

# La depresión y el VIH/SIDA

La depresión no solo suele afectar la conducta sino también el cuerpo entero. Con frecuencia, la depresión se ha relacionado con otros problemas de salud, entre ellos, el VIH/SIDA. Tener que enfrentar más de un problema a la vez puede ser difícil para el paciente y un reto para su médico, ya que es importante establecer tratamientos efectivos y adecuados.

## Algunos datos sobre la depresión

La depresión, o el trastorno depresivo mayor, es una enfermedad mental que puede llegar a ser grave. Puede afectar las actividades y rutina diarias y reducir seriamente la calidad de vida de los pacientes. En los Estados Unidos cerca del 6,7% de las personas adultas de 18 años o más padecen de depresión.

## El VIH/SIDA

El virus de inmunodeficiencia humana (VIH) es el que causa el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA). El término SIDA se aplica a las etapas más avanzadas de las infecciones por VIH, en las que muchas personas tienen síntomas tan fuertes que no pueden trabajar ni realizar sus tareas diarias.

## Relación entre VIH/SIDA y depresión

Los estudios muestran que los pacientes infectados con VIH son más propensos a desarrollar depresión, lo que además de afectar su calidad de vida puede tener efectos sobre su capacidad para seguir el tratamiento.

La depresión puede parecer una reacción inevitable después de recibir un diagnóstico de VIH/SIDA. Si bien la depresión es una enfermedad independiente, esta debe ser tratada, incluso cuando una persona está recibiendo tratamiento para el VIH/SIDA, ya que está demostrado que interfiere negativamente en el tratamiento y evolución del VIH/SIDA.

## Tratamiento de depresión en VIH/SIDA

Los tratamientos más comunes para depresión son:


- Terapia cognitiva-conductual (TCC);

- Inhibidor selectivo de la recaptación de serotonina (ISRS); y
- Inhibidor de la recaptación de serotonina y norepinefrina (IRSN).

La mayoría de estos son seguros y bien tolerados, pero para evitar interacciones farmacológicas, los pacientes con VIH/SIDA y depresión deben ser evaluados cuidadosamente en este aspecto y también sobre los efectos secundarios de las medicinas que puedan recibir y otras opciones de tratamiento.

No todos los pacientes responden al tratamiento de la misma manera. Puede llevar varias semanas para que los medicamentos surtan efecto y a veces se deben combinar con terapia de diálogo continua.

## Comentario

Aunque el VIH/SIDA no tiene cura actualmente, los medicamentos (en especial antirretrovirales) y los cambios en el estilo de vida pueden ayudar a que las personas se mantengan saludables. El éxito radica también en la habilidad y la voluntad del paciente para tomar los medicamentos como se le ordena y adoptar cambios en los hábitos de vida. Tratar problemas que se presenten simultáneamente, como la depresión, es necesario e importante y puede ser decisivo para el éxito y bienestar del paciente. 

## Literatura

1. Berger S et al. Effects of cognitive behavioral stress management on HIV-1 RNA, CD4 cell counts and psychosocial parameters of HIV-infected persons. *AIDS* 22: 767-766, 2008.
2. Meta-Analysis of the Relationship Between HIV Infection and Risk for Depressive Disorders” by Jeffrey A. Ciesla, M.A. and John E. Roberts, Ph.D. “*Am J Psychiatry*”.