

## La fe en Dios reduce los síntomas de la depresión clínica, señala un estudio

Los depresivos creyentes son un 75% más propicios a responder a los medicamentos que los no creyentes

La fe en un Dios compasivo refuerza el poder curativo de los antidepresivos, sugiere un estudio realizado con 136 personas diagnosticadas con depresión, a las que se les suministraron medicamentos, al tiempo que se evaluó su grado de religiosidad. Aquéllos que tenían fe en Dios respondieron mucho mejor al tratamiento que el resto de los pacientes. Este hecho, según los científicos, debería ser considerado a la hora de planificar la mejor atención médica posible para este tipo de enfermos. Por Yaiza Martínez.



Crear en Dios ayuda a curar la depresión, sugiere un estudio reciente realizado por investigadores del [Rush University Medical Center](#) de Chicago, en Estados Unidos.

La depresión es un trastorno del estado de ánimo que se presenta como abatimiento e infelicidad transitorios o permanentes.

Los síntomas de esta enfermedad afectan principalmente a la esfera afectiva: la tristeza patológica, el decaimiento, la irritabilidad o un trastorno del humor que puede disminuir el rendimiento en el trabajo o limitar la actividad vital habitual, independientemente de que su causa sea conocida o desconocida.

Asimismo, la depresión también puede expresarse a través de afecciones de tipo cognitivo, volitivo e incluso somático.

### **Evaluación de la enfermedad**

El estudio realizado ha revelado que las creencias religiosas protegen contra estos síntomas, y también que mejoran la respuesta de las personas depresivas a los tratamientos médicos contra la enfermedad.

La investigación fue realizada con pacientes diagnosticados de depresión clínica, es decir, con personas que padecían un estado extremo de la depresión, caracterizado por una tristeza, una melancolía y un sentimiento de vacío tan intensos que pueden llegar a ser destructivos para el enfermo.

Según publica el Rush University Medical Center en un [comunicado](#), en total fueron estudiados 136 adultos. Algunos de ellos estaban recibiendo atención psiquiátrica externa, mientras que otros permanecían ingresados en el hospital para su cuidado.

Estos pacientes fueron evaluados poco después de ser admitidos para su tratamiento y ocho semanas después de que dicho tratamiento empezase.

Para esta evaluación se emplearon el Inventario de Depresión de Beck (cuestionario que calcula el grado de depresión que pueda tener una persona), la Escala de Desesperanza de Beck (con el que se valora el grado de desesperanza de los individuos, es decir, su actitud hacia las expectativas futuras) y una Escala de Bienestar Religioso.

Estas tres pruebas son herramientas estándar de las ciencias sociales para evaluar la intensidad, la severidad y la profundidad de la depresión y los sentimientos de desesperanza y de satisfacción espiritual.

### **Grado de esperanza**

La respuesta de los pacientes a la medicación que se utiliza para tratar la depresión, definida como la reducción en un 50% de los síntomas iniciales, puede variar en los pacientes psiquiátricos.

Algunos de éstos no responden en absoluto a los medicamentos. Sin embargo, el estudio realizado demostró que, entre los sujetos estudiados, aquéllos que creían con más fuerza en un Dios personal y atento a sus necesidades tendieron a mejorar más que los demás participantes en las ocho semanas de tratamiento analizadas.

Concretamente, los participantes en el estudio cuya puntuación en la Escala de Bienestar Religioso estuvo entre las tres primeras fueron un 75% más propicios que el resto a mejorar, a partir del momento en que empezaron a tomar sus medicinas.

Los investigadores analizaron si la explicación para semejante mejora podía relacionarse con el sentimiento de esperanza que caracteriza a la fe religiosa. Pero el grado de esperanza, definido por los sentimientos y las expectativas en el futuro y el nivel de motivación de cada individuo, no sirvió para predecir la mejora que los pacientes sufrieron.

### **Ser supremo compasivo**

Según declaró la investigadora Patricia Murphy, una de las autoras del estudio, la respuesta positiva a los medicamentos para la depresión tiene poco que ver con el sentimiento de esperanza asociado típicamente a las creencias religiosas.

En realidad, para la superación de esta enfermedad, lo que parece ayudar realmente es la fe en un ser supremo compasivo, asegura Murphy.

La investigadora añade que, aunque para la gente diagnosticada con depresión clínica, la medicación juega un papel clave en la reducción de los síntomas, los especialistas deben tener en cuenta el papel de la religión en las vidas de sus pacientes.

Los resultados de este estudio, que han sido publicados en la revista [Journal of Clinical Psychology](#) sugieren que las creencias religiosas podrían resultar de gran importancia como recurso en la planificación de una atención más efectiva de la depresión.

### **Religión y psicología**

Éste no es el primer estudio que analiza la relación entre la religiosidad y ciertos aspectos de la psicología humana.

A principios de 2009, otra [investigación](#), realizada por científicos de la Universidad de Miami, reveló que las personas religiosas tienen mayor capacidad de autocontrol que las no religiosas y regulan de manera más eficiente sus actitudes y emociones, con la finalidad de conseguir objetivos para ellos valiosos.

Según los científicos, esto se debe a que ciertos rituales religiosos –como la oración o la meditación– afectan a partes de la corteza del cerebro humano que resultan claves en la autorregulación y el autocontrol. Por otro lado, las religiones contribuyen al autocontrol porque proporcionan a los individuos modelos claros de comportamiento.

Otras investigaciones realizadas en distintas partes del mundo han demostrado que las personas más devotas tienden a tener un mejor rendimiento escolar, a vivir durante más tiempo y, en general, a ser más felices.

[http://www.tendencias21.net/La-fe-en-Dios-reduce-los-sintomas-de-la-depresion-clinica-senala-un-estudio\\_a4144.html](http://www.tendencias21.net/La-fe-en-Dios-reduce-los-sintomas-de-la-depresion-clinica-senala-un-estudio_a4144.html)