

Antidepresivos y personalidad

Menos neuroticismo y más extroversión podrían propiciar mejoría en la depresión

La familia y los amigos de personas deprimidas pueden sentir que sus seres queridos han sido reemplazados por sosias tristes. No obstante, es posible que el tratamiento de la depresión provoque cambios de personalidad en quienes padecen el trastorno.

Desde hace tiempo es sabido que gran parte de la mejoría de ánimo que refieren los pacientes después de tomar antidepresivos se explica por efecto placebo. Un estudio publicado en la revista *Archives of General Psychiatry* describe que pacientes con trastorno depresivo grave, a quienes se les administró un placebo, sintieron que sus síntomas mejoraban en unas tres cuartas partes en comparación con quienes recibieron paroxetina (antidepresivo conocido también por Paxil). Mas solo los pacientes que tomaron paroxetina exhibieron cambios en dos áreas críticas del modelo pentafactorial de la personalidad: puntuaciones bajas en neuroticismo o propensión a experimentar emociones negativas (culpa, ansiedad), y elevadas, en cambio, en extroversión, donde figuran rasgos como la asertividad y la charlatanería.



Se cree que los rasgos de la personalidad permanecen estables durante toda la vida de un individuo. Ni siquiera al instaurarse la depresión, que se acompaña de estados de profundo desánimo, deberían verse alterados los rasgos caracterológicos básicos de la persona. La personalidad, en cambio, sí puede condicionar la probabilidad de sufrir una enfermedad mental. Investigaciones anteriores determinan que el neuroticismo condiciona el riesgo de depresión, explica Tony Tang, de la Universidad del Noroeste. Tang y sus colaboradores observaron que cuanto más disminuía el neuroticismo de un paciente al tomar paroxetina, menor era la probabilidad de recidivas tras dejar de consumirla.

El estudio demuestra que los medicamentos antidepresivos y los placebos poseen en muchos casos efectos distintos, afirma Andrew Leuchter, investigador de la depresión de la Universidad de California, lo que podría explicar, en parte, ciertas formas de beneficio terapéutico para determinados pacientes.

—Allison Bond

SOMATIZACIONES

Inmunización a primera vista

Observar a un enfermo puede generar cierta protección frente a la enfermedad

Parece que la visión de enfermos puede inducir cambios en el sistema inmunitario. Investigadores de la Universidad de Columbia Británica presentaron a probandos dos series de imágenes consistentes, la una, en individuos que blandían armas de fuego, la otra, en personas dolientes o enfermas. Después de que los voluntarios vieran las series, se les extrajo sangre, que se expuso a ciertas bacterias; luego se midieron en esta la concentración de interleucina-6 (IL-6), segregada por los leucocitos en respuesta al estrés o a traumatismos. Aunque según los voluntarios las imágenes de gente armada les causaban mayor estrés que la visión de enfermedades, los análisis no confirmaban tales declaraciones. Mientras que la serie «armas» provocó la

elevación de un mero 7 por ciento en la concentración de IL-6, esta se incrementó en un 24 por ciento tras la visión de «enfermos».

«Desde el punto de vista evolutivo, parece razonable que el sistema inmunitario responda de manera enérgica cuando es necesario», opina Mark Schaller, psicólogo y coautor del estudio. «Si veo a mi alrededor a un grupo de personas enfermas cabe la posibilidad de que exista una infección en el entorno, por lo que más vale que ponga mi sistema inmunitario a punto». Se ignora la forma exacta en la que una imagen puede traducirse en una activación de células inmunitarias, son muchos los compuestos neuroquímicos que conectan el cerebro con el sistema inmunitario. Harán falta más estudios

para elucidar la cadena exacta de acontecimientos.

—Emily Anthes



CONDUCTA

La testosterona también juega limpio

La «hormona de la agresión» puede lograr que las personas resulten más amables con sus semejantes

Bocazas en el bar, temerario en la conducción, despectivo con el deportista estrella que se encuentra en baja forma. Se trata del «primate testosterona», la encarnación jactanciosa de la agresividad masculina, el vivo reflejo de la expresión brutal, egocéntrica y antisocial de la testosterona.

Para explorar e indagar más a fondo este fenómeno, Christoph Eisenegger, neurocientífico de la Universidad de Zúrich, y su equipo diseñaron un estudio en el que participaban solo mujeres y en el que tomaban parte en paralelo la testosterona y el dinero, raíz este último de todos los males, como es sabido. Se demostró que si el éxito depende de actuar de una forma equitativa, el aumento en la testosterona no incita a la agresión, sino a la cooperación.



