

Pág. 3

Ingesta de ácidos grasos omega 3 de cadena larga, consumo de pescado y trastornos mentales en el estudio de cohorte SUN

Pág. 14

Distorsiones cognitivas en la percepción del juego patológico por adolescentes: un estudio preliminar.

R·E·T·

REVISTA DE TOXICOMANÍAS Y SALUD MENTAL



EDITORIAL

En el artículo denominado **Ingesta de ácidos grasos omega 3 de cadena larga, consumo de pescado y trastornos mentales**, desarrollado por un equipo de la Universidad de Navarra y por la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, se estudia un tema que desde hace mucho tiempo se viene trabajando: se ha sugerido que la ingesta de ácidos grasos omega 3 de cadena muy larga (w-3 PUFA) y el consumo de pescado son factores protectores contra los trastornos neuropsiquiátricos pero hay escasez de estudios.

Diferentes estudios clínicos han estudiado los efectos beneficiosos de los suplementos con w-3PUFA en pacientes con esquizofrenia, en el trastorno bipolar, en la depresión en jóvenes y adultos o en la depresión posparto. Asimismo en adicciones se ha estudiado los efectos de los ácidos grasos, en la disminución de la violencia en cocainómanos. También en depresión.

En otras ocasiones, se ha incorporado de manera sistemática en pacientes en los que el omega 3 podría tener un efecto protector tanto físico como psicológico. Así el psiquiatra Shervan Sheider en su libro *Dieta Anticáncer*, nos habla de las propiedad anticancerígenas de los ácidos omega 3. Además de ello, en este contexto, la ingesta de omega 3, apunta, podría tener un efecto protector a nivel emocional, debido a sus efectos en el contexto de salud mental. En este estudio, en sus Conclusiones, se sugiere un beneficio potencial de la ingesta de w-3 PUFA sobre los trastornos mentales. Los estudios no son concluyentes por la dificultad de metodología, aunque considerando el conocimiento existente acerca de este tema, se requieren mas estudios longitudinales con un periodo de seguimiento mas largo, con una mejor evaluación del estado mental y usando también biomarcadores de la ingesta de ácidos grasos w-3 para una mejor determinación de la relación dosis-respuesta. Esto es una constante, pero creemos que los múltiples datos son suficientes para seguir avanzando en la incorporación del factor dieta en la intervención terapéutica. Desde hace años modelos de intervención como la dieta ortomolecular han hecho incidencia, en los diferentes campos de la medicina, y también en psiquiatría. A la vista de estos y otros resultados, se apunta la posibilidad de dar complementos omega 3 en la dieta del paciente en tratamiento, si se confirman datos, o desde un contexto de prevención en salud mental.

Es sabido que El juego patológico, en el campo de las adicciones, es una de las patologías que vemos frecuentemente asociado a otras con morbilidad, sea el consumo de alcohol, o en el contexto de un trastorno de personalidad etc. Asimismo, es muy importante tener en cuenta , que también en pacientes con problemas de esquizofrenia o trastorno bipolar por ejemplo, el juego tiene un papel importante, por lo que debemos conocer la dinámica alrededor de él. Asimismo, en este contexto, la edad de inicio, o la edad de mantenimiento , son factores que no se han estudiado o determinado frecuentemente. El factor edad, tiene un peso específico relevante, cuando nos planteamos programas de prevención.

Así en Cataluña, desde la Conselleria de Salut de la Generalitat se está trabajando desde hace algún tiempo, en un plan de Prevención y tratamiento, con actuaciones como la elaboración de un mapa sanitario epidemiológico a nivel del territorio, y el desarrollo de la atención a las diferentes poblaciones específicas, que comportan las diferentes problemáticas de los distintos subtipos de paciente con juego patológico etc. Cada subtipo requerirá



FOSCAD

DIRECTOR:

Dr. M. Mas-Bagà Blanc.

TRADUCCION:

Marta Vilar

MAQUETACION:

Nina Ribó

EDICION:

Lydia de Zuloaga

EDITA:

Ediciones del Optimismo

REDACCION:

Anglí, 54

08017 Barcelona

Tel. (93) 201 49 44

Fax. (93) 201 64 44

www.cat-barcelona.com

IMPRIME:

Grafiques EMSA

TIRADA:

3.000 Ejemplares

Dep. Legal B-38628-94

ISSN 1136-0968



intervenciones diferentes y especializadas, para tratar no sólo la adicción sino la patología subyacente. En este sentido, el interés es creciente con respecto a identificar diferentes patrones en diferentes poblaciones en razón de edad etc.

En el artículo original **Distorsiones cognitivas en la percepción del juego patológico por adolescentes: un estudio preliminar**. Que hemos recibido recientemente, toca un tema que por su manera de enfocarlo, nos parece de especial interés, ya que puede ser de utilidad, como así se recomienda, en futuros programas de prevención. Por un lado, el juego patológico es un problema epidémico en España. El abordaje cognitivo conductual se ha demostrado, desde hace años como especialmente eficaz. Numerosos estudios han demostrado que los jugadores patológicos muestran diversas creencias erróneas y en los jugadores que comienzan a jugar a edad temprana, los adolescentes están en riesgo incluso si no son jugadores patológicos en la actualidad. El objetivo de este estudio es conocer si existen distorsiones cognitivas relacionadas con el juego patológico, en adolescentes y los resultados demuestran que estas distorsiones están presentes de forma muy significativa. Son distorsiones en todas las áreas de la escala, así como en la escala completa. No aparecieron diferencias por los sexos. Estas distorsiones ocurren en todas las edades, pero las diferencias varían según las mismas.

Deseo que la lectura de la revista RET, en su nuevo formato os invite este verano, desde el descanso bien merecido, y pasados los meses de calor, a reflexionar y profundizar de manera estimulante, en los temas anteriormente citados.

Feliz verano

Dr. Manuel Mas-Bagá Blanc

Director

mmas-baga@cat-barcelona.com

Consejo Editorial

Dr. Manuel Mas-Bagá Blanc

Director

Comité Editorial Nacional

Xavier Aizpiri - Bilbao
Enric Alvarez - Barcelona
Lluís Bach i Bach - Barcelona
Miquel Casas - Barcelona
Tomeu Català - Barcelona
Marina Caterina - Barcelona
Joan Colom - Barcelona
Carlos Dulanto - Madrid
F. Freixa Santfeliu - Barcelona
Antoni Gual - Barcelona
Josep Guardia - Barcelona
J. Masià Mas-Bagà - Barcelona
Pilar Mayada - Barcelona
L. Ortega Monasterio - Barcelona
J. A. Perez de los Cobos - Barcelona
Ramon Salinas - Barcelona
Joan Ramon Sambola - Barcelona
Lluís San - Barcelona
Gonzalo Robles - Madrid

Ramón Rovira - Barcelona
P.A. Solé Insa - Barcelona
J. Sole Puig - Barcelona
Marta Torrens - Barcelona
Manuel Valdès - Barcelona
Rafael Valenciano - Canarias
J. Valls - Barcelona
Eduard Vieta - Barcelona
Miquel Sanchez Turet

Comité Editorial Internacional

Francisco Baptista - Brasil
Alejandro Barriguete - México
Dr. Barry Stimmel - EEUU
FM Bishop - New York - EEUU
Michel Botbot - Paris - Francia
Guillermo Dorado - Argentina
Eduardo Kalina - Argentina
Alfonso de Nicola - Argentina
Alejandro Rojas Marcos - N.Y. - EEUU