

# UNIVERSO

*El Periódico  
de los Universitarios*

UNIVERSIDAD VERACRUZANA



DIRECCIÓN DE  
COMUNICACIÓN UNIVERSITARIA

Departamento de Prensa  
[www.uv.mx/universo](http://www.uv.mx/universo)

Año 6 . No. 228 . Junio 26 de 2006 . XALAPA . VERACRUZ . MÉXICO

# Depresión premenstrual ayuda a conservar la especie humana

## FERNANDA MELCHOR

La depresión o tensión premenstrual —causada por el descenso de los niveles de estrógenos y progesterona antes de la menstruación— constituye un episodio transitorio que “enseña” a las mujeres a reconocer la sintomatología del primer trimestre del embarazo como una función protectora de la especie, señaló Carlos M. Contreras, investigador del Instituto de Neuroetología de la Universidad Veracruzana (UV).

Como parte de su labor en el Laboratorio de Neurofarmacología, Contreras investiga los estados de ansiedad, estrés y depresión a través de experimentos en animales y de pruebas clínicas en humanos.

## Desmitificando la depresión

Parte del objetivo de la labor realizada en el Laboratorio de Neurofarmacología es desmitificar los conceptos de ansiedad y depresión. “Hasta hace poco tiempo, éstas no se consideraban como trastornos sino como defectos de carácter, sinónimos de cobardía o de incapacidad”, afirmó el científico.

Ahora sabemos que la depresión y la ansiedad son enfermedades severas del cerebro, pero que también son respuestas que permiten la adaptación ante ciertas circunstancias externas. Por ejemplo, al presentar un examen, la persona se siente ansiosa, y esta ansiedad es, según

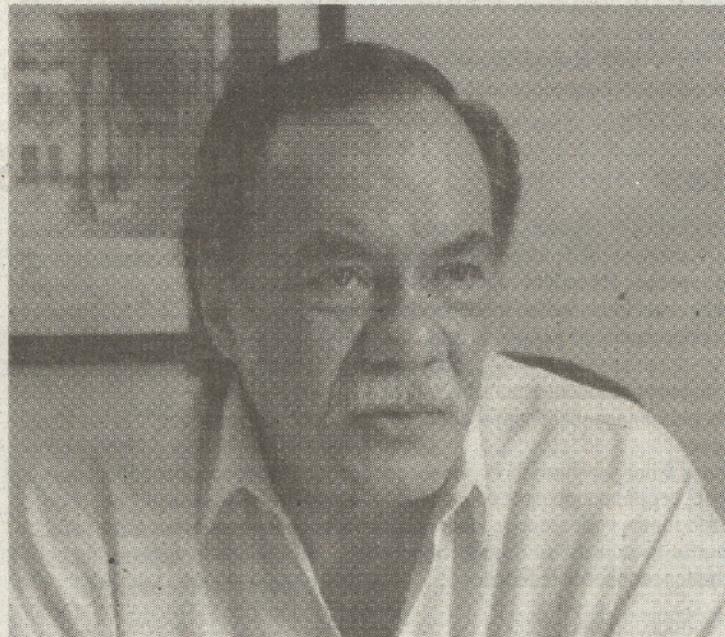
## *El descenso de hormonas preparan a la mujer para enfrentar la depresión del primer trimestre del embarazo y posparto*

el científico, muy útil porque quita el sueño, la fatiga y prepara al individuo para la lucha.

Pero si los niveles de ansiedad rebasan ciertos límites, pueden llegar a incapacitar a la persona. “Son respuestas propias del cerebro, que en exageración consideramos patológicas al perder la gente su productividad y

su eficiencia”, explicó el investigador.

El caso de la depresión es muy interesante: aunque en grado extremo puede acabar con la voluntad de vivir en la persona, algunos tipos de depresión pueden contribuir a la supervivencia de la especie humana.



Carlos M. Contreras.

## Protegiendo la especie

Estudios dirigidos por Contreras han demostrado que durante la depresión del primer trimestre del embarazo los niveles de hormonas encargados de mantener la viabilidad del feto están muy bajos. “Es muy interesante ver cómo la naturaleza le anuncia a la mujer que va a ser mamá: ella se siente muy triste pero no sabe que está pasando”, comentó.

Lo que los científicos del Instituto de Neuroetología pudieron probar es que, durante esta etapa, el feto está en peligro, y esta depresión prepara a la mujer para una contingencia durante estos tres primeros meses.

Asimismo, durante la tensión premenstrual ocurren cambios hormonales que producen ansiedad y depresión. “Incluso, en alguna publicación la hemos definido como un período transitorio de depresión ansiosa, muy semejante al síndrome de abstinencia de los fármacos dependientes, sólo que aquí hablamos de abstinencia de hormonas”, explicó Contreras.

“Y le enseña a la mujer a sentirse extraña cada vez que sus hormonas descienden: el novio se vuelve más feo, se sienten sensibles y enojadas, y esto les ayuda a reconocer la sintomatología del embarazo”. Es de esta manera como la depresión puede ayudar a la sobrevivencia del individuo y la especie.

## Estudios clínicos

Incluso, un grupo de trabajo de este Instituto acaba de publicar un artículo en la revista *Archives of Medical Research*, demostrando que se puede manejar el síndrome premenstrual como un síndrome de abstinencia a la progesterona. “En estudios clínicos comenzamos a proporcionar esta hormona en dosis cada vez más bajas durante los últimos días de su ciclo, para evitar el síndrome premenstrual, y con mucho éxito”, dijo el investigador.

Estos experimentos primero fueron realizados en ratas, donde los científicos del Instituto de Neuroetología hallaron que la progesterona tiene acciones ansiolíticas y antidepressivas, y posteriormente se realizaron estudios clínicos en mujeres.

Este efecto protector puede ayudar a explicar el hecho de que, aunque las mujeres se deprimen tres veces más que los hombres, ellas se suicidan cinco veces menos. “La depresión y la ansiedad son entidades femeninas, pero el suicidio es masculino”, afirmó el científico. “Esto se debe a la hormona masculina, la testosterona, aumenta la impulsividad. Y si sumas depresión, más ansiedad, más impulsividad, tienes un suicidio”, concluyó.

Para obtener mayores informes acerca de las actividades que se realizan en el Instituto de Neuroetología de la UV se puede consultar la página electrónica [www.uv.mx/neuro](http://www.uv.mx/neuro), o acudir a sus instalaciones, ubicadas en Avenida Luis Castelazo Ayala sin número, en la colonia Industrial Ánimas, en la ciudad de Xalapa. Los teléfonos son 228-841-89-18, 228-841-89-19, y 228-841-89-00.