© FOTOLIA / STOLITSOV ALEXANDRE

LA POSTURA Y EL PODER

Una pose dominante eleva los niveles de testosterona

Es probable que su jefe ocupe mucho espacio: los animales dominantes exhiben su estatus mediante la adopción de posturas voluminosas; los humanos no somos la excepción. Un estudio apunta a que tales poses modifican los niveles hormonales. Cuando los investigadores solicitaron a los probandos que pusieran los pies sobre la mesa o que, sentados, inclinaban el torso hacia el escritorio, los voluntarios experimentaron alzas en testosterona, así como descensos en cortisol, la hormona del estrés. «Los probandos no solo se sentían más poderosos; su fisiología indicaba que realmente lo eran», afirma Dana R. Carney, psicóloga de la Escuela de Negocios de la Universidad de Columbia. Así pues, ponga los pies en alto y pregúntese: «A ver, ¿quién manda aquí?».

—Frank Bures



© FOTOLIA / DEMID

El estudio se basaba en un juego bipersonal sencillo, ya analizado en bastantes ocasiones, en el que los probandos han de repartirse una cierta suma de dinero. Una de las jugadoras proponía, a un solo envite, una forma de repartirse la cuantía. Si la otra participante aceptaba, cada una recibía lo acordado. Mas si rechazaba la propuesta, las dos se quedaban sin nada.

A las mujeres que habrían de plantear el reparto les fue administrada, ora testosterona, ora placebo. Para asegurarse de que la testosterona influyera en el comportamiento, la dosis fue suficiente para multiplicar por 400 los niveles basales de dichas mujeres. Tras la administración, bien de hormona, bien de placebo, se les pidió que trataran de adivinar qué sustancia se les había administrado.

Las participantes que recibieron placebo, creyendo haber recibido hormona, solo ofrecieron repartos equitativos en un 10 por ciento de las veces, inducidas, tal vez, por prejuicios negativos y estereotipados sobre los efectos de la testosterona. Por otra parte, aquellas que recibieron testosterona pero juzgaron que era placebo, propusieron repartos equitativos en un 60 por ciento de las veces, frecuencia bastante mayor que en los casos de acierto en lo administrado: 30 por ciento para la hormona y 50 por ciento para el placebo.

En definitiva, explica Eisenegger, los efectos de la hormona dependen del contexto. Al parecer, la testosterona alienta la ambición de victoria cualesquiera que sean los medios para lograrla. Si la meta consiste en ser el rey del monte, las fuertes concentraciones de testosterona pueden llevar a la agresión verbal o física. Pero si el premio consiste en el mutuo beneficio, esa misma hormona engendra colaboración.

—Sandy Fritz

SALUD

Café y cigarrillos

Algunas sustancias del tabaco y del café podrían favorecer la protección cerebral

El hecho de que personas muy caferas, así como las fumadoras, parecen manifestar menor riesgo de sufrir la enfermedad de Parkinson ha motivado a científicos de la Universidad de Washington a verificar los efectos del café y de los cigarrillos. Leo Pallanck y sus colaboradores se valieron de moscas de la fruta genéticamente modificadas de modo que sus células dopamínicas fueran muriendo al envejecer (la muerte de células productoras de dopamina en el cerebro provoca los temblores y otras limitaciones motoras

características del párkinson). Al administrar a las moscas café y extractos de tabaco, las células dopamínicas de los insectos sobrevivían; además, su esperanza de vida aumentaba. Los científicos descartaron que las sustancias protectoras fueran la cafeína y la nicotina; el café y el tabaco contienen otras sustancias prometedoras. «Las drosófilas constituyen un magnífico sistema para aproximarnos a los principios activos responsables de la mejora», explica Pallanck.

—Michele Solis



© DREAMSTIME / NIKOLAI SOROKIN

ADICCIONES

Los fumadores ante la muerte

¿Son disuasorias las advertencias de las cajetillas?

A partir de 2012, Estados Unidos se sumará a los países que ya rotulan las cajetillas de cigarrillos con grandes fotografías de órganos lesionados, extremidades amputadas u otras impresiones desagradables o espantosas. Algunas investigaciones han dado pábulo a la idea de que las imágenes de enfermedades inducidas por el tabaco llevan al fumador a percibir su propia mortalidad. Sin embargo, un estudio apunta a que tales recordatorios no siempre producen los efectos deseados.

Jamie Arndt, psicólogo de la Universidad de Missouri, pidió a estudiantes fumadores que respondiesen a unos cuestionarios concebidos, en un caso, para inducirles pensamientos sobre su mortalidad, y en otro, para llevarles a considerar las consecuencias

de suspender un examen. A continuación, ofrecieron un cigarrillo a los probandos; midieron la intensidad con que fumaban, objetivada en el volumen, el flujo y la duración de cada calada. Entre los probandos poco habituados a tal hábito, los que contestaron al cuestionario sobre mortalidad fumaron con menor intensidad que los que se enfrentaron al posible suspenso. Según Arndt, es probable que quienes fumaban poco o de forma ocasional respondieron a la inducción de pensamientos sobre la muerte tratando de reducir su propia vulnerabilidad. Los fumadores empedernidos, en cambio, reaccionaron inhalando de manera más vigorosa el humo de sus cigarrillos. En este caso Arndt sugiere que tal vez los participantes tratasen de aliviar un estado

de ánimo negativo mediante una actividad placentera. Aunque las causas se desconocen, las relaciones psicológicas entre tabaquismo y el temor a la muerte son más

complejas de lo que se presu- mía. Así, el grafismo impreso en las cajetillas puede no ejercer en todos los consumidores el efecto deseado.

