

# Επιδημιολογική μελέτη για κατάθλιψη σε άτομα με παχυσαρκία στην περιοχή του Δήμου Μακρακώμης

ΑΙΚ. ΚΟΝΤΟΡΙΓΑ<sup>3</sup>, ΟΔ. ΜΟΥΖΑΣ<sup>2</sup>, Ν. Π. ΓΕΩΡΓΟΥΛΙΑΣ<sup>2</sup>, Γ. ΕΡΩΤΟΚΡΙΤΟΥ<sup>3</sup>, Ν. ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ<sup>2</sup>, Μ. ΤΣΑΚΑΛΑΚΗ<sup>1</sup>

## Περίληψη

Η σωστή διατροφή και η διατήρηση ενός ιδανικού βάρους, συμβάλλουν μέγιστα στην οργανική υγεία του ανθρώπου. Είναι διαδεδομένο ότι τα παχύσαρκα άτομα εμφανίζουν συχνά κατάθλιψη ή αγχώδεις διαταραχές. Σκοπός της εργασίας αυτής είναι η επιδημιολογική μελέτη για κατάθλιψη σε άτομα με διαπιστωμένη παχυσαρκία με βάση τον δείκτη μάζας σώματος. Στο χρονικό διάστημα ενός έτους μελετήθηκαν 115 άτομα, με διαγνωσμένη παχυσαρκία, κάτοικοι του Δ. Μακρακώμης και αφού πάρθηκε ιστορικό από τους συμμετέχοντες στην συνέχεια έγινε μέτρηση του δείκτη μάζας σώματος. Επιπρόσθετα, καταγράφηκαν τα δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων στη μελέτη. Παρουσία συνύπαρξης παχυσαρκίας και κατάθλιψης διαπιστώθηκε στα 43 άτομα του συνόλου του δείγματος με στατιστικά σημαντική υπεροχή των γυναικών. Επιπλέον, ο κίνδυνος εμφάνισης καταθλιπτικών συμπτωμάτων στις παχύσαρκες γυναίκες αυξάνεται στη μέση ηλικία, περίπου την περίοδο της εμμηνόπαυσης.

**Λέξεις Κλειδιά:** Παχυσαρκία, Κατάθλιψη, εμμηνόπαυση

## Εισαγωγή

Είναι διαδεδομένη η εντύπωση ότι τα παχύσαρκα άτομα εμφανίζουν συχνά κατάθλιψη, άγχος, καταναγκαστική συμπεριφορά και ορισμένα αποκλίνοντα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας<sup>1</sup>. Πράγματι, έχει παρατηρηθεί αυξημένη επίπτωση ψυχιατρικής νόσου και διαταραχών προσωπικότητας σε παχύσαρκα άτομα που προσέρχονται για θεραπεία. Τα ευρήματα αυτά συμφωνούν με εκείνα μελετών σε παχύσαρκους, οι οποίοι αποτελούν αντικείμενο κλινικής φροντίδας<sup>1,2</sup>. Μελέτες στο γενικό πληθυσμό δείχνουν ότι η επίπτωση συμπτωμάτων κατάθλιψης και άγχους σε παχύσαρκους διαφέρει από εκείνη σε μη παχύσαρκους.

Οι ψυχολογικοί παράγοντες επηρεάζουν επίσης τις διατροφικές συνήθειες. Πολλοί τρώνε ως αντι-

δραση σε αρνητικά συναισθήματα, όπως πόνος, κατάθλιψη ή θυμό<sup>3</sup>. Επίσης, η παχυσαρκία θεωρείται συχνά ως συνέπεια της έλλειψης βούλησης και αδυναμιών ή ως μια «επιλογή τρόπου ζωής» - η επιλογή του υπερβολικού φαγητού και της ελάχιστης φυσικής δραστηριότητας. Είναι ορθότερο να αντιληφθεί κανείς την παχυσαρκία ως νόσο παρά ως επιλεγμένο τρόπο ζωής.

Η αλήθεια είναι ότι η αρνητική εικόνα για το σώμα τραυματίζει περισσότερο τον ψυχισμό των ανθρώπων. Μεγάλες επιστημονικές μελέτες έχουν δείξει ότι τα παχύσαρκα άτομα εμφανίζουν γενικά μεγαλύτερη συναισθηματική κόπωση, ενώ συσχετίζουν άμεσα την κακή εικόνα που έχουν για το σώμα τους με το περιττά κιλά τους<sup>2,3</sup>. Οι παχύσαρκοι ασθενείς εμφανίζουν συνολικά μεγαλύτερη ψυχοπαθολογία απ' ό,τι οι άνθρωποι με φυσιολογικό σωματικό βάρος<sup>3,4</sup>.

