



Sabadell, 3 de març de 2008

Què passa amb els antidepressius?

La setmana passada tots els mitjans de comunicació del país reproduïen l'alarmant notícia que els nous antidepressius podien ser poc menys que tractaments inútils, d'acord amb les conclusions d'una publicació recent (Kirsch *et al*, *Plos Medicine* 2008). És d'agrair que la majoria dels mitjans recollissin també les matisacions urgents que van realitzar molts psiquiatres amb responsabilitat clínica.

No sorprèn l'extraordinària difusió que va tenir aquesta fosca meta-anàlisi dels estudis de registre d'antidepressius en l'americana *Food and Drugs Administration* (FDA). La depressió és una de las causes més importants de mortalitat i discapacitat al món, afecta a moltes persones del nostre entorn (quasi un 10% de les persones que acudeixen a atenció primària, segons un estudi recent realitzat a Catalunya pel Departament de Salut) i una gran part reben antidepressius - fàrmacs que figuren entre els més prescrits -. Per tant, es podia concloure amb facilitat que moltes persones estaven rebent un tractament inútil, costós i potencialment perjudicial, amb la complicitat dels metges i metgesses i la tolerància de l'administració. Aquest va ser sens dubte el missatge subliminar de la notícia, que li va fer guanyar les primeres planes del dia. Salvant les distàncies, és com si algun estudi concloués que els antibiòtics no serveixen per a res i que hem de tornar als tractaments naturals.

Des de la Societat Catalana de Psiquiatria i Salut Mental, veiem amb preocupació com missatges com aquest es converteixen en notícia amb extremada facilitat, i ens alarma la repercussió perjudicial que tenen per a les persones que pateixen la malaltia i per a la seva família.

No és aquest un espai per a fer una crítica detallada sobre l'estudi que va originar a notícia, que es va limitar a analitzar 35 estudis d'eficàcia a curt termini (de menys de 6 setmanes), tots ells utilitzats en el registre de sis antidepressius. La seva conclusió principal ja era coneguda: la resposta aguda a placebo és molt elevada en pacients amb depressions lleus i moderades (com recullen publicacions de prestigi del britànic *National Institut for Clinical Excellence* -NICE, 2004-, l'*Agency for Healthcare Research and Quality* -AHRQ, 2007- del Departament de Salut nordamericà o del Ministerio de Sanidad -la Guía de Tratamiento de la Depresión que properament veurà la llum-).



El fet important, la veritable notícia per a les persones que pateixen depressió major, és la que recullen des de fa anys moltes altres publicacions científiques sobre l'eficàcia dels antidepressius en la prevenció de recaigudes depressives –un dels nostres reptes terapèutics més importants-.

O l'esperançadora notícia que l'eficàcia dels antidepressius és més incontrovertible en depressions més greus i en estudis de major durada (superiors a vuit setmanes). També hauria de ser notícia l'efectivitat, en condicions de pràctica clínica real, d'estratègies terapèutiques escalonades de canvi de antidepressius i/o de potenciació -combinacions d'altres antidepressius- i que permeten aconseguir fins a un 67% de remissions clíniques, que equivalen pràcticament a un estat de “guariment” (STAR-D, 2006). O fins i tot, els cada vegada més freqüents estudis de cost-efectivitat, que ens proporcionen arguments econòmics a favor del tractament adequat de la depressió amb els nous antidepressius.

Però, des d'una posició sensacionalista, la millor notícia és que els antidepressius poden salvar vides, les vides de les persones amb depressions greus i risc de suïcidi que són tractades adequadament, amb el suport psicoterapèutic necessari. El suïcidi és la segona causa de mortalitat en joves al nostre país, per darrere dels accidents de trànsit, i està associat a estats depressius en una proporció molt alta de casos. Campanyes com les del *Programa Europeo Contra la Depresión* - www.eaad.net- que aquesta setmana culmina a Sabadell, pretenen millorar el “tractament social” i sanitari que brindem a las persones amb depressió, una malaltia freqüent que podem trobar fàcilment prop de nosaltres.

Amb aquestes altres notícies científiques, la discussió sobre si el tractament amb antidepressius no supera l'efecte placebo en els estudis revisats pel Dr. Kirsch, té menys importància. Però, cal saber que els i les pacients amb depressió que s'inclouen en els assajos clínics, reben visites regulars dels metges, suport continuat i un interès extraordinari pel seu benestar –i això és tot menys l'acció innòcua que hauria de ser l'“efecte placebo”-. El placebo dels estudis equival, en realitat, a una intervenció psicoterapèutica de suport. També convé saber que l'efecte placebo s'ha vist incrementat en els estudis dels darrers anys com a conseqüència de la inclusió de pacients de menys gravetat en els assajos clínics. En una dimensió diferent, aquest fet també s'esdevé en la realitat de les nostres consultes -tant d'atenció primària com de psiquiatria-, que es veuen superades amb facilitat per les demandes d'assistència de persones que pateixen problemes en la seva vida quotidiana i que presenten estrès i malestar transitoris, que abans es resolien fora de l'entorn sanitari. En aquests casos de “depressió” i, probablement també en



depressions lleus, pot ser que l'“efecte placebo” descrit sigui una millor opció que els fàrmacs antidepressius. Però llavors, la qüestió és qui ho realitza i de quins mitjans disposarà: els metges i metgesses i el personal del sistema sanitari com fins ara?, o bé aquest malestar normal ha de resoldre's en la comunitat amb el suport social oportú?

Evidentment, els metges, metgesses i psiquiatres som les persones menys interessades en “medicalitzar” o “psiquiatritzar” els problemes de la vida quotidiana. El nostre interès es centra en diagnosticar i tractar de forma efectiva trastorns com la depressió que -i aquest fet ja va deixar de ser notícia fa anys- es pot curar amb els antidepressius.

Societat Catalana de Psiquiatria i Salut Mental.
Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya i Balears

Carta de resposta enviada a *La Vanguardia* per Diego J Palao Vidal
Vicepresident de la Societat Catalana de Psiquiatria i Salut Mental
dpalao@tauli.cat scpsiquiatria@acmcb.es