Nuevos conocimientos sobre la depresión y la menopausia

Issue 17: 4 sep 2007
Fuente: Journal of Psychosomatic Research 2007; in press

Un estudio ha destacado los factores asociados con la presencia de síntomas depresivos en las mujeres de edad menopáusica.

Investigadores de centros de Baltimore y Urbana, en EE.UU., analizaron los datos recolectados por cuestionario de una muestra de la población de 634 mujeres de 45-54 años de edad. También midieron los niveles de estrógeno y andrógeno en muestras de sangre tomadas de las mujeres. Los síntomas depresivos se evaluaron utilizando la escala de 20 ítems de Depresión del Centro de Estudios Epidemiológicos (CES-D).

Al informar sus hallazgos en un trabajo a ser publicado en Journal of Psychiatric Research, los investigadores escriben que poco menos de la cuarta parte de las mujeres (157 mujeres, 24.8 por ciento) tuvieron un puntaje de 16 o más en la escala CES-D, lo que indicó la presencia de síntomas depresivos.

Una serie de factores resultó asociarse significativa e independientemente con la presencia de síntomas depresivos:

- Ser fumadora actual (informado por el 16.6 por ciento de las mujeres con un puntaje CES-D de 16.6 o más, frente al 6.7 por ciento de las mujeres con un puntaje debajo de 16).
- Realizar poca o ninguna actividad física (70.1 por ciento frente a 56.4 por ciento).
- Hallarse en un estado de mala salud informado por la mujer (12.1 por ciento frente a 5 por ciento).
- Informar más de cuatro síntomas menopáusicos, de una lista que incluía sofocos, náuseas, dolores de cabeza, debilidad, insomnio, problemas de visión, secreción vaginal, sequedad vaginal, irritabilidad, rigidez muscular e incontinencia (45.9 por ciento frente a 21.8 por ciento). Las mujeres con un puntaje de 16 o más en la escala CES-D fueron mucho más propensas a informar secreción vaginal e insomnio, en comparación con las que obtuvieron un puntaje debajo de 16.

Los investigadores informaron que ni el estado menopáusico (pre-menopáusico o peri-menopáusico), ni los niveles de cualquiera de las hormonas evaluadas, tuvieron asociación alguna con los síntomas depresivos.

Los investigadores concluyen: "En general, los hallazgos de este gran estudio transversal basado en una población sugieren que el estado menopáusico y los niveles hormonales no se asocian independientemente con los síntomas depresivos entre las mujeres maduras. En cambio, otros factores tales como un mal estado de salud y síntomas menopáusicos informados por las pacientes parecen ser correlatos más importantes de depresión y deberían ser el objetivo de estudios futuros".

Por lo tanto, tratar los síntomas menopáusicos y abordar los malos hábitos de salud podría ser efectivo para reducir la incidencia de depresión y para mejorar la calidad de vida, agregan los investigadores.

Recientemente, los autores de un extenso trabajo de revisión documentaron el conocimiento actual sobre la depresión y la transición menopáusica. Los investigadores concluyeron que una serie de factores psicológicos, genéticos y fisiológicos están comprometidos en el desarrollo de la depresión perimenopáusica (ver el artículo de ORGYN Revista en Línea *Una revisión aborda la perimenopausia y la depresión* de la edición de fecha 15 de mayo de 2007).