

TENDENCIAS

Recordar experiencias positivas, la mejor vacuna contra la depresión

El Ciudadano · 29 de julio de 2015



 depresion-ratones-mem

¿Un recuerdo positivo puede sustituir uno negativo? ¿Tiene poder curativo nuestra memoria como para luchar contra la depresión? Bajo estas

premisas arrancó el estudio llevado a cabo por científicos del *RIKEN-MIT Center for Neural Circuit Genetics*, una colaboración conjunta del Instituto de Ciencias del Cerebro RIKEN en Japón y del MIT (EE.UU.) y que ha publicado la revista *Nature*.

En su experimento llevado a cabo con ratones de laboratorio, los científicos han establecido que **la reactivación artificial de recuerdos almacenados durante una experiencia positiva es totalmente capaz de suprimir los efectos de la depresión inducida por el estrés**. Así, el estudio evidencia que los recuerdos positivos y negativos interactúan continuamente con los trastornos del estado de ánimo y por ello, este circuito cerebral específico para activar las experiencias positivas en nuestra memoria puede representar el futuro de la cura clínica para la depresión entre otros trastornos similares.

Los ratones objeto de estudio fueron modificados genéticamente mediante la optogenética para que las células del giro dentado del hipocampo (una de las áreas del cerebro adulto capaz de generar neuronas durante toda la vida) pudiesen ser marcadas mientras los recuerdos se formaban, y posteriormente **reactivadas con una fibra óptica que emite luz azul implantada en el giro dentado**.

El premio Nobel y líder del estudio Susumu Tonegawa, descubrió que **al activar únicamente el grupo de neuronas que contenían el recuerdo positivo del experimento anterior (donde se entrenó a los ratones para que recordaran una experiencia negativa, una neutral y una positiva) se recuperaban de los síntomas de la depresión**, muy parecidos a los que sufrimos los seres humanos. Cinco días de este tratamiento de activación de recuerdos positivos bastaron para eliminar por completo los efectos de estrés acumulados durante los 10 días que duró el primer experimento. Además, **esa mejoría se prolongó en el tiempo a pesar de parar la estimulación de dichas neuronas**.

El estudio en profundidad del cerebro de los ratones también reveló que **otras áreas cerebrales, aparte del hipocampo, se vieron beneficiadas de esta técnica**, ya que la amígdala (clave en la sensación de miedo) y el núcleo accumbens (integrado en el sistema de recompensa del cerebro) aparecían activas en esta regulación o control del estrés.

Los ratones a los que no se les practicó la estimulación neuronal y por tanto no recordaron la experiencia positiva no se recuperaron de la depresión ni siquiera poniéndoles directamente en la misma situación que les provocó el recuerdo positivo, lo que evidencia, según los expertos, que **los recuerdos tienen mucho más poder curativo que las propias experiencias**. Los autores afirman que es demasiado pronto para concluir que los recuerdos positivos en general puedan mitigar los efectos de la depresión causada por el estrés en los seres humanos, sin embargo, está claro que las células del giro dentado del hipocampo son blancos prometedores para enfoques terapéuticos relacionados con el estado de ánimo.

Vía: <http://www.muyinteresante.es>

Fuente: El Ciudadano