

## ACTUALIZACIÓN DE LA EVIDENCIA

# Tratando la Depresión estando en Diálisis

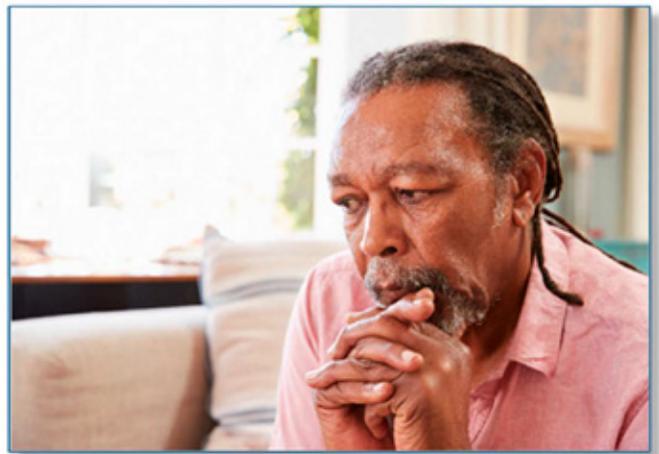
Un estudio reciente, analizó qué tan efectivo es el tratamiento para personas que están en diálisis.

**L**a depresión es común en las personas que están en diálisis. La depresión empeora tu calidad de vida, te hace sentir cansado y puede afectar tu salud renal, así como tu bienestar en general.

Hay muchas formas de tratar la depresión, pero no todas funcionan bien para las personas que están en diálisis. Un estudio reciente analizó dos formas de tratar la depresión para las personas que están en diálisis:

- ▶ **Terapia conductual cognitiva, o TCC.** La TCC es un tipo de terapia conversacional. En la TCC, los pacientes trabajan con un terapeuta para cambiar patrones en su pensamiento para mejorar cómo se sienten. La mayoría de la gente va a varias sesiones de una hora con un terapeuta.
- ▶ **Sertralina.** La sertralina es un medicamento antidepresivo vendido bajo la marca Zoloft®. Las personas toman este medicamento, en forma de píldora, diariamente.

Otros estudios compararon la TCC con medicamentos como la sertralina, pero este estudio es único ya que solo analiza a personas que se someten a diálisis.



## Buscando tratamiento para la depresión estando en diálisis

Muchas personas en diálisis pueden dudar acerca de recibir tratamiento para la depresión. Algunos de los síntomas de la depresión y la insuficiencia renal son similares, como la fatiga, problemas para dormir, falta de apetito, dolores de cabeza y falta de concentración. Como resultado, es posible que las personas que se someten a diálisis no se den cuenta de que tienen depresión. Muchas personas en diálisis también se preguntan si el tratamiento mejorará sus síntomas.

Si tienes depresión, habla con tu equipo médico de atención renal sobre cualquier inquietud que tengas sobre recibir tratamiento. Algunas personas en diálisis tienen inquietudes acerca de agregar medicamento para la depresión a su tratamiento. Las sesiones de terapia semanales pueden ser difíciles de adaptar dentro de un programa que ya está ocupado con visitas a la clínica de diálisis y con otros tratamientos para el cuidado de sus riñones. Las personas que se someten a diálisis también suelen preocuparse por los efectos secundarios de los medicamentos o por sus costos. Tu equipo de atención médica renal puede ayudarte a encontrar respuestas a estas y otras preguntas para ayudarte a obtener un tratamiento que puede mejorar tu salud.



### Hallazgos

Un estudio financiado por PCORI encontró que la TCC mejoró la depresión tanto como la sertralina para pacientes en diálisis con depresión.

El equipo de investigación encontró mejoras en el sueño, apetito, estado de ánimo, nivel de energía y capacidad de concentración en todos los pacientes. Al finalizar el estudio, alrededor de un tercio de todos los pacientes ya no tenían síntomas de depresión.

## Preguntas para hacerle a mi equipo médico de atención renal

Tu equipo médico de atención renal, incluido tu nefrólogo, enfermero y trabajador social, hablará contigo para saber si tienes depresión. Si es así, pueden ayudarte a elegir el tratamiento que te funcione mejor. Las preguntas para hacerle a tu equipo médico de atención renal incluyen:

- ▶ ¿Cómo sé si tengo depresión?
- ▶ ¿Qué efectos secundarios del tratamiento debo conocer?
- ▶ ¿Cómo puedo encontrar un terapeuta y programar sesiones que se ajusten a mi horario?
- ▶ ¿Este centro médico de diálisis ofrece TCC en sus instalaciones?
- ▶ ¿Cómo puedo averiguar sobre los costos que debo cubrir por mi cuenta para TCC o medicamentos?
- ▶ ¿Qué otro apoyo para tratar la depresión está disponible?

## Recursos

Hay muchos recursos para ayudar a las personas con depresión. Aquí hay algunos:

- ▶ Un kit de herramientas para la depresión del paciente de diálisis está disponible a través del Consejo Asesor de Pacientes de Riñón (KPAC). KPAC es parte del Foro Nacional de Redes de ESRD (Enfermedad Renal en Etapa Terminal).
- ▶ La línea de ayuda nacional de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA) 1-800-662-HELP (4357) es privada, gratuita y está disponible las 24 horas del día. Proporciona ayuda en inglés y en español. Puedes obtener información sobre tratamientos, grupos de apoyo y más, cerca de ti.

Lee más sobre este estudio en <http://www.pcori.org/Mehrotra209>

### FUENTES

© 2011–2021 Instituto de Resultados de Investigaciones Centradas en el Paciente. “Comparación de dos tratamientos para la depresión entre pacientes con insuficiencia renal que reciben hemodiálisis: el estudio ASCEND”. Última actualización 14 de mayo de 2020.

<https://www.pcori.org/Mehrotra209>

Mehrotra R, Cukur D, Unruh M, et al. Eficacia comparativa de las terapias para el tratamiento de la depresión en pacientes sometidos a hemodiálisis de mantenimiento: un ensayo clínico aleatorizado. *Annals of Internal Medicine* 2019;170(6):369–379.

<https://doi.org/10.7326/M18-2229>



## Acerca del estudio

El equipo de investigación inscribió a 120 pacientes mayores de 21 años con insuficiencia renal que están recibiendo diálisis ambulatoria. Todos los pacientes tenían depresión. El equipo asignó a los pacientes para que recibieran TCC o sertralina de manera aleatoria y luego observó su salud 12 semanas después.

### Notas:

© 2021 Instituto de Resultados de Investigación Centradas en el Paciente. Reservados todos los derechos. Esta publicación se puede descargar desde el sitio web de PCORI y se puede usar de acuerdo con los Términos de uso de PCORI ([pcori.org/about-us/terms-use](http://www.pcori.org/about-us/terms-use)). La información contenida en esta publicación no pretende ser un sustituto del consejo de un médico profesional. Esta actualización resume los hallazgos de un premio de investigación PCORI otorgado a la Universidad de Washington.

PCORI® es una organización sin fines de lucro autorizada por el Congreso para financiar estudios que puedan ayudar a los pacientes y a quienes los atienden, a tomar mejores decisiones de atención médica al tener más información.