

Els antidepressius i les depressions lleus



Les persones que pateixen depressions lleus no haurien de prendre de manera rutinària antidepressius, excepte si tenen antecedents o factors de risc associats

L'Essencial és una iniciativa de l'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries (AQuAS) del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, que identifica pràctiques clíniques de poc valor i promou recomanacions per tal d'evitar-ne la realització. Aquestes recomanacions són consensuades i avalades per les societats científiques, els professionals sanitaris, els pacients i l'AQuAS.

Aquesta fitxa és una recomanació adreçada als ciutadans per a l'ajuda a la presa de decisions en l'atenció sanitària i ha comptat amb la col.laboració de la CAMFiC-Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària i amb el suport del Grup de treball del Consell Assessor del Pla director de salut mental i addicions i de la Societat Catalana de Psiquiatria i Salut Mental. No és de compliment obligat ni substitueix el judici clínic del personal sanitari.

Què és la depressió lleu?

La depressió és una malaltia mental caracteritzada per la tristesa, ganes de plorar, cansament, pèrdua d'il·lusions, pèrdua de la gana, trastorns del son i baixa autoestima. Segons el grau i els símptomes es pot classificar en: depressió lleu, depressió moderada i depressió greu. Actualment, a Catalunya la depressió lleu és el tipus més freqüent de depressió entre la població.

La depressió lleu és un episodi depressiu que presenta malestar, però els símptomes són mínims i no tenen conseqüències en la limitació de la vida diària de la persona.

Els antidepressius

Són els fàrmacs que augmenten o equilibren els nivells dels neurotransmissors en el cervell i que tenen un paper important en l'estat d'ànim.

Els antidepressius i les depressions lleus

Per què no s'han d'utilitzar antidepressius de forma rutinària per a la depressió lleu?



- Els resultats dels estudis mostren que els antidepressius aporten millora en els episodis de depressió greu o molt greu.
- La major part de depressions lleus es resolen sense medicació, els pacients es recuperen i en general no recauen al llarg de la seva vida.
- Els antidepressius poden crear dependència i, a més, provoquen efectes adversos que afecten la qualitat de vida de les persones, com per exemple problemes sexuals; irritabilitat i agressivitat en la població jove; caigudes i fractures en les persones més grans de 65 anys.

-
- Per a la redacció d'aquesta recomanació s'ha comptat amb la participació i col·laboració del Consell Consultiu de Pacients de Catalunya
 - La recomanació completa es pot consultar a la pàgina web del **Projecte Essencial** <http://essencialsalut.gencat.cat>
 - Per a qualsevol informació addicional pot adreçar-se al telèfon 061

Alguns drets reservats:

©2016 Generalitat de Catalunya. Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya. Departament de Salut



Els continguts d'aquesta obra estan subjectes a una llicència de Reconeixement-NoComercial-SenseObres Derivades 4.0 Internacional. La llicència es pot consultar a: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>