

Ácidos grasos omega-3 y estado mental de alto riesgo: a propósito de un caso

Jesús Herrera Imbroda^{1,2}, Fátima Isabel Ruiz Rodríguez³

1: UGC Salud Mental. Hospital Regional Universitario de Málaga, 2: Departamento de Farmacología y Pediatría. Universidad de Málaga. 3: Hospital Regional Universitario de Málaga.

Caso clínico

Presentamos el caso de una mujer de 16 años que acude a consultas de Psiquiatría por presentar, desde hace un año, un cuadro de características afectivas con cambio reciente en el comportamiento, aislamiento social, ánimo bajo y elevados niveles de ansiedad e ideas de suicidio. Se trata de una paciente soltera, nacida fuera de España, con una hermana menor y sin antecedentes de interés médico-quirúrgicos o psiquiátricos.

En la exploración psicopatológica, además, se ponen de manifiesto pensamientos autorreferenciales que no alcanzan consistencia delirante, parcialmente permeables a la crítica del terapeuta, pero con repercusión moderada en su conducta, que le llevan a cada vez querer salir menos de casa y a un descenso de rendimiento académico.

Se discute con la paciente y la familia las ventajas e inconvenientes de iniciar tratamiento psicofarmacológico, sin encontrar en este momento un balance riesgo/beneficio favorable para iniciar el mismo. Se prescribe terapia cognitivo-conductual y como medida coadyuvante se recomienda la suplementación con ácidos grasos omega-3 (EPA y DHA). En sucesivas consultas la clínica de la paciente mejora y tras 1 año de seguimiento no se ha producido transición a psicosis franca y ha mejorado su funcionamiento personal y la clínica afectiva.

Discusión

A día de hoy, la suplementación con ácidos grasos omega-3 representa una nueva opción de tratamiento coadyuvante en Psiquiatría. En la Tabla 1 presentamos datos de una reciente revisión (1) donde se analizan los resultados de varios estudios sobre su utilización en los estados mentales de alto riesgo.

Table 1. RCTs of ω -3 PUFAs supplementation in early psychotic symptoms (ultra-high risk of psychosis and first psychotic episode), ADHD and ASD.

Study	N. Sample	N-PUFA Assessed Daily Amounts	Ultra Hight Risk Psychosis		
			Duration (Weeks)	Outcome Measures	Major Finding
[46]	76 of 81 participants (93.8%) completed the intervention (aged 13–25)	MONO 1.2 g/day (EPA 700 mg + DHA 480 mg) or PLACEBO + 7.6 mg Vit E	12 + 40 of follow up	Primary outcome transition to psychosis Secondary outcomes included symptomatic and functional changes	A significant reduction in ω -3 PUFAs group of positive symptoms, negative symptoms, and general symptoms and improved functioning compared with placebo.
[51]	15	MONO 1.2 g (EPA + DHA) day OR PLACEBO	12	PANSS, MADRS GAF Udvalg for Kliniske Undersøgelser (SCALE for SIDE EFFECTS)	ω -3 PUFA significantly improved functioning and reduced psychiatric symptoms, compared with placebo. Side effects did not differ between the treatment groups
[50]	304 (aged between 13 and 40 years)	MONO 1.4 g (EPA + DHA) or PLACEBO + CBCM	24	Transition to psychosis status at 6 months BPRS SANS MADRS YMRS SOFAS GF: S GF: R	ω -3 PUFAs are not effective under conditions where good quality, evidence-based psychosocial treatment is available

Fuente: Agostoni et al (1). **46**: Amminger GP, Schäfer MR, Papageorgiou K et al. **51**: Amminger GP, Chanen AM, Ohmann S et al. **50**: McGorry PD, Nelson B, Markulev C et al.



Bibliografía

1. Agostoni C, Nobile M, Ciappolino V, Delvecchio G, Tesei A, Turolo S, et al. The Role of Omega-3 Fatty Acids in Developmental Psychopathology: A Systematic Review on Early Psychosis, Autism, and ADHD. International Journal of Molecular Sciences. 2017;18(12).