

Interacción con la guía de intervención de mhGAP de la OMS

La evidencia de la efectividad de las intervenciones farmacológicas y psicológicas para la depresión leve, moderada y severa se revisó en 2012 como parte del desarrollo de la guía de intervención del Programa de Acción de Brecha de Salud Mental (mhGAP-IG) (1), que dio lugar a algunas recomendaciones específicas basadas en la evidencia con respecto a las opciones terapéuticas para las personas mayores. Sin embargo, la evidencia de la efectividad de estas intervenciones específicamente en adultos mayores no se documentó en detalle. Por lo tanto, esta evidencia se describe brevemente aquí, como antecedentes esenciales de la directriz de ICOPE para la gestión del estado de ánimo bajo.

Tratamiento con antidepresivos

Las recomendaciones actuales de mhGAP son las siguientes:

- Los antidepresivos no deben considerarse para el tratamiento inicial de adultos con un episodio depresivo leve.
- Los antidepresivos tricíclicos o la fluoxetina deben considerarse en adultos con un episodio / trastorno depresivo de moderado a grave.
- Si se requiere tratamiento farmacológico en personas mayores, se deben evitar los antidepresivos tricíclicos si es posible.

Tratamientos psicológicos

Las recomendaciones actuales de mhGAP son las siguientes:

- Terapia interpersonal, terapia cognitivo-conductual y el tratamiento de resolución de problemas debe considerarse como tratamiento psicológico del episodio / trastorno depresivo en entornos de atención de salud no especializados si hay recursos humanos suficientes (por ejemplo, trabajadores de salud comunitarios supervisados).
- La activación de la conducta se debe considerar como el tratamiento de adultos con un episodio / trastorno depresivo. En la depresión moderada y severa, esta intervención se debe considerar como adjunta a los antidepresivos.

Actividad física

La recomendación actual de mhGAP es la siguiente:

- Se debe alentar el asesoramiento sobre la actividad física como parte del tratamiento para adultos con episodios / trastornos depresivos con estilos de vida inactivos. En la depresión moderada y severa, esta intervención se debe considerar como adjunta a los antidepresivos o tratamientos psicológicos estructurados breves.

Entrenamiento de relajación

La recomendación actual de mhGAP es la siguiente:

- El entrenamiento de relajación se puede considerar como el tratamiento de adultos con un episodio / trastorno depresivo. En la depresión moderada y severa, esta intervención debe considerarse como un complemento de los antidepresivos o los tratamientos psicológicos breves estructurados.

La evidencia disponible de los ensayos conducidos específicamente entre personas mayores es muy limitada e indirecta. No hay evidencia específica para apoyar el uso del entrenamiento de relajación como intervención para la depresión en personas mayores, pero igualmente no hay evidencia de que la guía de intervención actual de mhGAP, basada en ensayos entre adultos en edad laboral, no se generalice a personas mayores.

Fuente:

<https://www.who.int/ageing/health-systems/icope/evidence-centre/ICOPE-evidence-profile-depressive.pdf?ua=1>