



Propiedades ansiolíticas

Melatonina

Podría servir para calmar a los pacientes antes de operarlos. Para el posoperatorio, hay más dudas.

La melatonina es una hormona que produce nuestro organismo y regula el ciclo sueño-vigilia. Se comercializa como complemento alimenticio y también como medicamento. Se suele usar para reducir los efectos del *jet-lag* en adultos o tratar el insomnio a partir de los 55 años. Otra de sus posibles aplicaciones es como ansiolítico. Además, tiene una baja toxicidad y causa pocas reacciones adversas graves. ¿Qué pasaría si se diera melatonina a los pacientes que sienten ansiedad antes y después de una intervención quirúrgica?

A partir de 27 ensayos clínicos, con un total de 2.319 participantes adultos, Cochrane pudo hacer la evaluación y comparar la eficacia de la melatonina para el tratamiento de la ansiedad pre y postoperatoria frente a un placebo o una benzodiacepina.

Es probable que reduzcan la ansiedad preoperatoria. Al comparar la melatonina con un placebo se vio que disminuye sobre todo la ansiedad preoperatoria en personas adultas. Con respecto a la ansiedad posoperatoria, se observó que también la aminoraba, pero en menor medida.

Frente a las benzodiacepinas, parecidas: es probable que ejerzan el mismo efecto. Y en ambos casos (placebo y benzodiacepinas) el grado de certeza de la evidencia es moderado para la ansiedad preoperatoria y bajo en la posoperatoria. Recuerde que el grado de certeza de la evidencia depende de la calidad metodológica de los ensayos clínicos revisados.



Información extraída de Cochrane y adaptada por OCU. La finalidad de Cochrane es revisar y sintetizar la investigación científica, para que pacientes y profesionales tomen decisiones basadas en información fiable. Texto completo en: doi.org/10.1002/14651858.CD009861.pub3. Más en: es.cochrane.org/es/divulgación/cochrane-responde.