

Demostren la relació entre antidepressius i increment de pes

- **Les persones que prenen antidepressius mostren un increment de pes més elevat que les que no en prenen, segons un estudi de l'Institut de Recerca de l'Hospital del Mar que ha analitzat dades de participants en l'estudi REGICOR (Registre Gironí del Cor) durant més de sis anys**
- **L'increment se situa al voltant del 2% de pes en totes aquelles persones que van prendre aquest tipus de tractament en algun moment durant l'estudi**
- **Aquestes dades porten l'equip responsable del treball a alertar que el tractament de la depressió ha de tenir en compte altres possibilitats més enllà de l'abordatge farmacològic**

Barcelona, 26 de febrer de 2025. – Un recent estudi liderat per l'Institut de Recerca de l'Hospital del Mar i publicat per *Frontiers in Psychiatry* demostra la **relació entre antidepressius i increment de pes**. De fet, amb dades de seguiment de persones participants a l'**estudi REGICOR** (Registre Gironí del Cor) han pogut xifrar en un **2% la pujada mitjana de pes corporal** a les persones que prenen aquest tipus de tractament. En el treball han participat investigadors del àrea de Fisiopatologia de l'Obesitat i la Nutrició del CIBER (CIBEROBN) i de l'àrea de Malalties Cardiovasculars del CIBER (CIBERCV), de la Universitat Ramon Llull, de la Universitat de Vic-Universitat Central de Catalunya, de l'University College de Londres, al Regne Unit, de l'IDIAP Jordi Gol i de l'Institut d'Investigació Biomèdica de Girona Dr. Josep Trueta (IdIBGi). Es tracta del primer estudi d'aquest tipus fet a l'Estat.

El treball **ha seguit durant sis anys a 3.127 persones adultes**, 1.700 de les quals, dones, amb una mitjana d'edat de 55 anys. El 16,4% dels participants van reportar prendre antidepressius, uns de manera sostinguda durant tot el seguiment (5,1%), mentre que altres van començar a prendre'n durant l'estudi (6,2%) o en prenen a l'inici i van deixar de fer-ho en aquest període (5,1%). Tots els participants van pujar de pes en els sis anys de seguiment (mig quilogram d'increment de mitjana), però aquesta pujada era major en aquells que van seguir aquest tractament. **"Totes les persones que consumien antidepressius tenien més probabilitats de pujar de pes i de desenvolupar obesitat. Un risc que s'incrementa entre les persones que fan un ús continuat d'aquest tipus de medicament"**, explica la Dra. Camille Lassale, investigadora de l'Institut de Recerca de l'Hospital del Mar i de l'Institut de Salut Global de Barcelona (ISGlobal), un centre impulsat per la Fundació "la Caixa".

Increment del 2%

El treball ha tingut en compte la ja coneguda relació bidireccional entre depressió i obesitat, així com altres factors associats, com pot ser la baixa adherència a dietes saludables o la falta d'exercici físic. Malgrat això, la relació entre el consum d'antidepressius i l'increment de pes es mantenia, de forma independent a l'edat, el sexe, el nivell socioeconòmic, l'estil de vida i la presència, o no, de símptomes de depressió. Així, les persones que prenen antidepressius a l'inici i ho van deixar van incrementar el seu pes un 1,8% addicional comparat a les que mai en prenen. Les persones que van començar a prendre antidepressius durant el seguiment i les que en prenen i ho van continuar fent durant l'estudi, un 2%. A més, en aquest últim cas, el **risc de desenvolupar obesitat es multiplica per dos**. Els participants que feien un ús continuat d'antidepressius eren, de forma més freqüent, dones, més grans, i tenien un estil de vida (dieta, activitat física) menys sa.

La Gabriela Lugon, investigadora de l'Hospital del Mar i metgessa resident de la Unitat Docent de Medicina Preventiva i Salut Pública de l'Hospital del Mar, la Universitat Pompeu Fabra i l'Agència de Salut Pública de Barcelona, explica que aquests resultats porten a demanar que **"es tingui en compte aquesta relació a l'hora de receptar antidepressius i fer un**

seguiment, un monitoratge del pes. No ens podem limitar a receptar-ho pels seus efectes positius, també cal tenir en compte aquest factor associat al seu consum”.

Per aquest motiu, els autors del treball apunten que cal monitorar els canvis de pes corporal en persones en tractament amb antidepressius, així com altres marcadors de salut cardiometabòlica.

El Dr. Víctor Pérez, cap del Servei de Psiquiatria de l'Hospital del Mar, recorda que **"els antidepressius són fàrmacs molt eficaços per al tractament d'algunes de les malalties mentals més prevalents. El seu efecte sobre el pes no és generalitzat, però algun d'aquests fàrmacs, com la mirtazapina o la paroxetina, poden provocar un augment de pes important"**. I afegeix que **"davant el risc de pèrdua d'adherència dels pacients a causa de l'increment de pes, hem de tenir en compte alternatives terapèutiques que complementin el tractament farmacològic"**.

La depressió afecta 280 milions de persones al món i és el trastorn mental més prevalent, amb més afectació, el doble, en dones que en homes. El guany de pes és un dels principals motius pel qual es deixa el tractament. A la vegada, al món hi ha 650 milions de persones amb obesitat, amb una forta relació bidireccional entre les dues patologies. Espanya, amb Suècia i Portugal, és el país europeu amb més consum d'antidepressius.

Article de referència

Lassale C, Lugon G, Hernáez Á, Frank P, Marrugat J, Ramos R, Garre-Olmo J, Elosua R. Trajectories of antidepressant use and 6-year change in body weight: a prospective population-based cohort study. *Front Psychiatry*. 2024 Dec 24;15:1464898. doi: [10.3389/fpsy.2024.1464898](https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1464898). PMID: 39777198; PMCID: PMC11703859.

Més informació

Servei de Comunicació Hospital del Mar Research Institute/Hospital del Mar: Marta Calsina 93 3160680 mcalsina@researchmar.net, David Collantes 600402785 dcollantes@hmar.cat