

## DetECCIÓN DE LA DEPRESIÓN

La depresión es un tipo de enfermedad mental que a menudo pasa desapercibida y no recibe tratamiento.

### ¿Por qué preguntar sobre la depresión?

La depresión es una de las principales causas de discapacidad entre los adultos de los Estados Unidos. No solo afecta a los individuos, sino también a sus familias, hijos y entornos laborales. La detección de la depresión puede permitir el diagnóstico precoz de la enfermedad y, de esta manera, el inicio de un tratamiento temprano.

La detección de la depresión hace referencia a profesionales médicos que realizan preguntas de rutina sobre los síntomas de la depresión, incluso si sus pacientes no los mencionan. Los síntomas de la depresión incluyen sentirse triste, sin esperanza, cansado, distraído o sin interés por actividades que normalmente le interesaban. A veces, los pacientes no se sienten cómodos para hablar de estos síntomas con sus médicos, a menos que el médico les pregunte directamente por estos. También es frecuente que la depresión se presente con síntomas físicos, como dolores de cabeza, dolor de espalda o dolor abdominal. Estos síntomas pueden dificultar la tarea de detectar el problema subyacente de la depresión a menos que un profesional del cuidado de la salud haga preguntas directas.

### Métodos de detección

Se utilizan varios cuestionarios para detectar la depresión. Los que se utilizan con mayor frecuencia en los centros de atención primaria incluyen el Cuestionario de Salud del Paciente y el Inventario de Depresión de Beck para Atención Primaria. Estos cuestionarios contienen entre 2 y 9 preguntas, y completarlos toma solo unos minutos.

### ¿Quién debería realizarse pruebas de detección de depresión?

El número del 26 de enero de 2016 de *JAMA* incluye un artículo que describe las recomendaciones actuales del Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (US Preventive Services Task Force) para la detección de la depresión. Las recomendaciones indican lo siguiente:

- Todos los adultos mayores de 18 años deben realizarse pruebas de detección de depresión de forma rutinaria. Esto incluye mujeres embarazadas, madres recientes y adultos mayores.
- Además de la detección, deberán implementarse sistemas que garanticen diagnóstico, tratamiento y cuidados de seguimiento adecuados para la depresión.


Estas recomendaciones se basaron en una revisión integral de la evidencia de los daños y beneficios de la detección de la depresión, la precisión de las herramientas de detección utilizadas, y los daños y beneficios del tratamiento de esta enfermedad.

### Tratamiento de la depresión

Existen numerosas formas eficaces de tratar la depresión que incluyen asesoramiento, terapia cognitiva de comportamiento, medicamentos o una combinación de estos enfoques. En el número del 19 de mayo de 2010 se publicó una Hoja para el Paciente de *JAMA* sobre la depresión y en el número del 20 de octubre de 2010, una acerca de la depresión posparto.

#### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (US Preventive Services Task Force)  
<http://www.uspreventiveservicestaskforce.org/Page/Document/UpdateSummaryDraft/depression-in-adults-screening?ds=1&=depression%20screening%20in%20adults>
- Instituto Nacional de Salud Mental (National Institute of Mental Health)  
<https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml>

 Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de *JAMA* anteriores, vaya al enlace de Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de *JAMA* en [www.jama.com](http://www.jama.com). Las traducciones al español están disponibles en la pestaña de contenido complementario.

**Autora:** Dra. Jill Jin, MPH

**Fuente:** Siu AL; US Preventive Services Task Force. Screening for depression in adults.

US Preventive Services Task Force recommendation statement.

*JAMA*. doi:10.1001/jama.2015.18392.

La Hoja para el Paciente de *JAMA* es un servicio al público de *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta Hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, *JAMA* le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta Hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.