

# Tras la cura de la depresión

Los trastornos depresivos constituyen una de las patologías más frecuentes y graves en los países industrializados, advierte la Organización Mundial de la Salud. En uno de sus informes, el ente internacional sitúa la depresión a la cabeza de los motivos de inactividad profesional. Esta realidad lleva a que científicos y clínicos se interesen por conocer al detalle las causas y mecanismos de dicha psicopatología y avanzar en el desarrollo de tratamientos capaces de aliviar los síntomas que, en algunos casos, se muestran resistentes a las terapias actuales.

Si bien en las últimas décadas se han registrado notables avances en el tratamiento farmacológico, la diversidad de factores que intervienen en el desarrollo de una depresión invita a atacar el problema

desde diversos flancos. Entre ellos se encuentran la psicología, la neurobiología, la psiquiatría y la biomedicina. Por ese motivo, además de la farmacoterapia, se están abriendo camino en este terreno tratamientos psicoterapéuticos de tercera generación, como la terapia interpersonal o la metacognitiva, así como técnicas basadas en la neuroestimulación. Sin embargo, este trastorno continúa siendo un reto. Cabe recordar que la depresión puede formar parte de otras patologías, como son la enfermedad de Alzheimer o la diabetes, por lo que un buen diagnóstico es prioritario. Y para ello deben conocerse con precisión sus causas y su sintomatología, entre otros factores.

Esta nueva entrega de *CUADERNOS de Mente y Cerebro* recoge los artículos más destacados que se

han publicado en *Mente y Cerebro e Investigación y Ciencia*, además de un reportaje hasta ahora inédito en español [«Terapia metacognitiva contra la depresión», por Christiane Gelitz] sobre las causas, los síntomas, las consecuencias y los tratamientos tanto psicoterapéuticos como neurobiológicos de la depresión. ¿Qué diferencia una depresión del sentimiento de tristeza?

¿Funciona el cerebro de una persona depresiva de modo distinto? ¿Existe un remedio para las recaídas? ¿Y para la depresión resistente? ¿Cómo se puede aliviar un dolor que incapacita al afectado y que con frecuencia no tiene sentido ni para quien lo sufre ni para sus allegados? Los científicos continúan indagando las respuestas, con algunos resultados.

—La redacción



ISTOCK / JUANMONINO

# EN ESTE NÚMERO

**1 Presentación**  
**Tras la cura de la depresión.** *Por la redacción*

**4 Introducción**  
**La depresión en el mundo.** Panorama de la incidencia de los trastornos depresivos por países. *Por Ulrich Pontes y Kerri Smith*

## Causas, síntomas y consecuencias

### Biomedicina

**6 Más allá de la tristeza**  
La depresión, en la actualidad uno de los trastornos psiquiátricos más frecuentes, se estima que será la segunda causa de discapacidad en 2020. ¿Qué sabemos de este síndrome? *Por Javier de Diego Adeliño y Víctor Pérez Sola*

### Psiquiatría

**16 Las dos caras de la depresión**  
Las mujeres entran en un estado de extrema tristeza; los hombres, en cambio, se tornan iracundos e impulsivos. El trastorno depresivo también tiene sexo. *Por Erica Westly*

### Psicología del trabajo

**24 Baja por depresión**  
El estrés laboral es una de las causas por las que aumentan los diagnósticos de depresión, aunque a menudo se infravalora. *Por Annette Schäfer*

### Maternidad

**30 Depresión posparto**  
Una mujer de cada siete sufre depresiones y temores tras el parto. Debe recibir tratamiento, del que se beneficiará también el bebé. *Por Katja Gaschler*

### Farmacología

**36 La depresión refractaria**  
A pesar de los avances en farmacoterapia, la depresión refractaria o resistente continúa siendo un reto para los investigadores y clínicos. *Por Jerónimo Saiz Ruiz y Dolores Saiz González*

### Psicología

**42 Suicidio**  
Desde hace decenios, médicos y psicólogos indagan los factores de riesgo de la conducta suicida. ¿Por qué ciertas personas solo ven una salida en la muerte? *Por Barbara Schneider*



## Abordaje psicoterapéutico

### Depresión crónica

**46 Superar la depresión**  
Muchos pacientes con trastorno depresivo crónico sufrieron desatención durante su infancia. Un método de terapia cognitivo-conductual contribuye a que superen las consecuencias de esa experiencia. *Por Knut Schnell, Henrik Walter y Elisabeth Schramm*

### Terapia combinada

**52 Tratamientos para la depresión**  
Aunque los fármacos llevan decenios aliviando la depresión, nuevas modalidades de psicoterapia se abren camino en el tratamiento de esta dolencia. *Por Steven D. Hollon, Michael E. Thase y John C. Markowitz*

### Psicoterapia

**60 Tras el éxito de la terapia cognitivo-conductual**  
Hoy, la psicoterapia mejor estudiada es la cognitivo-conductual. Las neuroimágenes revelan por qué alivia la depresión de muchos pacientes. *Por Emily Anthes*

### Pensamiento

**66 Terapia metacognitiva contra la depresión**  
Las personas con depresión y ansiedad suelen sentirse estancadas. La terapia metacognitiva las ayuda a reconducir sus pensamientos. *Por Christiane Gelitz*



