

Diagnóstico y manejo de la depresión mayor para médicos no psiquiatras

José Ortiz Rodríguez, MD

Psiquiatra
Director Médico de Salud Mental
MMM Healthcare, LLC (MMM)



La depresión es un trastorno mental frecuente: ocupa el segundo lugar (después de la hipertensión arterial) entre las condiciones crónicas más comunes en los escenarios de medicina primaria. Sin embargo, en la población general de los Estados Unidos, la tasa de evaluaciones para depresión fue solo de 3% en 2015. Según la OMS/WHO, se estima que afecta a más de 300 millones de personas y que es la principal causa de discapacidad en el mundo; afecta más a la mujer. La prevalencia de depresión mayor en Puerto Rico se estima en un 17% (Departamento de Salud). En casos severos puede llevar al suicidio al 15% de quienes la padecen. Hoy en día, hay tratamientos que pueden ayudar a prevenir estas secuelas devastadoras.

Todo médico –primario o especialista– debe tener las herramientas para identificar a quienes puedan tener depresión, pues muchos no llegan al especialista de salud mental y se atienden en otros escenarios de cuidado. También debemos saber cuándo referir al paciente a un especialista de salud mental (psiquiatra y/o psicólogo) o a otro nivel de cuidado, de ser necesario. Antes de definir que hay una depresión, se debe saber cómo llegar a un diagnóstico certero. Los criterios clínicos se detallan en el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales 5 (DSM-5). Para diferenciar entre un episodio de depresión y el ánimo deprimido en general, la sintomatología debe estar presente al menos por 2 semanas y estar acompañada de cierta disfunción personal, familiar, social, ocupacional o en otras áreas. Debe haber al menos uno de los siguientes 2 síntomas:

- Ánimo persistentemente deprimido; o
- Marcada pérdida de interés o de disfrute de actividades que antes solía disfrutar.

Además, debe tener al menos 4 de estos síntomas (o 3, si los 2 mencionados arriba están presentes):

- Pérdida de peso (sin estar en un plan de dieta), pérdida de apetito, o aumento de peso o de apetito;
- Insomnio o hipersomnias;
- Agitación o retardo psicomotor;
- Cansancio o fatiga;

- Sentimientos de minusvalía o de culpa excesiva;
- Disminución en el nivel de concentración o dificultad para tomar decisiones; o
- Pensamientos recurrentes sobre la muerte, ideación suicida recurrente sin un plan específico o con plan específico para suicidio o intento de suicidio

El *Patient's Health Questionnaire-9* (PHQ-9) puede ayudar en la detección pues es fácil de usar, lo puede completar el paciente y está validado en Puerto Rico. Se deben descartar factores que sugieran otro diagnóstico que pueda complicar la respuesta al tratamiento, como:

- Alguna condición médica general (por lo que se recomienda un examen físico completo con pruebas de laboratorio y de función tiroidea);
- Efectos secundarios de medicamentos: se debe hacer una reconciliación de los fármacos que usa el paciente pues hay medicamentos que se asocian al desarrollo de sintomatología depresiva (como interferón alfa o antiinflamatorios esteroideos);
- Uso de sustancias (considerar toxicología);
- Luto o algún tipo de reacción de ajuste; y
- Alguna condición psiquiátrica (como síntomas maniacos que sugieran trastorno bipolar).

Según la severidad y disfunción, se puede iniciar un tratamiento psicológico y/o farmacológico. Es vital orientar al paciente sobre el uso de los antidepresivos, a usarse diariamente y cuyo efecto puede empezar en 2 a 4 semanas. De no haber respuesta al tratamiento, se debe referir al paciente a un especialista de salud mental. Lo que nunca debe faltar al evaluar a un paciente depresivo es descartar el riesgo suicida o de daño a terceros. De haber estas ideas activas, el paciente debe estar acompañado en todo momento y se deberá coordinar la hospitalización psiquiátrica inmediata.

La identificación temprana y el manejo adecuado de la depresión pueden tener un impacto en la calidad de vida a corto y a largo plazo para el paciente por lo que es vital la evaluación a todos los pacientes. 