

**CONSECUENCIAS FÍSICAS DEL TRASTORNO****Un nuevo estudio avala la relación entre depresión y diabetes tipo 2**

AMÉRICA VALENZUELA (elmundo.es)

MADRID.- Los adultos mayores de 65 años que padecen síntomas de depresión tienen más tendencia a desarrollar diabetes tipo 2. Así lo señala un estudio recién publicado por la revista 'Archives of Internal Medicine'.

Estudios previos han concluido que los síntomas de depresión, incluidos la irritabilidad y los patrones de sueño alterados, aumentan el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2. Sin embargo, los signos de esta enfermedad que se tuvieron en cuenta en casi todos estos trabajos fueron extraídos de encuestas que rellenaron personalmente los participantes, algo que según los autores no proporciona datos fiables.

Por eso, los investigadores han dedicado especial atención a la evaluación de los síntomas depresivos para distinguirlo de otros estudios anteriores. Tuvieron en cuenta aquellos síntomas que una vez aparecieron, permanecieron estables o aumentaron durante los 10 años que duró el seguimiento.

La doctora Mercedes R. Carnethon, de la Universidad de NorthWestern, en Chicago (EEUU), y su equipo han llevado a cabo el estudio. El trabajo comenzó en 1989 y los 4.681 participantes formaban parte del Cardiovascular Health Study. Todos tenían más de 65 años -la media de edad era de 72,7 años- y no padecían diabetes tipo 2 al inicio del experimento. Cada año exploraron a los pacientes y **evaluaron la presencia de 10 síntomas de depresión**, incluidos los relativos al estado de ánimo, la irritabilidad, la ingesta de calorías, la concentración y el sueño. Los síntomas se puntuaron con una escala del cero al 30. A partir de ocho el nivel de síntomas de la enfermedad se consideraba alto.

Al inicio del estudio, la media de la puntuación de los síntomas depresivos era de 4,5 y un quinto de los participantes tenía puntuaciones iguales o superiores a ocho. Durante el seguimiento las puntuaciones aumentaron en cinco puntos en casi la mitad de los participantes, y 234 desarrollaron diabetes. Las tasas de diabetes eran mayores entre los que tenían una puntuación de ocho o mayor en comparación con los que tenían menor puntuación.

"En la muestra analizada se ha encontrado una asociación entre fuertes síntomas de depresión, aumento de síntomas con el tiempo y la persistencia de los mismos, con un exceso de incidencia de diabetes", han explicado. También han observado que **el aumento de los síntomas a o largo de los 10 años es mucho más determinante** en la alta incidencia de diabetes que tener síntomas de depresión al inicio del estudio. Además, la incidencia de diabetes fue mayor entre los que al principio de la investigación presentaban puntuaciones más bajas.

**Alteraciones del sistema nervioso autónomo**

Estas asociaciones no se explican con otros factores de riesgo de diabetes como el grado de actividad física, el consumo de tabaco, el índice de masa corporal, la ingesta de alcohol o los niveles de proteína C reactiva (que indica inflamación). "Los

mecanismos fisiopatológicos que podrían explicar la asociación observada con el estudio no se conocen aún", resaltan.

Las investigaciones más recientes han revelado que la depresión está asociada con alteraciones en el funcionamiento del sistema nervioso autónomo o vegetativo (es involuntario). Hay indicios de que **suprime la actividad de las células beta del páncreas** y, por lo tanto, la secreción de insulina disminuye. Algunos estudios prospectivos han concluido que es posible detectar los síntomas antes del desarrollo de la diabetes.

"Nuestros hallazgos en esta población de ancianos son de especial interés para la sanidad pública ya que en EEUU hay 35 millones de adultos mayores de 65 años", explican. Se estima que dos millones de estadounidenses ancianos padecen depresión u otra enfermedad mental relacionada y el 15,3% de los mayores de 65 años padece diabetes. Por eso, "la identificación de un nuevo factor de riesgo tiene implicaciones importantes para este sector de la población".