ISTOCK / KATARZYNA BIALASIEWICZ

## Tratamiento neurobiológico

### Neurocirugía

## 70 Neuromodulación contra la depresión resistente

La estimulación cerebral profunda se presenta como un tratamiento para la depresión que no responde a las terapias actuales. *Por Cristina V. Torres Díaz, Juan A. Barcia, Juan J. López-Ibor y Andrés M. Lozano*

### Neuroestimulación

## 78 Un conmutador que elimina la depresión

Una suerte de marcapasos cerebral aportó en 2005 nuevas esperanzas para la curación de las depresiones graves. *Por David Dobbs*

### Psicofármacos

## 84 El litio y los trastornos manicod depresivos

El litio constituye un medicamento de eficacia probada frente a los trastornos manicod depresivos. Se empiezan a comprender sus complejos mecanismos de acción. *Por Jochen Paulus*

### Farmacología

## 90 Terapia de la depresión

Los antidepresivos dejan que desear: tardan semanas en surtir efecto y fracasan en muchos pacientes. Los laboratorios investigan una medicación más eficaz. *Por Robin Marantz Henig*

## Colaboradores de este número

### Asesoramiento y traducción:

Marián Beltrán: *Las dos caras de la depresión*; Francesc Asensi: *Depresión posparto*; Ignacio Navascués: *Baja por depresión, Suicidio, El litio y los trastornos manicod depresivos*; Federico Fernández Gil: *Superar la depresión*; Noelia de la Torre: *Tras el éxito de la terapia cognitivo-conductual, Terapia metacognitiva contra la depresión*; Luis Bou: *Tratamientos para la depresión, Un conmutador que elimina la depresión*; Núria Estapé: *Terapia de la depresión*

Portada: iStock / Katarzyna Bialasiewicz

## Mente y Cerebro

**Directora general:** Pilar Bronchal Garfella

**Directora editorial:** Laia Torres Casas

**Ediciones:** Yvonne Buchholz, Anna Ferran Cabeza,

Ernesto Lozano Tellechea, Bruna Espar Gasset

**Producción:** M.ª Cruz Iglesias Capón, Albert Marín Garau

**Secretaría:** Purificación Mayoral Martínez

**Administración:** Victoria Andrés Laiglesia

**Suscripciones:** Concepción Orenes Delgado, Olga Blanco Romero

### EDITA

Prensa Científica, S.A.

Muntaner, 339 pral. 1.ª

08021 Barcelona (España)

Teléfono 934 143 344 Fax 934 145 413

e-mail [precisa@investigacionyciencia.es](mailto:precisa@investigacionyciencia.es)

[www.investigacionyciencia.es](http://www.investigacionyciencia.es)

## Gehirn und Geist

**Chefredakteur:** Carsten Könneker (verantwortlich)

**Artdirector:** Karsten Kramarczik

**Redaktionsleiterin:** Christiane Gelitz

**Redaktion:** Steve Ayan, Katja Gaschler, Andreas Jahn

**Freie Mitarbeit:** Liesa Klotzbücher, Rabea Rentschler, Joachim

Retzbach, Daniela Zeibig

**Schlussredaktion:** Christina Meyberg, Sigrid Spies, Katharina Werle

**Bildredaktion:** Alice Krüßmann, Anke Lingg, Gabriela Rabe

**Redaktionsassistentz:** Hanna Hillert

**Geschäftsleitung:** Markus Bossle, Thomas Bleck

### DISTRIBUCIÓN

para España:

LOGISTA, S. A.

Pol. Ind. Polvoranca - Trigo, 39, edificio B

28914 Leganés (Madrid)

Teléfono 916 657 158

para los restantes países:

Prensa Científica, S. A.

Muntaner, 339 pral. 1.ª - 08021 Barcelona

### PUBLICIDAD

NEW PLANNING

Javier Díaz Seco

Tel. 607 941 341

[jdiazseco@newplanning.es](mailto:jdiazseco@newplanning.es)

Tel. 934 143 344

[publicidad@investigacionyciencia.es](mailto:publicidad@investigacionyciencia.es)

### SUSCRIPCIONES

Prensa Científica S. A.

Muntaner, 339 pral. 1.ª

08021 Barcelona (España)

Teléfono 934 143 344

Fax 934 145 413

[www.investigacionyciencia.es](http://www.investigacionyciencia.es)

Copyright © 2016 Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH,  
D-69126 Heidelberg

Copyright © 2016 Prensa Científica S.A.

Muntaner, 339 pral. 1.ª 08021 Barcelona (España)

Reservados todos los derechos. Prohibida la reproducción en todo o en parte por ningún medio mecánico, fotográfico o electrónico, así como cualquier clase de copia, reproducción, registro o transmisión para uso público o privado, sin la previa autorización escrita del editor de la revista.

ISSN edición impresa: 2253-959X ISSN edición digital: 2385-569X  
Dep. legal: B. 3021 - 2012

Imprime Rotocayfo (Impresia Ibérica)  
Ctra. de Caldes, km 3 - 08130 Santa Perpètua de Mogoda (Barcelona)  
Printed in Spain - Impreso en España