



Associação entre a deficiência de vitamina B12 e depressão em pacientes pós bariátricos ou não: revisão sistemática

REVISÃO SISTEMÁTICA

DENDASCK, Carla Viana ^[1], MOURA, Maria Socorro Afonso Trovisco ^[2], PFLUG, Adriano Ribeiro Meyer ^[3]

DENDASCK, Carla Viana. Et al. **Associação entre a deficiência de vitamina B12 e depressão em pacientes pós bariátricos ou não: revisão sistemática**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 04, Ed. 06, Vol. 05, pp. 05-18. Junho de 2019. ISSN: 2448-0959

RESUMO

A depressão é um problema de saúde que cresce em larga escala. Desta feita, muitos estudos, em diversas áreas, buscam investigar as causas, formas, tratamentos, e associações que possam servir como auxílio na prevenção e tratamento. A depressão ainda é investigada em grupos específicos, como por exemplo os pacientes que passam por cirurgia bariátrica. A partir do ano 2000 alguns estudos começaram a apontar que alguns tipos de depressão podem estar associados ao desequilíbrio fisiológico, sendo a falta de vitamina B12 o mais recorrente. Portanto, esse artigo teve como objetivo investigar através de uma revisão sistemática o que os estudos têm apontado entre a associação da vitamina B12 e a depressão. Para isso, foi realizada uma busca na base de dados da Pubmed no mês de janeiro de 2019, estudos nacionais e internacionais que apontassem a associação direta ou indireta entre a vitamina B12 e a depressão e publicados a partir do ano de 2000. As palavras chaves (descritores) usadas foram: Depressão AND depression; Bariátrica AND bariatric; Vitamin B12; Depressive Disorder; Nutrition AND Depression; Depressive symptoms. Foram selecionados 44 artigos, porém, após análise do material notou-se que 11 estavam relacionando a depressão apenas aos aspectos cognitivos, e, portanto, se distanciavam da associação investigada. Assim, este artigo relacionou 33 artigos, dos quais foram revisados sistematicamente. Na conclusiva observou-se a relação direta entre a falta de vitamina B12 e a depressão especialmente em pacientes submetidos a cirurgia bariátrica que usaram a técnica da by-pass. Além disso, esse estudo abre o campo para que pesquisas no Brasil possam investigar as associações diretas e indiretas entre aspectos nutricionais e hormonais ao comportamento humano.

Palavras-chaves: Depressão, vitamina B12, nutrição e comportamento, bariátrica.

INTRODUÇÃO

A depressão deve ser encarada como um problema global de saúde, seus números têm sido apontados em diversas gamas sociais, e em comunidades de diferentes padrões socioeconômicos, sobretudo, nos países desenvolvidos (Coppen e Bolander-Gouaille, 2005; Skarupski et al., 2010; Lang e Borgwardt, 2013; Ibarra et al., 2015; Ghoneim e O'Hara, 2016). A Organização Mundial da Saúde estimou que o transtorno depressivo unipolar é uma das principais causas da sensação de incapacidade (pessoal e/ou profissional) por parte dos indivíduos em todo o planeta (Okereke et al. 2015; Ghoneim e O'Hara, 2016; Maier et al., 2018). Estima-se que 8% dos casos mundiais sejam registrados nas Américas e cerca de 6% na Europa. Nos Estados Unidos, a depressão é manifestada em cerca de 12% dos homens, e, 24% das mulheres (Beydoun, et al., 2010; Seppälä et al., 2013). De acordo com Olaf et al, (2009), em 2004, estimou-se que cerca de 27% da população mundial possuía pelo menos um transtorno psíquico, dentre eles, a depressão possui maior prevalência.

A prevalência associada as alterações de humor, e, inclusive de depressão em pacientes pós bariátricos, levaram estudiosos a investigarem sobre as possíveis alterações psicológicas e a falta de nutrientes (Skarupski et al., 2010; Ibarra et al, 2015; Sierantowicz et al., 2017). A perda de alguns elementos que fazem parte do sistema, sobretudo os nutrientes, faz com o quadro depressivo surja e/ou aumente de forma significativa. Essa perda de substâncias cruciais para o desenvolvimento do corpo impulsiona a alteração nas funções cerebrais (Beydoun, 2010; Olaf, et. al., 2009; Lang et al., 2015). Em outras áreas essa associação já havia sido identificada, especialmente em estudos que se declinaram a investigar a depressão no sentido causas, efeitos e tratamentos (Ibarra et al., 2015; Kaner et. al, 2015; Ghoneim e O'Hara, 2016).

