Niveles bajos de vitamina D se asocian a s►tomas depresivos, especialmente en personas con historial de depresi►. Estas son las conclusiones de un estudio transversal en 12.594 pacientes revisados en la Cl►ica Cooper en Dallas, Texas, desde Noviembre de 2006 hasta Octubre de 2010. Niveles m► altos de vitamina D se correlacionaron con menor riesgo de padecer depresi►, por lo que estudiar los niveles de vitamina D en las personas con historia de depresi► o estudiar la presencia de s►tomas depresivos en personas con niveles bajos de vitamina D pudiera ser eficaz. El estudio no indica si aumentando los niveles de vitamina D disminuyen los s►tomas depresivos.

 No se ha determinado la relaci► exacta de c►o los niveles bajos de vit. D contribuyen a los s►tomas depresivos o si la depresi► contribuye a disminuir los niveles de vit. D. La vitamina D puede afectar a los neurotransmisores, marcadores inflamatorios y otros factores que podr►n ayudar a explicar la relaci► con la depresi►. Ya se conoce en que los niveles bajos de vitamina D significan un factor de riesgo para un sinf► de patolog►s, desde enfermedades cardiovasculares, autoinmunes, a trastornos neurol►icos. http://www.webmd.com/depression/news/20120110/low-levels-vitamin-d-may-be-linked-depression Hoang MT, Defina LF, Willis BL, Leonard DS, Weiner MF, Brown ES. Association Between Low Serum 25-Hydroxyvitamin D and Depression in a Large Sample of Healthy Adults: The Cooper Center Longitudinal Study. Mayo Clin Proc. 2011;86(11):1050-1055.