Σκοπός της εργασίας είναι η επιδημιολογική μελέτη για κατάθλιψη σε άτομα με διαπιστωμένη παχυσαρκία με βάση τον δείκτη μάζας σώματος.

## Υλικό και μέθοδος

Μελετήθηκαν 115 άτομα, με διαγνωσμένη παχυσαρκία, κάτοικοι του Δ. Μακρακώμης 80 γυναίκες και 35 άνδρες, μέσης ηλικίας 55 έτη και ηλικίες 33-80 ετών κατά την διάρκεια ενός έτους. Η μέση διάρκεια της νόσου της παχυσαρκίας ήταν 16,7 έτη (SD=6,6 έτη).

Η δειγματοληψία περιελάμβανε άτομα που διαμένουν μόνιμα στο προαναφερθέντα δήμο. Όλα τα άτομα ενημερώνονταν για τους σκοπούς της μελέτης και συμφώνησαν στη συμμετοχή τους.

Οι παράγοντες που διερευνήθηκαν ήταν δημογραφικοί, κοινωνικοί και κλινικοί. Καταγράφηκαν το φύλο, η ηλικία, ο αριθμός των παιδιών στην οικογένεια, η οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων, το μορφωτικό τους επίπεδο σε χρόνια σπουδών, η επαγγελματική και η οικονομική τους κατάσταση. Το ύψος των ατόμων μετρήθηκε χωρίς παπούτσια, με την πλάτη ίσια και ακουμπισμένη σε μεζούρα του τοίχου και τα μάτια να κοιτάζουν ίσια εμπρός. Οι μετρήσεις στρογγυλοποιούνταν στο πλησιέστερο 0,5 cm του μέτρου. Το βάρος των ατόμων επίσης μετρήθηκε χωρίς παπούτσια και με ελαφρά ένδυση,

<sup>1</sup> Κέντρο Υγείας Μακρακώμης, Μακρακώμη

<sup>2</sup> Γ.Π.Ν. Λάρισας, Λάρισα

<sup>3</sup> Γ.Ν.Νίκαιας, Νίκαια

ενώ οι μετρήσεις στρογγυλοποιήθηκαν στην πλησιέστερη εκατοντάδα γραμμαρίων. Ο δείκτης μάζας σώματος (ΔΜΣ) υπολογίστηκε βάρος (kg) / ύψος (m). Άτομα με ΔΜΣ >29,9 ορίστηκαν ως παχύσαρκα, ενώ άτομα με ΔΜΣ από 25 - 29,9 ορίστηκαν ως υπέρβαρα.

#### Στατιστική ανάλυση.

Στην παρούσα εργασία, οι συνεχείς μεταβλητές πα-

ρουσιάζονται ως μέση τιμή ± τυπική απόκλιση, ενώ στα γραφήματα παρουσιάζονται ως μέση τιμή και 95% διάστημα εμπιστοσύνης (ΔΕ). Οι κατηγορικές μεταβλητές παρουσιάζονται ως απόλυτες και σχετικές (%) συχνότητες.

Οι έλεγχοι μεταξύ συνεχών και κατηγορικών μεταβλητών έγιναν με τη χρήση του t-κριτηρίου του Student. Οι έλεγχοι μεταξύ των κατηγορικών μεταβλητών έγιναν με τη χρήση του κριτηρίου Χ<sup>2</sup>, χωρίς διόρθωση συνέχειας.

### Αποτελέσματα

Ο πίνακας 1 παρουσιάζει κοινωνικό-δημογραφικά στοιχεία των ατόμων της μελέτης.