—Karen Schrock



© ISTOCKPHOTO / PALIRAO

REPRODUCCIÓN

Causas de la depresión posparto

El estado depresivo tras el parto podría deberse al instinto animal de supervivencia

La depresión posparto afecta entre el 10 y el 15 por ciento de las mujeres. Numerosos médicos creen que esta depresión obedece a los cambios hormonales de la madre que ha dado a luz, sin embargo, no se conocen pruebas suficientes de una relación entre las fluctuaciones hormonales extremas y el trastorno depresivo. El hecho de que los padres padezcan también de tal depresión demuestra que no es solo una «cuestión de hormonas».

Al descubrir que la depresión posparto afecta a parejas con problemas o faltos de apoyo, los biólogos Randy Thornhill y F. Bryant Furlow, de la Universidad de Nuevo México, y el propio autor, sugirieron por separado que dicha depresión posee un origen evolutivo. Sabemos que muchos animales mejoran sus posibilidades de transferencia genética (reproducción) mediante el abandono de sus cachorros cuando escasea la comida o no encuentran apoyo para la crianza.

Cuando a una madre le falta el apoyo de su pareja o de otros familiares, quizá se convenga de que no puede sacar adelante a su criatura. El sufrimiento emocional que acompaña al trastorno depresivo se comporta en cierto modo como un dolor físico. Los estudios confirman que las madres con depresión posparto reducen de manera notable el esfuerzo para la crianza de sus hijos y a menudo les vienen ideas de acometer daño a su bebé.

Sin embargo, son muy pocos los progenitores aquejados de depresión posparto que abandonan al recién nacido. Dicho trastorno podría cumplir otra función: la falta de interés de una madre por su bebé despertaría deseos de ayudar en otras personas. Ciertos estudios sugieren que al acentuarse los síntomas de depresión en las madres, los padres dedican más atención a los niños; fortalecer el apoyo social es uno de los mejores medios para mitigar tal tipo de depresiones.

No obstante, las supuestas funciones de la depresión no se han comprobado todavía. Si usted o una persona querida sufre el trastorno de marras, acuda de inmediato a un médico: existen tratamientos eficaces, que incluyen antidepresivos y sesiones de psicoterapia.

—Edward H. Hagen

EDUCACIÓN

La diversión motiva

Advertir a los alumnos de la trascendencia de un trabajo puede resultar contraproducente

Todo docente sabe que hay alumnos que se sienten motivados de forma inherente para sobresalir, mientras que a otros, sencillamente, les resulta indiferente. Los psicólogos William Hart, de la Universidad de Alabama, y Dolores Albarracín, de la Universidad de Illinois, proponen remodelar la tarea, dándole un carácter más lúdico, para lograr que los rezagados superen a aquellos que sobresalen. La forma en que un docente plantea una actividad puede influir en el éxito de los alumnos al realizarla.

Los investigadores clasificaron a los jóvenes probandos según la semejanza de notas escolares, agrupándolos en interesados por destacar e interesados en «pasarlos bien». Tras ello, solicitaron a los estudiantes que mirasen la pantalla de un ordenador que emitía breves destellos con palabras asociadas al éxito escolar («logro», «perfección» o «sobresalir»). En pruebas subsiguientes, sopas de letras o el juego del «ahorcado» (o *scrabble*), los ansiosos por sobresalir obtuvieron resultados mejores que los indiferentes.

Dicho experimento vino a confirmar las presunciones usuales, sin embargo el estudio posterior rompió los esquemas. Los participantes fueron acicateados de nuevo con palabras de excelencia; también se les pidió que completasen un ejercicio de búsqueda de palabras. Esta vez, en lugar de presentarles la tarea como un examen formal de competencia lingüística, los investigadores anunciaron que se trataba de «jugar». Los resultados de esa simple modificación semántica fueron impresionantes: los supuestos «rezagados» no solo realizaron mejor la tarea en la segunda ronda, sino que sus puntuaciones superaron al grupo de notables y sobresalientes.

Los autores del estudio señalan que para ciertos estudiantes, cuando una tarea es propuesta como «diversión», aumenta su motivación y rendimiento.

—David DiSalvo



© ISTOCKPHOTO / PAU RAO



GETTY IMAGES