

Trastornos digestivos y su relación con la depresión Digestive disorders and their relationship with depression

José A. Chibras-Ángeles^a, Jessica K. Legorreta-Núñez^b

Abstract:

It is fascinating to know that the intestines are referred to as the second brain and everything behind this concept. The reason it is called this way is due to the presence of neurons in a significant part of the digestive tract, which is part of the central nervous system but not dependent on it. The nervous system is classified into central, peripheral, and autonomic, with the autonomic nervous system further divided into sympathetic, parasympathetic, and enteric, which is the so-called second brain that we will discuss.

The whole organism is designed to connect one part to another and thus maintain homeostasis with the participation of all its components. The aim of this work is to visualize and analyze the relationship between depression and stomach problems. It has been shown that there is another factor in their onset. It has been identified that the aforementioned problems, on multiple occasions, are caused by neurogastrointestinal problems, which can lead to emotions directly affecting the intestines or, at times, vice versa.

Keywords:

Second brain, depression, system

Resumen:

Es fascinante conocer que los intestinos son llamados el segundo cerebro y todo lo que hay detrás de este concepto. La razón por la que se denomina así es debido a la presencia de neuronas en gran parte del tracto digestivo, siendo esta parte del sistema nervioso central pero no dependiente de este. El sistema nervioso tiene la clasificación en central, periférico y autónomo, siendo el autónomo el que se divide en simpático, parasimpático y entérico, el denominado segundo cerebro del que hablaremos.

Todo el organismo está diseñado para conectar una parte con otra y así mantener una homeostasis con la participación de todos los componentes que este tiene. El objetivo de este trabajo es visualizar y analizar la relación que existe entre la depresión y los problemas estomacales. En la actualidad se ha demostrado que existe otro factor en su desencadenamiento. Se ha identificado que los problemas antes mencionados en múltiples ocasiones, son causados por problemas neuro gastrointestinales, lo que ocasiona que las emociones ataquen directamente el intestino o viceversa.

Palabras Clave:

Segundo cerebro, depresión, sistema

Introducción

La interconexión entre trastornos intestinales y depresión ha emergido como un área fascinante de investigación en la medicina moderna. A medida que avanzamos en la comprensión de los sistemas biológicos del cuerpo, estamos descubriendo evidencias sólidas que sugieren una estrecha relación bidireccional entre la salud intestinal y el bienestar mental.

Este artículo explora las complejas vías a través de las cuales la salud intestinal y la salud mental están

interconectadas, arrojando luz sobre cómo los desequilibrios en el microbioma intestinal podrían influir en la manifestación y la gravedad de los síntomas depresivos. Al mismo tiempo, se examina cómo factores psicológicos y emocionales pueden ejercer un impacto notable en la función intestinal. A medida que desentrañamos estas conexiones, surgen nuevas oportunidades para enfoques de tratamiento más holísticos e integrados que podrían revolucionar la forma en que abordamos tanto los trastornos intestinales como

^a Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0009-0008-7832-1556>, Email: joseantoniochibrasangeles@gmail.com

^b Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0009-0003-2067-2322>, Email: jlegorreta1409@gmail.com

los psicológicos. (Según Gershon 1998, como se citó en Romero, 2013).

"El segundo cerebro no ayuda en los procesos mentales: la religión, la filosofía y la poesía están en manos del otro cerebro".

La diarrea, inflamación, malestar, mala digestión e incluso una gastropatía (gastritis) forman parte del cuadro clínico que presenta el trastorno digestivo con motivo de la depresión.

El trastorno de la depresión desencadena enfermedades gastrointestinales a causa de las emociones que en ese momento se están sintiendo, se relacionan con el intestino mediante el lazo estrecho que existe entre el Sistema Nervioso Central y el Sistema Mesentérico.

Cada vez que nuestro estado de ánimo es afectado, las sensaciones que llegan a los intestinos mediante impulsos neuronales provocan alteraciones negativas en el cerebro intestinal causando malestar, inflamación, pérdida de apetito y acidez estomacal.

"Las personas con síndrome de intestino irritable suelen ser nerviosas, tienen tendencia a las fobias y presentan problemas de autoestima", no está claro si es la personalidad u otros factores los que contribuyen a esta conexión la que provoca el trastorno o viceversa, pero existe esa relación. (Matveikova I., 2018).

Trastornos digestivos y su relación con la depresión.

Sistema nervioso entérico.

La depresión es una enfermedad sistémica, donde todos los sistemas están interrelacionados. Una mala alimentación, junto a otros hábitos de vida poco saludables van a desencadenar problemas en otros sistemas, como lo es el aparato digestivo.



Depresión.

Menciona "el segundo cerebro no ayuda en los procesos mentales: la religión, la filosofía y la poesía están en manos del otro cerebro".



(Romero, U.H, 2013. citando Gershon M, 1998) afirmó que Los síntomas principales de una enfermedad digestiva a causa de la depresión son: Inflamación, náusea, vómito.



Algunos tipos de estrés pueden alterar la interacción entre el sistema inmunológico innato y el sistema nervioso central.

La disminución de neurotransmisores, como la serotonina, es una de las causas de la depresión.

Los trastornos de depresión desencadenan enfermedades gastrointestinales a causa de que las emociones que en ese momento se están sintiendo y teniendo se van a relacionar con el intestino mediante el lazo estrecho que existe entre el Sistema Nervioso Central y el Sistema mesentérico.



"Las personas con síndrome de intestino irritable, suelen ser nerviosas, con tendencia a las fobias y con problemas de autoestima", no se tiene en claro si es la personalidad la que provoca el trastorno o viceversa, pero existe esa relación.

(Matveikova I. 2018).



Bibliografías.

- [1] Ross, M.H. & col. (2020). Histología: Texto y atlas color con Biología Celular y Molecular (7a ed.). Editorial Wolters Kluwer <https://www.udocz.com/apuntes/635106/ross-histologia-texto-y-atlas-8epdf>
- [2] Matveikova. (2018). Inteligencia Digestiva (3 ed.). Grijalbo. <https://mon.uvic.cat/tic/files/2016/06/irina-inteligencia-digestiva-4librepdf.pdf>
- [3] Romero, U.H. (2013). El segundo cerebro del ser humano. Universidad Estatal Península de Santa Elena, 1(2). <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/7215/1/UPSE-RCT-2013-Vol.1-No.2-003.pdf>

Referencias

- [1]] Ross, M.H., & col. (2020). Histología: Texto y atlas color con Biología Celular y Molecular (7a ed.). Editorial Wolters Kluwer
<https://www.udocz.com/apuntes/635106/ross-histologia-texto-y-atlas-8epdf>

- [2] Matveikova. (2018). Inteligencia Digestiva (3 ed.). Grijalbo.
<https://mon.uvic.cat/tlc/files/2016/06/Irina-inteligencia-digestiva-llibrepdf.pdf>

- [3] Romero, U.H., (2013). El segundo cerebro del ser humano. Universidad Estatal Península de Santa Elena, 1(2).
<https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/7215/1/UPSE-RCT-2013-Vol.1-No.2-003.pdf>