PERLAS

Capacidad limitada de FSH para identificar menopausia

Evalúan la eficacia de las concentraciones de hormona folículoestimulante para distinguir mujeres en diferentes fases reproductivas.

Fuente: Menopause 2006; 13: 171-177.

Evaluar los niveles de hormona folículoestimulante (FSH) de una mujer parece ser una mala guía para su estado menopáusico, sugiere una investigación.

"La edad y el estadio reproductivo son los determinantes más importantes de los niveles de FSH en las mujeres estadounidenses; sin embargo, la FSH por sí misma tiene utilidad limitada para distinguir entre las mujeres en diferentes estadios reproductivos", –dicen Janet Henrich (de la Facultad de Medicina de la Universidad de Yale, en New Haven, Connecticut, EE.UU.) y colaboradores.

Los resultados toman como base un análisis de datos de 576 mujeres entre 35 y 60 años de edad, que tomaron parte en el Sondeo Nacional de Salud y Nutrición en 1999 y 2000.

Henrich y cols. hallaron que los niveles de FSH aumentaban significativamente con el estadio reproductivo, de 7.0 mlU/ml para las mujeres en edad reproductiva a 21.9 mlU/ml y 45.7 mlU/ml en las mujeres menopáusicas y posmenopáusicas, respectivamente. De hecho, la edad y el estadio reproductivo fueron los únicos factores que mostraron una asociación importante con la FSH en el análisis multivariado.

No obstante, las distribuciones de FSH para cada estadio mostraron una importante superposición, –dicen los investigadores. El punto límite entre los estadios reproductivos y la transición menopáusica, en 13 mlU/ml, tuvieron una sensibilidad de 67.4 por ciento y una especificidad de 88.1 por ciento, y el valor correspondiente para el punto límite de FSH de 45 mlU/ml para distinguir entre el estadio menopáusico y el posmenopáusico fueron 73.6 por ciento y 70.6 por ciento.

PERLAS

La menopausia quirúrgica aumenta la sensibilidad a la sal de la PA

Investigan si la falta de hormonas ováricas asociadas con la menopausia quirúrgica aumenta la ocurrencia de sensibilidad a la sal de la presión arterial.

Fuente: Hypertension 2006; 47: 1168-1174.

Las mujeres que tienen una menopausia quirúrgica muestran una elevada sensibilidad de su presión arterial a la sal a los cuatro meses de someterse al procedimiento, informan investigadores.

Dado que la sensibilidad de la presión arterial a la sal se asocia con un elevado riesgo de desarrollar hipertensión (HTN) y que es un factor de riesgo independiente de enfermedad cardiovascular (CVD, del inglés), los investigadores dicen que sus resultados "proporcionan nuevos conocimientos para explicar por qué la incidencia de la HTN y la CVD aumenta en las mujeres posmenopáusicas".

En el estudio se incluyeron a cuarenta mujeres normotensas, sin diabetes sometidas a histerectomía-ooforectomía por procesos no neoplásicos, que no estaban recibiendo HT. Sus respuestas a la carga de sal fueron evaluadas antes y a los cuatro meses después de la cirugía. Se definió como sensibilidad a la sal una disminución de 10 mmHg como mínimo de la presión arterial sistólica.

Ivonne Schulman (de la University of Miami Miller School of Medicine, Florida, EE.UU.) y equipo hallaron que, aunque todas las mujeres continuaron normotensas, muchas de ellas presentaron más sensibilidad a la sal luego de la menopau-

sia quirúrgica que antes del procedimiento (21 mujeres frente a nueve).

Los investigadores sugieren: "La falta de hormonas ováricas podría desenmascarar una población de mujeres propensas a ser sensibles a la sal y que, con el envejecimiento, estarían en mayor riesgo de desarrollar a continuación HTN y CVD".

PERLAS

Mal dormir asociado con aumento de peso

Analizan la asociación entre las horas de sueño por noche y el aumento de peso utilizando datos del estudio Nurse's Health Study.

Fuente: American Thoracic Society; San Diego, California: 19-24 May 2006.

Las mujeres que solo duermen hasta cinco horas por noche aumentan más de peso que las que duermen durante siete o más horas, según han descubierto investigadores.

Tras el estudio de los datos de casi 70.000 mujeres maduras que tomaron parte del estudio Nurse's Health Study, Sanjay Patel (de la Case Western Reserve University, en Cleveland, Ohio, EE.UU.) y colaboradores hallaron que las mujeres que dormían durante cinco horas por noche eran un 15 por ciento más propensas a llegar a ser obesas a lo largo de los 16 años de estudio que las mujeres que dormían siete o más horas por noche.

En promedio, las mujeres que dormían cinco horas cada noche pesaban 5.4 libras más al ingreso que las que dormían siete horas, y aumentaron 1.6 libras más que sus pares en el curso de los siguientes diez años.

"Eso podría no sonar a tanto, pero en una cantidad promedio algunas mujeres aumentaron mucho más, e incluso una pequeña diferencia de peso puede aumentar el riesgo de una persona de tener problemas de salud como diabetes o hipertensión", dijo Patel.

Los investigadores también estudiaron información sobre las dietas de las mujeres y los hábitos de ejercitación, pero no hallaron evidencia de que cualquier factor pudiera explicar por qué dormir poco se asocia con el aumento de peso.

Otras causas posibles son que dormir menos pueda producir cambios en el índice metabólico de una persona y que las mujeres que duermen poco podrían quemar menos energía a través de la termogénesis asociada con la falta de ejercicio.

PERLAS

Una dieta baja en carbohidratos podría no aumentar el recambio óseo

Comparan los marcadores de recambio óseo entre mujeres que consumen una dieta baja en carbohidratos y mujeres sin restricciones dietarias.

Fuente: Osteoporosis International 2006; Advance online publication.

Consumir una dieta baja en carbohidratos casi no afecta el recambio óseo, –sugieren los resultados de un estudio de casos y controles.

"Aunque las pacientes que seguían una dieta baja en carbohidratos sí perdieron mucho más peso que los controles, la dieta no aumentó los marcadores de recambio óseo en comparación con los controles en ningún punto del tiempo", –dicen J. Carter (de la University of South Florida, en Tampa, EE.UU.) y colaboradores.

Las dietas bajas en carbohidratos son ricas en proteínas, grasas saturadas, y ácidos grasos omega-6, y dan lugar a un estado keratogénico, factores que, según los investigadores, podrían