

Instituto Nacional de la Salud Mental

Depresión y el VIH/SIDA



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 VIH/SIDA. 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.¹

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 VIH/SIDA?

El virus de inmunodeficiencia humana (VIH) es el virus que causa el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA). El término SIDA se aplica a las etapas más avanzadas de las infecciones por VIH.

El VIH mata o daña células del sistema inmunitario del cuerpo y, con el tiempo, destruye la capacidad del cuerpo para combatir infecciones y ciertos tipos de cáncer. El VIH se contagia más comúnmente mediante el contacto con fluidos corporales infectados. Por ejemplo, el VIH puede transmitirse al tener relaciones sexuales con una pareja infectada o compartir agujas para la inyección de drogas con alguien que está infectado con

el virus. Las mujeres con VIH pueden transmitir el virus a sus bebés durante el embarazo, el parto o la lactancia materna, pero si reciben un tratamiento adecuado, este riesgo se reduce notablemente.

Muchas personas no presentan síntomas cuando recién se infectan con el VIH. Durante este periodo, el virus se está multiplicando activamente infectando y matando células del sistema inmunitario, y es altamente contagioso. A medida que el sistema inmunitario se daña, los síntomas comienzan a aparecer y pueden ser los siguientes:

- Ganglios inflamados o nódulos linfáticos agrandados
- Falta de energía
- Pérdida de peso
- Fiebres y sudores frecuentes
- Infecciones persistentes o frecuentes por hongo
- Erupciones persistentes o piel escamosa
- Enfermedad inflamatoria pélvica en mujeres que no mejora con tratamiento
- Pérdida de memoria a corto plazo

Cuando el VIH se convierte en SIDA, muchas personas tienen síntomas tan fuertes que ya no pueden trabajar ni realizar las tareas diarias del hogar. Otras personas con SIDA pueden experimentar periodos de enfermedades que ponen en riesgo su vida, seguidos de periodos en los cuales pueden funcionar normalmente.

¿Qué relación existe entre el VIH/SIDA y la depresión?

Los estudios muestran que las personas que están infectadas con VIH son más propensas a desarrollar depresión que la población en general. La depresión afecta la calidad y expectativa de vida de una persona, así como su capacidad para seguir un tratamiento para el VIH/SIDA.²

La depresión puede parecer una reacción inevitable después de recibir un diagnóstico de VIH/SIDA. Pero la depresión es una enfermedad independiente que puede, y debería ser tratada, incluso cuando una persona está recibiendo tratamiento para el VIH/SIDA.

¿Cómo se trata la depresión en personas que padecen VIH/SIDA?

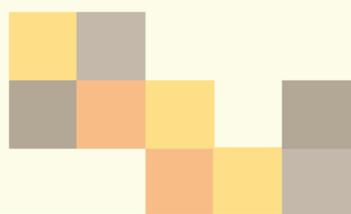
La depresión debe ser diagnosticada y tratada por un proveedor del cuidado de la salud. Tratar la depresión puede ayudarlo a sobrellevar el VIH/SIDA y mejorar su estado de salud general. La recuperación de la depresión lleva tiempo, pero los tratamientos son eficaces.

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, para evitar interacciones farmacológicas peligrosas, los pacientes con VIH/SIDA y depresión deberían hablar con su proveedor del cuidado de la salud sobre los efectos secundarios, las posibles interacciones farmacológicas 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/EnEspanol/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.

Aunque el VIH/SIDA no tiene cura actualmente, los medicamentos y los cambios en el estilo de vida pueden ayudar a mantener a las personas saludables.



El tratamiento para el VIH/SIDA depende de la habilidad y la voluntad del paciente de tomar los medicamentos exactamente como se le ordena y adoptar cambios difíciles en los hábitos.

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

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 VIH/SIDA

Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas

Office of Communications and Government Relations

6610 Rockledge Drive, MSC 6612

Bethesda, MD 20892-6612

Teléfono: 1-866-284-4107 o 301-496-5717

Teléfono de texto/teletipo: 1-800-877-8339

Correo electrónico: http://www3.niaid.nih.gov/links_policies/contact.htm

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

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. Tsao JC, Dobalian A, Moreau C, Dobalian K. Stability of anxiety and depression in a national sample of adults with human immunodeficiency virus. *J Nerv Ment Dis*. 2004 Feb; 192(2):111–8.

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.



Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos
Institutos Nacionales de la Salud
Institutos Nacionales de la Salud Mental
Publicación de NIH Núm. SP 12-5005

NIH...Convirtiendo Nuevos Hallazgos en Salud