

Tabla 1. Descripción de estudios observacionales, no aleatorizados en las asociaciones entre ácidos grasos poliinsaturados omega-3 y depresión.

Ref.	Autores	Año	N Sujetos	Sexo F/M	Evaluación de depresión	Diseño del estudio	Resultados
17	Hibbeln y col.	1998	35 000	?	Entrevista diagnóstica estructurada	Corte transversal, multinacional	El alto consumo de pescado se asocia con una prevalencia anual más baja de depresión mayor ($r = -0.84$, $P < 0.005$)
18	Tanskanen y col.	2001	1 767	?	Beck Depression Inventory (Depresión autoinformada)	Corte transversal	El riesgo de estar deprimido fue significativamente menor entre el consumidor frecuente de pescado comparado con los consumidores menos frecuentes OR 0.57 (IC 0.35-0.95)
19	Tanskanen y col.	200	3 204	?	Beck Depression Inventory (Depresión autoinformada)	Corte transversal	El riesgo de estar deprimido fue significativamente menor entre los consumidores frecuentes de peces de lago comparados con los consumidores infrecuentes (OR 0.63 IC 0.43-0.94)
20	Mamalakis y col.	2002	247	101F 146M	Zung's SDS (Depresión autoinformada)	Corte transversal	Los sujetos con depresión leve tuvieron concentraciones significativamente menores (-34.6%) de DHA en tejido adiposo que los sujetos no deprimidos.
21	Tiemeier y col	2003	3 884	59%F	CESD (depresión autoinformada) y entrevista diagnóstica DSM-IV cuando la detección sistemática era positiva	Corte transversal	Las concentraciones de AA fueron mayores y las concentraciones de DHA fueron significativamente menores en los sujetos con trastorno depresivo que en los sujetos controles no depresivos y el cociente de APGA omega-6/omega-3 fue significativamente mayor en los sujetos con trastornos depresivos (es probable que el efecto no fuera secundario a la inflamación ya que la asociación fue más fuerte con menores concentraciones de PCR)
22	Suzuki et al	2004	771	215F 556M	HADS (depresión autoinformada)	Corte transversal	El riesgo de depresión entre los pacientes japoneses con cáncer de pulmón de diagnóstico reciente fue significativamente menor en los sujetos con ingesta máxima de ácido alfa linoleico (OR 0.58 IC 0.38-0.87) y también menor en los pacientes con ingesta máxima total de omega-3 (OR = 0.55 IC 0.35-0.88).
23	Jacka y col.	2004	755	755F	Depresión autoinformada symptoms	Corte transversal	No se identificaron diferencias significativas en la ingesta dietética autoinformada de aceite de pescado y mariscos entre depresivos = 0.09 g/día, 0.04-0.18 versus no depresivos = 0.11 g/día, 0.05-0.22, $p = 0.3$).
24	Hakkarainen y col.	2004	29 133	29 133M	Depresión autoinformada; tratamiento hospitalario para MDD, muerte por suicidio	Corte transversal	La ingesta dietética de APGE omega-3 no mostró ninguna asociación con el estado de ánimo
25	Timonen y col.	2004	5 689	2 721M 2 968F	HSCL-25 subescala de depresión (autoinforme)	Corte transversal	El riesgo de depresión aumentó en las mujeres que pocas veces ingerían pescado: OR 2.6 (IC 1.4-5.1) comparada con las que comen regularmente pescado. No se observó ningún efecto del consumo de pescado sobre la depresión en los hombres.
26	Mamalakis y col.	2004	150	150M	GDS-15 (depresión autoinformada)	Corte transversal	Los sujetos depresivos tenían un cociente omega-6/omega-3 significativamente mayor en el tejido adiposo, comparado con sujetos no depresivos. De los APGE omega-3, sólo el ácido linoleico alfa se asoció significativamente con menos depresión ($B = -0.30$, $t = -2.45$, $p < 0.017$).

Tabla 1a (continuación) Descripción de estudios observacionales, no aleatorizados en las asociaciones entre ácidos grasos poliinsaturados omega-3 y depresión.

Ref.	Autores	Año	N Sujetos	Sexo F/M	Evaluación de depresión	Diseño del estudio	Resultados
27	Frasure-Smith	2004	54	20/34	DSM-IV BDI	Corte transversal casos y controles	Los pacientes depresivos tenían concentraciones significativamente menores de APGE omega-3 total y cocientes mayores de AA/DHA, AA/EPA que los controles.
28	Adams y col.	1996	20 depresivos		HDRS depresión autoinformada	Corte transversal	Una correlación positiva importante entre el cociente AA/EPA (omega-6/omega-3) y la gravedad de la depresión, y las concentraciones más bajas de EPA eritrocítica se asociaron con mayor depresión
29	Maes y col.	1996	36 MDD 14 MinD 24 sanos	25F/11M 9F/5M 2F/12M	criterios de DSM III-R	Corte transversal	Los sujetos con MDD tuvieron APGE omega-3 totales significativamente menores en ésteres de colesterol y menos EPA en los ésteres de colesterol y fosfolípidos en uero que los sujetos con depresión menor y los controles sanos.
30	Edwards y col.	1998	10 MDE 14 sanos	8F/2M 12F/2M	criterios del DSM IV, episodio de depresión mayor	Corte transversal	Los sujetos depresivos tuvieron concentraciones más bajas de APGE omega-3 en las membranas de sus eritrocitos. Las concentraciones más bajas de APGE omega-3 en las membranas de los eritrocitos que los controles se asociaron con más sintomatología depresiva ($r = -0.75$, $p=0.03$).
31	Peet y col.	1998	15 MDE 15 sanos	7F/8M 7F/8M	criterios del DSM-IV, episodio de depresión mayor	Corte transversal	Los pacientes depresivos mostraron depleciones importantes de APGE omega-3 totales, sobre todo DHA en las membranas de los eritrocitos, comparados con los controles sanos
32	Maes y col.	1999	34 MDD 14 sanos		HDRS Depresión autoinformada Criterios del DSM-III-R	Corte transversal	MDD se asoció con un cociente omega-6/omega-3 mayor en fosfolípidos y ésteres de colesterol y con fracciones más bajas de EPA y DHA. Se sugiere que el cinc reducido en suero, que es necesario como cofactor para las enzimas desaturasas, podría explicar las disminuciones en los APGE omega-3 de cadena larga en la depresión.
33	Assies y col.	2004	44 pacientes MDD recurrente	34F/10M	Criterios del DSM-IV	Corte transversal	Comparados con los valores de referencia normales, los pacientes con MDD recurrente tuvieron concentraciones reducidas de ácido docosapentaenoico y DHA y concentraciones mayores de ácido gamma-linoleico. No hubo asociaciones importantes entre los APGE omega-3 en plasma/membrana de los eritrocitos y el estado depresivo.

HDRS, Hamilton Depression Rating Scale; MADRS, Montgomery-Asberg Depression Rating Scale; BDI Beck Depression Inventory; HADS, Hospital Anxiety and Depression Scale.