**Πίνακας 1:** Κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά των ατόμων της μελέτης.

	Άνδρες (n=35)	Γυναίκες (n=80)	P
Ηλικία (σε έτη)	48±18	52±18	0,002
Οικογενειακή κατάσταση			0,019
Άγαμοι	20,9%	14,9%	
Έγγαμοι	70,8%	74,3%	
Χήροι	8,4%	10,8%	
Είδος εργασίας			<0,0001
Καθιστική	16,4%	16,3%	
Χειρωνακική	49,2%	27,5%	
Ένταση σωματικής καταπόνησης	7,90±3,02	6,88±3,02	<0,0001
Οικονομική κατάσταση			0,085

Ο πίνακας 2 παρουσιάζει κλινικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων. Το 41% των ανδρών και το 33% των γυναικών είχαν Υπερχοληστερολαιμία. Από τους υπερχοληστερολαιμικούς, το 75% ελάμβανε ειδικά υπολιπιδαιμικά φάρμακα. Επίσης, ο σακχαρώδης διαβήτης επιπόλαζε στο δείγμα της μελέτης σε ποσοστό 16% για τους άνδρες και 11% για τις γυναίκες. Ο επιπολασμός της αρτηριακής υπέρτασης ήταν 31% στους άνδρες και 36% στις γυναίκες της μελέτης.

**Πίνακας 2:** Κλινικά χαρακτηριστικά των ατόμων της μελέτης.

	Άνδρες (n=35)	Γυναίκες (n=80)	P
Υπερχοληστερολαιμία (%)	41%	33%	0,01
Υπέρταση (%)	31%	36%	0,01
Κατάθλιψη (%)	6,1%	31%	
Διαβήτης (%)	16%	11%	0,08
ΔΜΣ (kg/m <sup>2</sup> )	28,1±4,0	28,7±4,7	<0,0001

**Πίνακας 3:** Άτομα με παχυσαρκία και κατάθλιψη

ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ ΚΑΙ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ	Άνδρες (n=7)	Γυναίκες (n=36)
Θεραπεία κατά την εμμηνόπαυση %	0	33%
Θεραπεία για κατάθλιψη πριν εμφάνιση παχυσαρκίας.(n)	0	9
Θεραπεία κατάθλιψης >5 έτη..(n)	5	9

Ο πίνακας 3 παρουσιάζει τα αποτελέσματα από τα 43 άτομα της μελέτης τα οποία έπαιρναν θεραπεία για κατάθλιψη όπου το 6,1% ήταν άντρες και 31% γυναίκες. Τα 14 άτομα εξ αυτών έπαιρναν 0 Ο πίνακας 3 παρουσιάζει τα αποτελέσματα από τα 43 άτομα της μελέτης τα οποία έπαιρναν θεραπεία για

κατάθλιψη όπου το 6,1% ήταν άντρες και 31% γυναίκες. Τα 14 άτομα εξ αυτών έπαιρναν θεραπεία για διάρκεια άνω των 5 χρόνων (5 άνδρες και 9 γυναίκες). Ακόμη, διαπιστώθηκε ότι από τους 7 άνδρες με διαπιστωμένη παχυσαρκία και κατάθλιψη έπαιρναν θεραπεία και για άλλες οργανικές παθήσεις ενώ 9

γυναίκες από αυτές με νόσο κατάθλιψης έπαιρναν θεραπεία για την νόσο προτού παρουσιαστεί η παχυσαρκία.

Τέλος, από τις 80 παχύσαρκες γυναίκες εκ των οποίων οι 36 είχαν και κατάθλιψη παρατηρήθηκε ότι οι 12 από αυτές είχαν ξεκινήσει την θεραπεία κατά τη διάρκεια της εμμηνόπαυσης.

### Συμπεράσματα

Στην εργασία αυτή παρουσιάστηκαν τα αποτελέσματα της επιδημιολογικής μελέτης για παρουσία κατάθλιψης σε άτομα με παχυσαρκία στην περιοχή του Δ. Μακρakovίης.

Δεν βρέθηκε διαφορά στα ποσοστά και στις μέσες τιμές των ηλικιών και της διάρκειας εμφάνισης της παχυσαρκίας των ατόμων της μελέτης.

Με βάση τα αποτελέσματα διαπιστώθηκε ωστόσο ότι στις γυναίκες με παχυσαρκία συνυπάρχει σε μεγαλύτερο βαθμό και η νόσος της κατάθλιψης. Σημαντικές είναι επίσης το ποσοστό των γυναικών των οποίων είχαν κατάθλιψη πριν την εμφάνιση της παχυσαρκίας<sup>5,6</sup>.

