

TRATANDO A DEPRESSÃO



Há muitos medicamentos que podem ser usados para tratar alterações do humor. Encontrar o mais adequado pode ser um longo processo e a escolha pode ser mais complicada do que se pode imaginar. Apenas por ter funcionado bem com um amigo ou vizinho não significa que fará bem a você.

Psiquiatras e médicos que prescrevem antidepressivos decidem sobre uma certa droga e dosagem baseados em muitos fatores incluindo:

- **Diagnóstico**

Há drogas que se enquadram melhor para sintomas específicos e certos tipos de depressão. Por exemplo: um antidepressivo que produz sonolência pode ser mais indicado para quem tem insônia. A gravidade da sua doença ou a presença de ansiedade, obsessões ou compulsões pode determinar a escolha de uma ou outra droga.

- **Efeitos colaterais**

A escolha pode inicialmente recair sobre a droga cujos efeitos colaterais deseja evitar. Tais como alteração da atividade sexual, ganho de peso ou sonolência.

- **Idade**

Com o envelhecimento a inativação das drogas vai se tornando mais lenta. Dessa forma, pessoas mais velhas podem necessitar de doses menores. O uso em criança ainda carece de melhor estudo.

- **Condições de saúde**

Certas drogas precisam ser evitadas quando o paciente apresenta alguns problemas de saúde. Por exemplo: doenças cardíacas ou neurológicas podem limitar a indicação ou uso de certas drogas. Por isso, antes de iniciar o uso de alguma droga antidepressiva a equipe assistencial deve ser consultada.

- **Medicamentos, suplementos e dieta**

Quando combinado com certas drogas ou substâncias, os antidepressivos podem não funcionar tão bem ou podem causar respostas preocupantes ou perigosos efeitos colaterais. Por exemplo: combinar antidepressivos com erva de São João (*Hipericum perforatum*) pode elevar a serotonina a níveis perigosos ou mesmo fatais. Essa mesma erva administrada com medicamento pode reduzir seus efeitos: antirretrovirais, quimioterápicos, contraceptivos. Mulheres em tratamento de câncer de mama com tamoxifeno devem receber antidepressivos que não interfiram com a efetividade da quimioterapia. Medicamentos IMAO (inibidor de mono amino oxidase) tomados com queijos envelhecidos e carnes defumadas podem elevar a pressão arterial de forma perigosa.

- **Álcool ou drogas**

Álcool e outras substâncias podem causar depressão e tornar antidepressivos menos efetivos. Frequentemente procura-se tratar a droga da adicção antes de abordar a depressão. Mas a abordagem simultânea deve ser decidida pela equipe assistencial.

- **Histórico pessoal e familiar de saúde mental e medicação**

Se você ou um membro de sua família fez uso de um medicamento com boa resposta essa informação talvez dirija sua escolha no momento. Dependendo da natureza e curso de sua depressão (por exemplo se a depressão dura muito tempo ou é difícil de tratar) você pode precisar de

doses mais altas ou associação de drogas. Também pode ser que um medicamento tenha deixado de atuar bem para você.

- **Custo**

Uma vez que antidepressivos devem ter resultados semelhantes, não existe inconveniente em tentar o uso de genéricos.

- **Sua preferência**

Tendo aprendido o suficiente sobre as opções de tratamento, a equipe assistencial pode desejar saber e decidir como você conduzirá o tratamento conforme seu estilo de vida, interesses e julgamento.

- **Tomando a decisão**

A decisão sobre o caminho e os medicamentos que você escolheu deve também levar em consideração o que a equipe assistencial recomendar. A melhor decisão provável deve ser a que é tomada em consenso entre você e a equipe assistencial, levando em consideração as suas preferências e com atenção aos aspectos técnicos das opções, permitindo que o auxiliem nos cuidados com sua saúde.

