

# La depresión y la enfermedad de Parkinson

La depresión es un síntoma no motor común de la enfermedad de Parkinson (EP); aproximadamente el 50 % de las personas con EP tienen depresión. Es importante aprender las señales de depresión y saber que existen varias maneras de tratarla y mejorarla en las personas con EP.

## Síntomas de la depresión

Los síntomas de la depresión pueden incluir tristeza persistente, pérdida de interés en actividades anteriormente placenteras, cambios en el apetito y sentimientos de impotencia o desesperanza. La depresión puede reducir drásticamente la calidad de vida y aumentar la carga sobre la persona encargada del cuidado.

Diagnosticar la depresión relacionada con la enfermedad de Parkinson puede ser difícil debido a la superposición de los síntomas de la depresión y los síntomas de la EP. Por ejemplo, la fatiga, el insomnio, la somnolencia diurna, la pérdida de peso, el pensamiento ralentizado, la función sexual disminuida y un rostro sin emociones pueden ser señales de depresión, pero también pueden ser síntomas de la EP en sí, en ausencia de depresión.

La depresión puede surgir como una respuesta a cualquier enfermedad crónica incapacitante (denominada depresión reactiva). Sin embargo, la mayoría de los investigadores creen que la depresión es una parte intrínseca de la EP en muchos casos, y que es causada por los mismos cambios neurológicos que causan los síntomas motores. Este concepto está respaldado por el hecho de que, a veces, la depresión precede el diagnóstico de EP. La depresión en la EP puede ser una combinación de depresión reactiva y un efecto directo de la enfermedad en el cerebro. Independientemente de la causa, la depresión debe ser reconocida y tratada.

## Opciones de tratamiento

### Tratamientos no farmacológicos

Los enfoques no farmacológicos para la depresión en la EP pueden incluir aumentar el ejercicio y mejorar el sueño. El asesoramiento psicológico, como la terapia cognitiva conductual (CBT), puede ser muy eficaz y puede ayudar a mejorar no solo el estado de ánimo, sino la calidad de vida y los resultados de la salud en general.

Asistir a un grupo de apoyo para personas con la enfermedad de Parkinson, ya sea en persona o en línea, puede ser muy útil. Hablar con otras personas que entienden lo que está pasando y pueden ofrecer asesoramiento y compañerismo puede ser muy beneficioso. Los grupos de apoyo en línea ahora están más disponibles, lo que permite que más personas accedan a este servicio independientemente de dónde viven. Un estudio determinó que la participación en un grupo de apoyo en línea que incluía facilitadores profesionales afectó positivamente el estado de ánimo y la calidad de vida en un grupo de personas con EP. Si asiste a un grupo de apoyo que no parece ser bueno para usted, pruebe otra opción. Vale la pena encontrar un grupo que se sienta adecuado para usted.

### Gestión de medicamentos existentes

La optimización de los medicamentos para la EP que ya está tomando puede desempeñar un papel clave en el manejo de la depresión. Existen pruebas que indican que determinados medicamentos para la EP, como los agonistas de la dopamina, tienen efectos antidepresivos.

La depresión también puede ser un síntoma de los períodos de ausencia de respuesta, que son momentos del día en los que la persona ya no experimenta el beneficio de la dosis más reciente del medicamento para la EP. Al ajustar los medicamentos para la EP y reducir el período de ausencia de respuesta, la depresión puede

# La depresión y la enfermedad de Parkinson

mejorar. Converse con su médico sobre las maneras de optimizar los medicamentos actuales para reducir la depresión.

## Medicamentos antidepressivos

Los medicamentos antidepressivos también pueden ser útiles. A menudo, para tratar la depresión relacionada con la EP, se utilizan medicamentos tales como los inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (SSRI: p. ej., sertralina, paroxetina, citalopram y otros), los inhibidores de la recaptación de serotonina y norepinefrina (SNRI: p. ej., venlafaxina, duloxetina y otros) y los antidepressivos con múltiples mecanismos de acción (p. ej., bupropión, mirtazapina y otros). En general, estos medicamentos son más seguros y las personas con EP los toleran mejor que los antidepressivos tricíclicos (TCA: p. ej., nortriptilina, imipramina) que se pueden utilizar para personas con depresión que no tienen EP. Además, muchos de los antidepressivos pueden tratar la ansiedad de manera efectiva, una afección que también es frecuente en las personas con EP.

La industria farmacéutica podría advertir sobre una interacción entre algunos de los antidepressivos y los inhibidores de la monoamino oxidasa (MAOB) que se utilizan para tratar la EP (p. ej., selegilina, rasagilina, safinamida). Consulte a su neurólogo sobre estas interacciones, ya que el médico podría autorizar una interacción leve, mientras que otras interacciones pueden ser más graves.

## Terapia electroconvulsiva

En el caso de las personas que padecen de la EP sin problemas cognitivos, la terapia electroconvulsiva (ECT) puede ser un tratamiento eficaz para la depresión cuando otros tratamientos no han sido eficaces. Este tratamiento requiere una atención de cerca a cargo de un psiquiatra.

## Tratar la ansiedad

A menudo, la ansiedad coexiste con la depresión y puede ser un síntoma no motor de la EP que resulta muy debilitante. Los tratamientos utilizados para la depresión, incluida la terapia cognitiva conductual y los medicamentos antidepressivos, también se utilizan para tratar la ansiedad.

## Hable con su doctor

La depresión es un síntoma no motor común en las personas que padecen de la EP y, afortunadamente, se puede tratar y mejorar. Por este motivo, es muy importante que converse con su médico si observa signos de depresión. No tiene por qué sufrir en silencio por la depresión; al buscar ayuda, probablemente mejorará su calidad de vida, su bienestar personal y el impacto a sus amigos, familiares y pareja.

### Sede Nacional

Asociación Americana de  
Enfermedad de Parkinson  
PO Box 61420  
Staten Island, NY 10306

Teléfono: 800-223-2732

Website: [www.apdaparkinson.org](http://www.apdaparkinson.org)

Email: [apda@apdaparkinson.org](mailto:apda@apdaparkinson.org)

© 2023 Asociación Americana de  
Enfermedad de Parkinson

La información contenida en esta hoja informativa está escrita únicamente con el propósito de proporcionar información al lector y no pretende ser un consejo médico. Esta información no debe utilizarse con fines de tratamiento, sino más bien para la discusión con los proveedores de atención médica del paciente.

Enero 2023

Mantente conectado  
a través de nuestras redes sociales

