

# Especialistas en salud mental y depresión

## ***¿En qué momento debería visitar a un especialista en salud mental?***

Muchas personas que sufren depresión pueden recibir tratamiento en forma efectiva de manos de un médico de atención primaria. Con todo, algunas personas necesitan tratamiento especializado porque el primer tratamiento no funciona, necesitan un tratamiento combinado o la depresión es grave o ha durado mucho tiempo. En muchas ocasiones, basta una segunda opinión o consulta. Si el especialista en salud mental brinda tratamiento, éste suele ser ambulatorio (fuera del hospital).

## ***¿Qué tipos de especialistas en salud mental existen?***

Existen distintos tipos de especialistas en salud mental que tratan la depresión.

**Psiquiatra.** Médico (doctor en Medicina) que se especializa en el diagnóstico y el tratamiento de alteraciones psiquiátricas o mentales. Un psiquiatra puede ayudar a su médico a ajustar sus medicamentos antidepresivos o dar otra opinión acerca de los medicamentos que usted toma. Un psiquiatra también puede brindar asesoría.

**Psicólogo.** Profesional con un grado de psicología y capacitación en asesoría, psicoterapia y pruebas psicológicas. El psicólogo se reunirá con usted regularmente para hablar sobre cualquier situación o problema que usted experimente y que pueda agravar su depresión.

**Trabajador social.** Persona que se especializa en capacitación y asesoría.

**Enfermera psiquiátrica especialista.** Enfermera (titulada) con una especialidad en enfermería psiquiátrica que se especializa en el tratamiento de alteraciones psiquiátricas o mentales.

Si considera que necesita visitar a un especialista en salud mental, indíqueselo a su médico.