

# Las estaciones del año marcan las enfermedades mentales

Las enfermedades mentales están directamente relacionadas con la época del año en la que nos encontramos. Las consultas de psiquiatría y psicología atienden con más frecuencia a pacientes con depresión en otoño y en primavera que el resto del año, probablemente en relación con modificaciones bioquímicas asociadas a los cambios lumínicos. Bulimia y anorexia son más frecuentes en los períodos en los que aumenta la exposición corporal, como son la primavera y el verano. Según el profesor y doctor José Luis Carrasco, catedrático de Psiquiatría de la Universi-

dad Complutense, «la presentación irregular de este tipo de trastornos mentales a lo largo del año tiene una relación con factores ambientales cíclicos, tanto físicos como culturales. Así como el clima y la luz inciden en el desencadenamiento de los trastornos emocionales y del comportamiento, en la misma medida lo hacen las circunstancias que caracterizan cada período. Hay períodos anuales de alta exigencia familiar, o de intenso impacto afectivo, o los que se afrontan situaciones desconocidas, o de grandes expectativas puestas en la persona, etc.».