

Los trastornos del sueño vinculan los síntomas menopáusicos con la depresión

Investigan asociaciones entre los sofocos y otros síntomas menopáusicos, la calidad del sueño y los síntomas depresivos en mujeres de 45 a 54 años de edad.

Fuente: *Maturitas 2008; Advance online publication*

MedWire News: los síntomas depresivos debidos a los síntomas menopáusicos se atribuyen a los trastornos del sueño, según sugiere un estudio.

Las fluctuaciones hormonales han sido implicadas como un mecanismo subyacente de depresión durante la menopausia, pero si las hormonas desempeñan un rol directo o indirecto en este proceso continúa siendo controvertido.

Jessica Brown (Universidad de Maryland, Baltimore, EE.UU.) y colaboradores creen que la experiencia de síntomas depresivos perimenopáusicos podría hallar explicación en los síntomas vasomotores y otros síntomas menopáusicos.

Los investigadores llevaron a cabo un estudio transversal y poblacional de 639 mujeres de 45 a 54 años, que completaron un cuestionario incluyendo la Escala de Depresión del Centro de Estudios Epidemiológicos (CES-D), datos demográficos, conductas de salud, antecedentes menstruales, síntomas menopáusicos y calidad del sueño.

Después de controlar las covariables (estado menopáusico, nivel de actividad física, hábito de fumar, estado actual de salud informado por la participante) Brown y cols. identificaron varios factores significativamente asociados con la depresión, definida por puntajes CES-D iguales o mayores a 16. Estos eran: experimentar sofocos en los últimos 30 días, rigidez muscular, problemas de visión, secreción vaginal, molestias y dolores, cefaleas, incontinencia, debilidad e insomnio (con coeficientes de probabilidad [OR] que variaron de 1.48 a 3.01 en comparación con la ausencia de síntomas).

Cabe destacar que las náuseas o la irritabilidad una vez a la semana o más, y experimentar sofocos cuatro veces por noche o más, se asociaron fuertemente con la depresión, con ORs de 3.66, 4.23 y 4.51, respectivamente.

Los investigadores sugieren por ende que “la experiencia de síntomas vasomotores da lugar a trastornos del sueño, los que a su vez promueven síntomas depresivos en las mujeres perimenopáusicas”.