A dieta alimentar, foi apontada ainda, como um dos fatores impulsionadores da depressão, especialmente porque o excesso de alimentos industrializados levou a grande prevalência de dietas que não fornecem a quantidade necessária de vitaminas, minerais e outros micronutrientes para o corpo, o que faz com que as funções cerebrais não atuem com maestria, surgindo, assim, os distúrbios físicos e/ou psicológicos (Kaner et al, 2015; Ibarra et al, 2015; Ghoneim e O'Hara, 2016; Singh et al., 2017). Assim, embora exista uma ampla gama de hipóteses etiológicas para se fundamentar os efeitos da depressão. Sobre as hipóteses biológicas, entendem que a monoamina propõe um papel bastante importante para o desenvolvimento desse quadro.

A vitamina B12 é apontada como sendo um micronutriente essencial para o bom funcionamento das células. Como no caso de alguns sintomas depressivos, especialmente a tristeza e apatia, é identificado uma disfunção celular; com a disfunção serotoninérgica ou noradrenérgica desse elemento, certamente fará com que um sujeito desenvolva o transtorno, pois haverá a falta da vitamina B12 que é a principal responsável pela transferência do carbono necessário para a produção da serotonina e outros neurotransmissores na monoamina (Beydoun, et al., 2010; Hujits et al, 2012; Iqtidar e Chaudary, 2012; Seppälä et al., 2013).

Isso ocorre, porque com a deficiência dessa vitamina, há o acúmulo de uma substância chamada homocisteína que pode agravar o transtorno, o aumentando significativamente. Além disso, a falta de vitamina B12 pode apresentar problemas neurológicos como dormência, a perda do equilíbrio, a perda da sensibilidade e da memória, sensação de vibração e diminuição do poder de funcionamento dos membros. Esses sintomas ainda estão associados a depressão, a mudança de personalidade, alucinações e delírios,

irritabilidade e mudanças de humor (Iqtidar e Chaudary, 2012; Hujits et al., 2012).

A deficiência dos níveis de vitamina B12 costumam ser manifestadas, ou fazerem parte das queixas dos pacientes como cansaço, o mal-estar, a falta de ar, a fadiga, os zumbidos nos ouvidos a letargia. Além disso, em alguns casos existem as lesões cutâneas, como a palidez, a coloração amarelada na pele, o vitiligo, a hiperpigmentação, a estomatite angular, mudanças de cabelo, a ulceração e a língua vermelha musculosa. (Iqtidar e Chaudary, 2012). Estes sintomas podem ainda mimetizar a depressão, trazendo assim, um fator de confusão (Beydoun, et al., 2010; Hujits et al, 2012; Iqtidar e Chaudary, 2012; Seppälä et al., 2013).

Dentro deste contexto, esta pesquisa buscou responder a seguinte pergunta: O que a literatura aponta com relação a existência de associação da depressão com aspectos nutricionais, especialmente a deficiência de B12, em pacientes bariátricos ou não?

MATERIAIS E MÉTODOS

Para responder as ambições desta pesquisa, foi realizada uma busca na base de dados da Pubmed no mês de janeiro de 2019, estudos nacionais e internacionais que apontassem a associação direta ou indireta entre a vitamina B12 e a depressão e publicados a partir do ano de 2000. As palavras chaves (descritores) usadas foram: Depressão AND depression; Bariátrica AND bariatric; Vitamin B12; Depressive Disorder; Nutrition AND Depression; Depressive symptoms.

Foram selecionados 44 artigos, porém, após análise do material notou-se que 11 estavam relacionando a depressão apenas aos aspectos cognitivos, e, portanto, se distanciavam da associação investigada, sendo então revisados 33 estudos dentro das características aludidas anteriormente, os quais foram compilados conforme a tabela abaixo:

AUTORES	TÍTULO	REVISTA	ANO
Alec Coppen, Christina Bolander-Gouaille	Treatment of depression: time to consider folic acid and vitamin B12.	Journal of Psychopharmacology	2005