

# Adhesión al Tratamiento con Antidepresivos

Los antidepresivos pueden ayudar a tratar su depresión. Para que los antidepresivos funcionen, usted debe tomarlos según las indicaciones médicas. Saber lo que podría esperar puede ayudarlo a seguir el curso de tratamiento.



**Es posible que los efectos de su medicamento no comiencen de inmediato.** Es posible que no se sienta mejor al principio. Esto puede tardar de 2 a 4 semanas.



**El cuidado de seguimiento es fundamental.** Asista a todas sus consultas de seguimiento. Informe a su proveedor acerca de cómo se ha sentido. Informe cualquier efecto secundario que haya experimentado. Su proveedor puede asegurarse de que el tratamiento sea adecuado para usted.



**No omita las dosis.** Continúe tomando sus medicamentos según las indicaciones. No interrumpa el tratamiento si se siente mejor.



**Hablar con alguien puede ser útil.** Junto con los medicamentos, hablar con alguien puede ayudarlo a sentirse mejor. Considere ver a un consejero o terapeuta.



**Los antidepresivos no causan adicción.** Usted no formará un hábito por tomarlos.

## Posibles Efectos Secundarios

Algunas personas podrían experimentar efectos secundarios cuando toman medicamentos. Hable con su proveedor de atención médica si experimenta algún efecto secundario o desea preguntar qué efectos debería tener en cuenta. A continuación, se presentan algunos efectos secundarios comunes y cómo tratarlos:

Efecto Secundario	Acciones que puede Realizar
<b>Náuseas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Beber abundante agua.</li><li>• Chupar caramelos duros.</li><li>• Tomar sus medicamentos cerca de la hora de acostarse.</li></ul>
<b>Sequedad en la Boca</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Masticar goma de mascar sin azúcar.</li><li>• Beber agua.</li><li>• Chupar caramelos duros o hielo.</li></ul>
<b>Estreñimiento</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Beber agua.</li><li>• Hacer ejercicio regularmente.</li><li>• Consumir alimentos ricos en fibra, como frutas frescas, verduras y granos integrales.</li></ul>

Efecto Secundario	Acciones que puede Realizar
<b>Cansancio</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tomar una siesta breve.</li><li>• Tomar los medicamentos cerca de la hora de acostarse.</li></ul>
<b>Preocupación o miedo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Intentar hacer ejercicios de respiración o meditación.</li><li>• Intentar hacer ejercicio ligero, como yoga o caminatas.</li><li>• Hablar con alguien de confianza.</li><li>• Pedir ayuda si la necesita.</li></ul>
<b>Problemas para dormir</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Intentar realizar ejercicios de respiración.</li><li>• Tomar su medicamento por la mañana. Evitar la cafeína, que a menudo se encuentra en el chocolate, el café, el té y los refrescos.</li></ul>

WellCare of North Carolina se enorgullece de ser su socio de atención médica. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nosotros al número de teléfono gratuito **1-866-799-5318** (TTY: **711**). ¡Estamos aquí para ayudarlo!



## **Auxiliary Aids and Interpreter Services**

You can get free materials in large print and other auxiliary aids and services. Call **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**. If English is not your first language, free interpreter services are available. Call **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**.

**Español (Spanish):** Puede obtener materiales gratuitos en letra grande y otras ayudas y servicios auxiliares. Llame al **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**. Si el inglés no es su lengua nativa, dispone de servicios gratuitos de interpretación. Llame al **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**.

**中国人 (Chinese):** 您可以免 获得各种 料的大字版以及其他 助工具和服 。 致 **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)** 。如果英 不是您的首选 言，我 提供免 的翻 服 。 致 **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)** 。