarse que tiene cáncer, o padecía de depresión antes de recibir el diagnóstico, su depresión puede afectar el desarrollo de su cáncer<sup>2,3</sup> así como su capacidad para participar en el tratamiento. Es importante que trate su depresión incluso si se está sometiendo a un tratamiento complicado para el cáncer.

## ¿Cómo se trata la depresión en personas que padecen cáncer?

La depresión debe ser diagnosticada y tratada por un proveedor del cuidado de la salud. Tratar la depresión puede ayudarlo a sobrellevar su tratamiento para el cáncer y mejorar su estado de salud en general. La recuperación de la depresión lleva tiempo, pero los tratamientos son eficaces.

Actualmente, los tratamientos más comunes para tratar la depresión incluyen:

- Terapia cognitiva-conductual (TCC), un tipo de psicoterapia, o terapia de diálogo, que ayuda a las personas a cambiar los estilos de pensamiento y conductas negativas que pueden contribuir con su depresión.
- Inhibidor selectivo de la recaptación de serotonina (ISRS), un tipo de medicamento antidepresivo que contiene citalopram (Celexa), sertralina (Zoloft) y fluoxetina (Prozac).
- Inhibidor de la recaptación de serotonina y norepinefrina (IRSN), un tipo de medicamento antidepresivo similar al ISRS que contiene venlafaxina (Effexor) y duloxetina (Cymbalta).

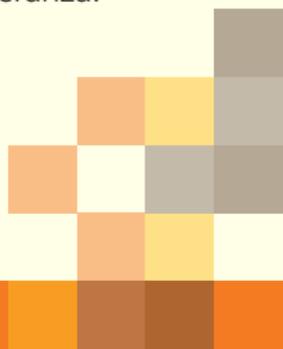
Aunque la mayoría de los tratamientos para la depresión que se encuentran actualmente disponibles son seguros y bien tolerados, incluso si está bajo tratamiento de cáncer, pueden haber interacciones farmacológicas y efectos secundarios que requieren adecuada supervisión. Hable con su proveedor del cuidado de la salud sobre los medicamentos que está tomando y otras opciones de tratamiento. Si desea obtener información actualizada sobre medicamentos, visite el sitio web de la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) de los Estados Unidos en <http://www.fda.gov/AboutFDA/EnEspañol/default.htm>. No todos responden al tratamiento de la misma manera. Puede llevar varias semanas para que los medicamentos surtan efecto, y quizás deban combinarse con terapia de diálogo continua o se necesite cambiarlos o ajustarlos para minimizar los efectos secundarios y lograr mejores resultados.

Además de la TCC, otras formas de terapia de diálogo han demostrado ser eficaces para ayudar a la gente con cáncer a controlar su depresión, entre ellas<sup>4</sup>:

- Psicoeducación, que le enseña sobre la enfermedad y su tratamiento.
- Capacitación para el control del estrés, que le enseña diferentes maneras de lidiar con la ansiedad.
- Terapia de resolución de problemas, que le ayuda a identificar los problemas que interfieren con su vida cotidiana y contribuyen con los síntomas de la depresión y a encontrar formas de solucionar esos problemas.

También puede unirse a un grupo de apoyo, que ofrece una importante oportunidad de compartir las emociones difíciles que está sintiendo. Usted puede aprender a sobrellevar su depresión y su cáncer junto a otros que están atravesando experiencias similares.

Si desea obtener más información sobre los tratamientos para la depresión visite el sitio web del NIMH en <http://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depression-listing.shtml>. Si usted piensa que está deprimido o conoce a alguien que lo está, no pierda la esperanza. Busque ayuda para la depresión.



## Para más información sobre la Depresión

Información y organizaciones sobre la depresión están disponibles mediante MedlinePlus (<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish>) un servicio de la Biblioteca Nacional de Medicina.

