PERLAS

Ingesta moderada de alcohol aumenta cognición femenina

Investigan la asociación de la ingesta de alcohol con el rendimiento cognoscitivo y el grosor máximo de la placa carótida en hombres y mujeres.

Fuente: Stroke 2006; Early online publication.

Una copa o dos por día parece asociarse con un mejor rendimiento cognoscitivo en las mujeres, pero no en los hombres, sugiere un estudio.

Pero en contraposición a la hipótesis de los investigadores, el efecto no parece estar mediado por la aterosclerosis. Para el estudio, Clinton Wright (del Colegio deMédicos y Cirujanos de la Universidad de Columbia en Nueva York, EE. UU.) y colaboradores correlacionaron la ingesta de alcohol con el rendimiento sobre la base del MMSE (acrónimo en inglés de Mini Examen de Estado Mental) de 2.215 personas que tomaron parte en un estudio cruzado con base en el Norte de Manhattan. Los participantes tenían una edad promedio de 69 años.

Luego de controlar los factores de riesgo sociodemográficos y vasculares, las mujeres que informaron beber entre una copa por semana a dos por día rindieron un 19 por ciento mejor en el MMSE que las que no bebían, informan los investigadores.

Sin embargo, esta asociación no estuvo presente en los hombres, y el grosor máximo de la placa carótida no se asoció con la ingesta de alcohol.

"Este estudio transversal de ingesta de alcohol y rendimiento cognoscitivo informados sugiere que beber moderadamente podría conferir protección a las mujeres en una comunidad multiétnica", escriben Wright y colaboradores.

"La ausencia de un efecto mediador de aterosclerosis de grandes vasos proporciona evidencias de que otros mecanismos podrían estar involucrados y que se necesitan estudios futuros que clarifiquen la importancia del daño a los pequeños vasos, la función plaquetaria, y la inflamación", dicen los investigadores.

PERLAS

Las isoflavonas incentivan el estado de ánimo y la cognición posmenopáusicos

Investigan los efectos de las isoflavonas de soja en el estado de ánimo y la función cognoscitiva en mujeresposmenopáusicas.

Fuente: Fertility and Sterility 2006; 85: 972-978.

Las isoflavonas parecen incentivar tanto el estado de ánimo como la cognición en las mujeres posmenopáusicas, indican los hallazgos de un estudio.

A pesar de los resultados conflictivos de los ensayos clínicos que evaluaron el efecto de los estrógenos en el estado de ánimo y la cognición, la presencia generalizada de receptores de estrógeno (ERs) en las áreas correspondientes del cerebro apoyan fuertemente un rol fundamental de las hormonas en la regulación de estas funciones.

En el último estudio, María Casini (de la Universidad de Roma "La Sapienza," en Italia) ycolaboradores evaluaron los efectos de las isoflavonas –sustancias no esteroides tipo estrógeno– en mujeres posmenopáusicas en un estudiotransversal controlado con placebo.

En total, 78 participantes recibieron 60 mg/ día de isoflavonas de soja o placebo durante seis meses seguidos de un período de lavado (washout) de un mes antes de cambiar al tratamiento alternativo.

Se realizaron pruebas al finalizar cada período de tratamiento.

Se observó una ventaja con los fitoestrógenos en los 17 puntos de la prueba de rendimiento cognoscitivo y los seis de la evaluación del estado de ánimo.

También se observó una mejoría en la fase con fitoestrógenos en siete de las ocho escalas análogas visuales utilizadas para indicar el estado de ánimo.

Además, 49 pacientes prefirieron fitoestrógenos, mien-