

SEGURIDAD DEL PACIENTE MANIACO-DEPRESIVO DESDE EL PUNTO DE VISTA ALIMENTARIO

Berdasco López, Ana María (Red salud Mental Bizkaia,Zaldibar)

INTRODUCCIÓN

El trastorno bipolar es una enfermedad mental grave, difícil de controlar y con probable evolución a la cronicidad. Se caracteriza por atravesar fases de depresión y de manía, siendo destacable el riesgo de suicidio, que en el caso del bipolar tipo I llega a ser del 10 al 15%. La incidencia del bipolar I es 0,8% y bipolar II 0,5%. La prevalencia similar en ambos sexos y la edad de comienzo en torno a los 21 años como media.

La medicación es fundamental en el tratamiento, pero dadas algunas limitaciones, la atención comenzó a centrarse en otros tratamientos. Como el uso de ácidos grasos poli insaturados omega-3; estos son ácidos que el organismo no puede fabricar, se encuentran sobre todo en pescado y algunas fuentes vegetales. Existen 6 tipos, siendo la base de todos ellos el linolénico (LNA)

El objetivo de este estudio es conocer los beneficios de ácidos grasos omega-3 desde el punto de vista de la seguridad del paciente.

METODOLOGÍA

Se realiza una revisión bibliográfica utilizando las siguientes bases de datos: pubmed, The Cochrane Library, Cuiden y fisterra.

La información está acotada a los últimos 5 años, se recogen tanto artículos en inglés como en español.

Todos los ensayos controlados aleatorios relevantes se incluyeron en la revisión. Los estudios que incluyeron a hombres y mujeres de todas las edades con diagnóstico de trastorno bipolar calificaron para la inclusión. Fueron seleccionados los estudios que utilizaron cualquier tipo o dosis del tratamiento con ácidos grasos omega-3 como mono terapia o además del tratamiento farmacológico estándar.

De cada uno de los estudios seleccionados, se extrae el artículo completo, se traduce (dependiendo del caso) y se extraen los datos más relevantes.

Tipo de estudio: descriptivo transversal

RESULTADOS

Dos de los estudios muestran efectos positivos sobre la enfermedad, el tercero muestra resultados no concluyentes.

Dentro de los que lo consideran beneficioso encontramos un estudio que realiza una revisión bibliográfica pormenorizada donde justifica los beneficios de los ácidos grasos omega-3(1):

- Aumenta la eficacia terapéutica de antidepresivos, estabilizadores de ánimo y anti psicóticos de segunda generación.
- Disminuye los efectos secundarios cardiometabólicos de ciertos medicamentos
- Es eficaz como mono terapia para la prevención primaria y síntomas perinatales.
- Buena relación coste-beneficio
- Posibilidad de determinar los niveles en sangre (reciente aparición de laboratorios específicos para ello).

El segundo estudio compara los ácidos grasos con el riesgo de suicidio(2), destaca por un lado la asociación positiva entre factores de personalidad y ácidos grasos poli insaturados y por otro lado observa que en pacientes con intento de suicidio los niveles de ácidos grasos eran significativamente menores en comparación con los que no intentaron.

El último estudio(3) realiza una revisión bibliográfica abordando los descubrimientos más recientes del papel que desempeñan los ácidos grasos en la corteza cerebral, detecta cierta discordia en la comunidad científica al diseñar los estudios, diferencias metodológicas en cuanto al tamaño de la muestra, dosis del suplemento, naturaleza de los ácidos grasos, la interpretación de los resultados...

SEGURIDAD DEL PACIENTE

ESTABILIZACIÓN PSICOPATOLÓGICA

INGESTA DE ÁCIDOS GRASOS OMEGA-3



CONCLUSIONES

El riesgo de suicidio y las conductas auto y heteroagresivas en un paciente descompensado es un tema importante a tratar, para ello se debe conseguir la estabilización psicopatológica partiendo desde la base, es decir desde su tratamiento.

Se demostró que los tratamientos médicos poseen beneficios pero no logran una remisión completa de los síntomas en la mayoría de los casos y además poseen efectos secundarios indeseables. Por estos motivos, todo tratamiento que pueda mejorar la gestión clínica de este trastorno merece la pena ser considerado.

Muchos estudios indican que los ácidos grasos omega-3 derivados de los aceites de pescado (EPA y DHA) son capaces de mejorar al menos algunos síntomas del trastorno bipolar. Además, no existen pruebas de los efectos secundarios adversos a partir de esta intervención. Sin embargo otros estudios destacan la falta de unificación de criterios por varias razones, la mayoría incluye pequeñas poblaciones de muestra, no existe unificación en cuanto a composición y dosis de los ácidos grasos, la duración de los ensayos es muy variable... lo que limita sus resultados.

En conclusión, no existen pruebas suficientes, y las pruebas actualmente disponibles son tan variadas y, con frecuencia, de naturaleza tan cuestionable que no puede establecerse ninguna conclusión fiable y se recomiendan nuevas investigaciones con unificación de criterios.

BIBLIOGRAFÍA

- (1) PharmaNutrition. 2013 Apr;1(2):41-49. Role of Long-Chain Omega-3 Fatty Acids in Psychiatric Practice. McNamara RK(1), Strawn JR. Author information: Department of Psychiatry and Behavioral Neuroscience, Division of Bipolar Disorders Research, University of Cincinnati College of Medicine, Cincinnati, OH 45219-0516. PMID: PMC3628733. PMID: 23607087 [PubMed]
- (2) Evans SJ(1), Prossin AR, Harrington GJ, Kamali M, Ellingrod VL, Burent CF, McInnis MC. Fats and factors: lipid profiles associate with personality factors and suicidal history in bipolar subjects. 2012;7(1):e29287. doi: 10.1371/journal.pone.0029287. Epub 2012 Jan 13. PMID: PMC3258247 PMID: 22253709 [PubMed]
- (3) Prior PL(1), Galduróz JC. (N-3) Fatty acids: molecular role and clinical uses in psychiatric disorders. 2012 May 13(3):257-65. doi: 10.3945/an.111.001693. PMID: PMC3649458 PMID: 22585900 [PubMed]