Para mayor información sobre cómo participar en ensayos clínicos de la depresión llame al 1-866-615-6464\* o al 1-866-415-8051\* si usted tiene dificultades auditivas, o visite los siguientes sitios web:

- Reclutamiento de Pacientes para Estudios Conducidos por el NIMH, NIH (<http://patientinfo.nimh.nih.gov> - en inglés)
- Ensayos Clínicos (<http://www.nimh.nih.gov/health/trials/index.shtml> - en inglés)
- ClinicalTrials.gov (<http://www.clinicaltrials.gov> - en inglés)

La información del Instituto Nacional de la Salud Mental (NIMH por sus siglas en inglés) está disponible en varios formatos. Usted puede navegar en el Internet, descargar documentos en PDF, y ordenar folletos impresos por correo. Si quiere obtener publicaciones del NIMH, usted puede ordenar estas por Internet en <http://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/index.shtml>. Si no tiene acceso al Internet, por favor llame al Centro de Información de Recursos del NIMH a los números que aparecen a continuación.

### National Institute of Mental Health

Office of Science Policy, Planning and Communications

Science Writing, Press and Dissemination Branch

6001 Executive Boulevard

Room 8184, MSC 9663

Bethesda, MD 20892-9663

Teléfono: 301-443-4513 o

1-866-615-NIMH (6464)\*

Teléfono de texto/teletipo: 301-443-8431 o

1-866-415-8051\*

FAX: 301-443-4279

Correo electrónico: [nimhinfo@nih.gov](mailto:nimhinfo@nih.gov)

Sitio web: <http://www.nimh.nih.gov>

\*Las llamadas a los números telefónicos que empiezan con 1-866 son gratuitas para quienes viven en los Estados Unidos.

## Para más información sobre el Cáncer

### Instituto Nacional del Cáncer

Office of Communications and Education/Public Inquiries Office  
6116 Executive Boulevard, Suite 300

Bethesda, MD 20892-8322

Teléfono: 1-800-4-CANCER (1-800-422-6237)

Correo electrónico: <http://www.cancer.gov/contact>

Sitio web: <http://www.cancer.gov/espanol>

## Referencias

1. Kessler RC, Chiu WT, Demler O, Merikangas KR, Walters EE. Prevalence, severity, and comorbidity of 12-month DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Arch Gen Psychiatry*. 2005 Jun; 62(6):617–27.
2. Williams S, Dale J. The effectiveness of treatment for depression/depressive symptoms in adults with cancer: a systematic review. *British Journal of Cancer*. 2006 Feb 13; 94(3):372–90.
3. Chida Y, Hamer M, Wardle J, Steptoe A. Do stress-related psychosocial factors contribute to cancer incidence and survival? *Nature Clinical Practice: Oncology*. 2008 Aug; 5(8):466–75.
4. Jacobsen PB, Jim HS. Psychosocial interventions for anxiety and depression in adult cancer patients: achievements and challenges. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*. 2008 Jul–Aug; 58(4):214–30.

## Reimpresiones

Esta publicación es de dominio público y puede ser reproducida o copiada sin permiso del Instituto Nacional de la Salud Mental (NIMH por sus siglas en inglés). El NIMH le incentiva que reproduzca y use esta publicación en sus esfuerzos dirigidos a mejorar la salud pública. Se agradece el citar al NIMH como fuente. Pero, usar materiales gubernamentales de manera inapropiada puede traer problemas legales o éticos, así que le pedimos usar las siguientes guías:

- El NIMH no respalda ni recomienda ningún producto, proceso, o servicio comercial, y esta publicación no puede ser utilizada para fines publicitarios o de recomendación.
- El NIMH no provee consejos médicos o recomendaciones de tratamiento específicos o remisiones; estos materiales no pueden ser utilizados de manera que indiquen tal tipo de información.
- El NIMH solicita que cuando las organizaciones no federales utilicen esta publicación no la alteren de manera que comprometa la integridad y la "marca comercial".
- Si agrega logotipos y enlaces de sitios web que no pertenezcan al gobierno federal de algún producto o servicio comercial o servicio o tratamiento médico en específico, estos no pueden tener el aspecto de ser respaldados por el NIMH.

Si tiene preguntas acerca de estas guías y del uso de las publicaciones del NIMH, por favor contacte al Centro de Información de Recursos del NIMH llamando al 1-866-615-6464 o enviando un correo electrónico a [nimhinfo@nih.gov](mailto:nimhinfo@nih.gov).



Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos  
Institutos Nacionales de la Salud  
Instituto Nacional de la Salud Mental  
Publicación de NIH Núm. SP 12-5002

*NIH...Convirtiendo Nuevos Hallazgos en Salud*