Επίσης, ο κίνδυνος εμφάνισης καταθλιπτικών συμπτωμάτων στις παχύσαρκες γυναίκες αυξάνεται στη μέση ηλικία, περίπου την περίοδο της εμμηνό-

παυσης, πιθανώς λόγω της επίδρασης των μειωμένων οιστρογόνων και του στρες που τους προκαλούν οι εξάψεις και άλλα συμπτώματα της εμμηνόπαυσης<sup>5,6,7</sup>.

Ακόμη, παρατηρείται ότι στους άνδρες που συνυπάρχουν και οι δυο ασθένειες, σε αυτούς διαπιστώνεται και η ύπαρξη και άλλων οργανικών παθήσεων<sup>7</sup>.

Συμπερασματικά, τα δεδομένα που υπάρχουν όσον αφορά τις ψυχολογικές συνέπειες της παχυσαρκίας είναι ποικίλα<sup>7,8</sup>. Δεν είναι σαφές αν η παχυσαρκία προκαλεί αυτές τις συνέπειες, αν αυτές οι ψυχολογικές μεταβλητές συμμετέχουν στην εμφάνιση ή και στη διατήρηση της παχυσαρκίας ή αν η σχέση είναι σύνθετη και περιλαμβάνει ένα ευρύτερο σύνολο μεταβλητών<sup>9</sup>. Τα αναμενόμενα στοιχεία είναι λιγοστά και είναι απαραίτητο να υπάρξει έρευνα προς αυτή την κατεύθυνση. Τα παχύσαρκα άτομα εμφανίζουν μεγαλύτερη συναισθηματική κόπωση, γεγονός που προκαλεί μεγάλη ανησυχία και αξίζει να αποτελέσει στόχο παρέμβασης.

Ενδεχομένως, υπάρχει αμφίδρομη σχέση μεταξύ της κατάθλιψης και της παχυσαρκίας και ο έγκαιρος εντοπισμός και η αντιμετώπιση θα μπορούσε να μειώσει το βάρος και των δυο νόσων.

### Summary

A. KONTORIGA, O. MOUZAS, P. GEORGOULIAS, G. EROTKRITOU, N. ANGELOPOULOS, M. TSAKALAKI: Epidemiological study on depression in people with obesity in the area of Makrakomi Village

The right diet and the maintenance of ideal weight contribute mostly in the health of person. It is widespread that the corpulent individuals can often present depression, stress etc. The aim of the present study is the epidemiologic study for coexistence between depression and obesity with base the indicator of body mass - BMI. The sample included 115 patients with diagnosis of obesity in the duration of a year. From each patient had taken history and measurement of BMI. The patients' demographics were noted. The coexistence of obesity and depression observed in 43 patients from the all sample. Women presented significantly higher the coexistence between the both diseases compared to men and with the most high risk was women in menopause.

**Key words:** obesity, depression, menopause.

### Βιβλιογραφία

1. de Wit L, Luppino F, van Straten A, Penninx B, Zitman F, Cuijpers P. Depression and obesity: A meta-analysis of community-based studies. *Psychiatry Res.* 2010.
2. Boutelle KN, Hannan P, Fulkerson JA, Crow SJ, Stice E. Obesity as a prospective predictor of depression in adolescent females. *Health Psychol.* 2010 May; 29(3):293-8.
3. Katon W, Richardson L, Russo J, McCarty CA, Rockhill C, McCauley E, Richards J, Grossman DC. Depressive symptoms in adolescence: the association with multiple health risk behaviors. *Gen Hosp Psychiatry.* 2010 May-Jun;32(3):233-9.
4. Azarbad L, Gonder-Frederick L. Obesity in women. *Psychiatr Clin North Am.* 2010 Jun;33(2):423-40.
5. Zender R, Olshansky E. Women's mental health: depression and anxiety. *Nurs Clin North Am.* 2009 Sep;44(3):355-64.
6. Pirez JA, Garcia FC, Palacios S, Pirez M. Epidemiology of risk factors and symptoms associated with menopause in Spanish women. *Maturitas.* 2009 Jan 20;62(1):30-6.
7. Carroll DD, Blanck HM, Serdula MK, Brown DR. Obesity, physical activity, and depressive symptoms in a cohort of adults aged 51 to 61. *J Aging Health.* 2010 Apr;22(3):384-98.
8. Payne ME. Nutrition and late-life depression: etiological considerations. *Aging health.* 2010 Feb 1;6(1):133-143.
9. Rojas A, Storch EA. Psychological complications of obesity. *Pediatr Ann.* 2010 Mar;39(3):174-80.