



Carta al Editor

Probióticos en el tratamiento de la depresión

Probiotics in the treatment of depression

Sr. Editor,

Recientemente se ha informado que los probióticos intestinales tienen un papel importante en la comunicación bidireccional entre el intestino y el cerebro, de tal manera que pueden ser esenciales para los individuos con depresión. Esto genera un reto para la salud en general, ya que la depresión es un trastorno cerebral metabólico. En los estudios de los últimos años se ha propuesto el uso de probióticos para prevenir y reducir dicha depresión¹.

En el estudio de Miyaoka et al.² realizado en Japón, se evaluó los efectos del probiótico *Clostridium butyricum* MIYAIRI 588 (CBM588) en combinación con antidepresivos. Se aleatorizó a 40 pacientes tratados con antidepresivos al tratamiento adyuvante con CBM588 (n = 20) o al grupo de control (n = 20). Los pacientes del primer grupo recibieron CBM588 (60 mg/día) en combinación con antidepresivos (flvoxamina, paroxetina, escitalopram, duxoxetina y sertralina) y el grupo de control recibió los mismos antidepresivos y placebo. Los resultados mostraron que el CBM588 en combinación con antidepresivos es efectivo y se tolera bien en el tratamiento de la depresión mayor.

En la revisión de Park et al.³ se muestra que la evidencia emergente indica que la modificación de la composición de la microbiota intestinal a través de la suplementación con probióticos puede ser una opción de tratamiento complementario viable para personas con trastorno depresivo mayor. Tomados en conjunto, los resultados de esta revisión indican que los probióticos pueden ser una intervención de tratamiento anti-depresivo potencialmente beneficiosa, pero se ha estudiado poco.

El estudio de Slykerman et al.⁴ en Nueva Zelanda es un ensayo aleatorizado, a doble ciego y controlado con placebo del efecto del probiótico *Lactobacillus rhamnosus* HN001 (HN001) en el estado de ánimo posnatal en 423 mujeres. Se las aleatorizó a placebo (n = 211) o HN001 (n = 212) de toma diaria desde la inscripción hasta 6 meses después del parto. Las mujeres que recibieron HN001 tuvieron puntuaciones significativamente más bajas de depresión y ansiedad en el posparto. Los autores concluyeron que este probiótico puede ser útil para la prevención o el tratamiento de los síntomas de depresión y ansiedad posparto.

El estudio de Akkasheh et al.⁵ en Irán analizó los efectos de la ingesta de probióticos en la depresión y el estado metabólico de pacientes con trastorno depresivo mayor. Se trata de un ensayo clínico aleatorizado, a doble ciego y controlado con placebo que incluyó a 40 pacientes. Se aleatorizó a los pacientes en 2 grupos: suplementos probióticos (n = 20) o placebo (n = 20) durante 8 semanas. La cápsula probiótica consistió en 3 cepas viables y liofilizadas: *Lactobacillus acidophilus*, *L. casei* y *Bifidobacterium bifidum*. Los resultados mostraron que los pacientes que recibieron probióticos disminuyeron significativamente las puntuaciones del Inventario de depresión de Beck en comparación con el placebo.

A raíz de los resultados de estos estudios realizados en diversos países en los últimos años, se puede comprobar el potencial que presentan los probióticos para la prevención y el tratamiento de la depresión.

Sin embargo, aunque la evidencia revisada parece indicar que pueden esperarse resultados muy prometedores de este tratamiento, la pequeña cantidad de estudios en humanos hace que sea necesario aumentar la investigación para emitir recomendaciones generales en torno a este tratamiento.

Es una prioridad que los profesionales sanitarios y científicos indaguen más sobre este tratamiento y se evalúe su efecto en un mayor número de pacientes, se examinen sus efectos a largo plazo y se analice el efecto sinérgico con otro tipo de terapias, ya que con este tratamiento podrían llegar beneficiarse hasta 300 millones de personas con depresión en el mundo y, a su vez, los sanitarios podrán ofrecer tratamientos más actualizados y de mayor calidad.

BIBLIOGRAFÍA

- Huang R, Wang K, Hu J. Effect of probiotics on depression: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Nutrients*. 2016;8.
- Miyaoka T, Kanayama M, Wake R, Hashioka S, Hayashida M, Nagahama M, et al. *Clostridium butyricum* MIYAIRI 588 as adjunctive therapy for treatment-resistant major depressive disorder: a prospective open-label trial. *Clin Neuropharmacol*. 2018;41:151-5.

3. Park C, Brietzke E, Rosenblat JD, Musial N, Zuckerman H, Ragugett R, et al. Probiotics for the treatment of depressive symptoms: An anti-inflammatory mechanism? *Brain Behav Immun.* 2018;73:115–24.
4. Slykerman RF, Hood F, Wickens K, Thompson JMD, Barthow C, Murphy R, et al. Effect of *Lactobacillus rhamnosus* HN001 in pregnancy on postpartum symptoms of depression and anxiety: a randomised double-blind placebo-controlled trial. *EBioMedicine.* 2017;24:159–65.
5. Akkasheh G, Kashani-Poor Z, Tajabadi-Ebrahimi M, Jafari P, Akbari H, Taghizadeh M, et al. Clinical and metabolic response to probiotic administration in patients with major depressive disorder: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Nutrition.* 2016;32:315–20.

Sandra Martínez Pizarro

Hospital comarcal de Huércal Overa, Granada, España

Correo electrónico: mpsandrita@hotmail.com
0034-7450/

© 2020 Asociación Colombiana de Psiquiatría. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.
<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2020.05.004>