



Adherencia a los antidepresivos

Si le recetaron un antidepresivo, es importante que lo tome como se lo haya recetado el médico. Una de las mejores cosas que puede hacer para aumentar las probabilidades de que su medicamento surta efecto es tomarlo como lo recete su médico.

Cuando empieza a tomar un medicamento nuevo, podrían presentársele efectos secundarios y síntomas mientras su cuerpo se ajusta. Saber qué esperar cuando empieza a tomar un antidepresivo puede ayudarle a apegarse al curso de su tratamiento.

Datos clave

Podría no empezar a notar los efectos positivos de tomar el medicamento de inmediato

Es posible que no se sienta mejor tan pronto empiece a tomar su medicamento. Pueden pasar 2-4 semanas para que empiece a sentir los efectos positivos.

No se salte dosis

Continúe tomándose su medicamento como se lo hayan recetado. Es importante que no deje de tomarlo si no se siente mejor inmediatamente.

La atención de seguimiento es clave

Vaya a todas las visitas de seguimiento. Asegúrese de informar a su médico cómo se ha estado sintiendo. Informe de todo efecto secundario, pues su médico puede trabajar con usted para asegurar que su tratamiento y dosis sean adecuados para sus necesidades.

Hablar con alguien puede ayudar

Junto con tomar el medicamento, hablar con alguien a menudo puede ayudarle a sentirse mejor. Puede considerar ver a un consejero o terapeuta como parte de su plan de tratamiento.

Los antidepresivos no son adictivos

Si empieza a tomar antidepresivos, no se convertirá en adicto o adicta.

Posibles efectos secundarios

Cuando empieza a tomar un antidepresivo, puede tener efectos secundarios por un tiempo. Siempre hable con su médico sobre todo efecto secundario que se le presente.

Consulte la tabla de abajo para ver lo que puede hacer para disminuir la severidad de algunos efectos secundarios comunes.

EFFECTO SECUNDARIO	LO QUE PUEDE HACER
Náuseas	<ul style="list-style-type: none"> • Beba bastante agua. • Chupe un caramelo. • Tome su medicamento más cerca de la hora de dormir.
Boca seca	<ul style="list-style-type: none"> • Masque chicle sin azúcar. • Beba agua. • Chupe un caramelo o trocitos de hielo.
Estreñimiento	<ul style="list-style-type: none"> • Beba agua. • Haga ejercicio regularmente. • Coma alimentos con alto contenido de fibra, como frutas frescas, verduras y granos integrales.
Cansancio	<ul style="list-style-type: none"> • Tome una breve siesta en el día. • Tome su medicamento más cerca de la hora de dormir.
Preocupación o miedo	<ul style="list-style-type: none"> • Pruebe a hacer ejercicios de respiración o consciencia plena. • Pruebe a hacer ejercicio ligero, como yoga o caminar. • Hable con alguien de su confianza. • Pida ayuda si la necesita.
Problemas para dormir	<ul style="list-style-type: none"> • Pruebe a hacer ejercicios de respiración. • Tome su medicamento en la mañana. • Evite consumir cafeína, misma que a menudo se encuentra en el chocolate, café, té y refrescos.

Le agradecemos su afiliación. Si tiene cualquier pregunta o si desea obtener ayuda, llámenos al 1-877-617-0390 (TTY: 1-877-617-0392).

Este documento es un recurso informativo diseñado para asistir a los profesionales de atención de la salud con licencia a cuidar a sus pacientes. Los profesionales de atención de la salud deben usar su juicio profesional al usar la información proporcionada. Las medidas HEDIS® no sustituyen la atención que proporcionan los profesionales de atención de la salud con licencia y se exhorta a los pacientes que consulten con sus profesionales de atención de la salud para obtener el tratamiento adecuado. HEDIS® es una marca comercial registrada del National Committee for Quality Assurance (NCQA). *2021 ICD-10 Diagnosis Codes (Códigos de diagnóstico) **CPT copyright 2021 American Medical Association (AMA). Todos los derechos reservados. CPT es una marca comercial registrada de AMA.