

Tratamiento de la depresión

¿Qué me hará el tratamiento?

El tratamiento reduce el dolor y el sufrimiento de la depresión. El tratamiento exitoso elimina todos los síntomas de la depresión y permite que usted retome su vida normal.—Al igual que en otras enfermedades, mientras más tiempo haya padecido la depresión sin recibir tratamiento, más difícil puede ser tratarla. La mayoría de las personas que recibe tratamiento contra esta enfermedad se siente mejor y vuelve a sus actividades diarias después de varias semanas.—En vista de que el tratamiento tarda en surtir efecto, mientras más pronto lo inicie, más pronto comenzará a sentirse mejor.

Tal vez tenga que probar uno o dos tratamientos antes de encontrar el mejor.—Es importante no desanimarse si el primer tratamiento no funciona.—Prácticamente en cada caso existe un tratamiento contra la depresión que funcionará para usted.

¿Cuáles son los tratamientos efectivos?

Los dos tratamientos efectivos contra la depresión son los medicamentos y la psicoterapia.—Éstos pueden utilizarse por separado o en conjunto.—Los médicos de atención primaria están más familiarizados con el tratamiento medicamentoso.

Otros tratamientos, como los medicamentos herbolarios, no son tan efectivos.—Por ejemplo, se han utilizado terapias sin receta médica como la hierba de San Juan, ginkgo biloba y ginseng para tratar la depresión.—Sin embargo, en general, estas terapias no resultan muy confiables y muchas personas retrasan la obtención del tratamiento adecuado cuando toman estos medicamentos.—Si usted está tomando algún medicamento herbolario o si piensa probarlos, consulte antes con su médico.