

Tabla 2. Descripción de ensayos aleatorizados que evaluaron los efectos del suplemento de ácidos grasos poliinsaturados omega-3 en la depresión en seres humanos.

Ref.	Autores	Año	N Sujetos	Sexo F/M	Evaluación de depresión	Diseño del estudio	Resultados
34	Stoll y col.	1999	30 pacientes	20F/10M	Criterios del DSM-IV para trastorno bipolar tipo I o II HDRS	Ensayo aleatorizado, doble ciego y controlado con placebo	Ensayo aleatorizado de 4 meses, que comparó el aceite de pescadol (EPA 6.2 g/día, DHA 3.4 g/día) versus placebo (aceite de oliva), además del tratamiento habitual. Los pacientes en el grupo con aceite de pescado tuvieron un período de remisión significativamente más prolongado que el grupo control y también tuvieron puntajes para depresión significativamente inferiores que el grupo control.
35	Nemets y col.	2002	20 pacientes con MDD	17F/3M	Criterios del DSM-IV	Ensayo aleatorizado, doble ciego y controlado con placebo	Ensayo doble ciego y controlado con placebo de 4 semanas, que comparó etil-EPA (2 g/día) con placebo como coadyuvante del tratamiento antidepresivo. El suplemento de E-EPA mejoró la depresión a las semanas 2, 3 y 4. No se observaron efectos colaterales clínicos del E-EPA
36	Peet y Horrobin	2002	70 pacientes	59F/11M	HDRS, MADRS, BDI persistente	Ensayo aleatorizado, doble ciego y controlado con placebo	Ensayo doble doble ciego y aleatorizado de rango de dosis de 12 semanas de duración, que comparó 1, 2 o 4 g/día de etil-EPA con placebo en el agregado de tratamiento continuo con un antidepresivo estándar en sujetos con depresión persistente. 1 g/día de E-EPA fue eficaz para el tratamiento de la depresión, mientras que 2g/día y 4 g/día no difirieron significativamente del placebo.
37	Marangell y col.	2003	36 pacientes con MDD	28F/8M	Criterios del DSM-IV	Ensayo aleatorizado, doble ciego y controlado con placebo	Ensayo de 6 semanas: no se observó ningún efecto de la monoterapia con DHA (2 g/día) versus placebo en sujetos con depresión mayor
38	Su y col.	2003	22 pacientes	18F/4M	Criterios del DSM-IV con MDD	Ensayo aleatorizado, doble ciego y controlado con placebo	El ensayo de 8 semanas, que comparó las cápsulas de aceite de pescado (total: 4,4 g/día de EPA y 2.2 g/día de DHA) con placebo (ésteres de etilo de aceite de oliva), además de medicación controlada antidepresiva continua. Los pacientes en el grupo con aceite de oliva tuvieron una reducción significativamente mayor en los puntajes de depresión desde la semana 4 a la semana 8 comparados con los pacientes en el grupo con placebo.

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