

Dayara Mata, Leonardo López, Paula Rey, Romina Coccoli.
Tutores: Dr. Álvaro Ronco¹, Mag. Prof. Agda. Andrea Echegoyen².

¹ Centro Hospitalario Pereira Rossell, Montevideo, Uruguay.

² Depto. Administración de Servicios de Alimentación y Nutrición, Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay.

INTRODUCCIÓN

Los trastornos mentales son un problema de salud pública a nivel mundial, con una importante carga de morbilidad, discapacidad y muerte prematura.

En Uruguay, los problemas de salud mental, incluyendo la depresión, han tenido un gran crecimiento a lo largo de los años. La evidencia emergente sugiere que la dieta y la nutrición del paciente tienen un importante rol en la prevención, riesgo y génesis de la depresión, modulando los procesos biológicos que sustentan las enfermedades depresivas. Existe escasa evidencia de la asociación entre la salud mental y la nutrición, particularmente en la población sudamericana, por lo cual es de gran interés para la investigación.

OBJETIVO GENERAL

Explorar posible asociación entre la alimentación y la depresión en adultos de Montevideo.

METODOLOGÍA

El estudio será observacional analítico, retrospectivo. Se seleccionarán 20 personas con diagnóstico de depresión que cumplan con los criterios de inclusión, manteniendo una relación 4:1 entre mujeres y hombres que sean usuarios de la Policlínica del Hospital Vilardebó, de un rango de edad de 20- 40 años, que residan en Montevideo. Se realizará un emparejamiento y se seleccionarán 80 controles.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los alimentos y nutrientes cuyo consumo se asocia directamente con el riesgo de depresión.
- Identificar los alimentos y nutrientes cuyo consumo está inversamente asociado con el riesgo de depresión.

Criterios de Inclusión

Casos

- Diagnóstico primario de depresión por un médico psiquiatra en los últimos 3 meses.
- No haber realizado cambios relevantes en su alimentación en los últimos 6 meses.
- Sean capaces de dar su consentimiento y estar dispuestos a participar en la investigación.

Controles

- Personas que no hayan sido diagnosticadas con depresión.
- No deben haber realizado cambios relevantes en su alimentación como mínimo en los últimos 6 meses.

RECOLECCIÓN DE DATOS ALIMENTARIOS

Las personas serán encuestadas a través de un formulario de frecuencia de consumo de alimentos que está diseñado para conocer el consumo de los últimos 6 meses.

ANÁLISIS DE DATOS

Las variables de origen serán utilizadas como variables continuas y se crearán categorías a los efectos de los análisis estadísticos posteriores. Los nutrientes derivados de los alimentos se calcularán en el software Evalfinut a partir de la base de datos USDA. Los datos obtenidos serán analizados estadísticamente con el software stata manejando una significación estadística de $p < 0,05$.

RESULTADOS ESPERADOS

