

PERLAS

La transición menopáusica aumenta la disfunción sexual

Examinan la relación entre la dinámica de las hormonas reproductivas y la disfunción sexual en mujeres que se acercan a la menopausia.

Fuente: Obstetrics and Gynecology 2007; 109: 831-840

Expertos han confirmado que las mujeres que ingresan a la menopausia son propensas a sufrir disfunción sexual.

La disfunción sexual se define como una “alteración en los procesos que caracterizan el ciclo de respuesta sexual o por dolor asociado con las relaciones sexuales”, según las pautas del Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales IV.

Clarisa García (de la Facultad de Medicina de la Universidad de Pensilvania, en Filadelfia, EE.UU.) y colaboradores evaluaron cada año a mujeres en el estudio “Penn Ovarian Aging” durante tres años.

A medida que las mujeres se aproximaban a la menopausia, su nivel de disfunción sexual aumentaba. Las mujeres presentaban más comúnmente trastornos de lubricación y problemas de orgasmo y dolor durante la relación sexual.

Las mujeres posmenopáusicas fueron 2,3 veces más propensas a experimentar disfunción que las premenopáusicas.

Las que mostraban signos de disfunción sexual también tuvieron concentraciones séricas menores de sulfato de deshidroepiandrosterona que otras.

También fueron más propensas a no tener compañero sexual, a estar muy ansiosas, y a tener hijos mayores de 18 años de edad que vivían en el hogar.

“La sexualidad es un aspecto importante de la salud que afecta el bienestar general de todos los hombres y mujeres”, dicen los investigadores.

“Este estudio subraya la necesidad de llevar a cabo más estudios longitudinales para comprender mejor la base fisiológica de la disfunción sexual para desarrollar tratamientos efectivos”.

PERLAS

Revelan riesgos emocionales después del diagnóstico de cáncer de mama

Estudian los cambios en el bienestar emocional de las mujeres mayores en los años posteriores al diagnóstico de cáncer de mama.

Fuente: Journal of Clinical Oncology 2007; 25: 1334-1340

Los bienestar emocionales de las supervivientes al cáncer de mama mayores son en general bastante estables en los cinco años después del diagnóstico, sugiere una investigación.

Pero expertos agregan que las pacientes con mala salud física, escaso apoyo emocional o interacciones médicas lo enfrentan peor que otras.

Kerri Clough-Gorr (del Boston University Medical Center, Massachusetts, EE.UU.) y equipo estudiaron el bienestar emocional de 660 mujeres de más de 65 años de edad con diagnóstico de cáncer de mama primario de estadio I a IIIa.

Los investigadores evaluaron la salud emocional general de las pacientes utilizando el Inventario de Salud Mental de cinco preguntas (MHI5), y su salud emocional específica del cáncer mediante la escala de salud emocional específica del cáncer de mama (BCSEH) y la Escala Sumaria Psicosocial del Sistema de Evaluación de Rehabilitación del Cáncer – Formulario Breve (CARES-SF).

Durante los cinco años de seguimiento, la mayoría de las pacientes (el 57%) tuvo un cambio de ± 10 puntos, el 38% tuvo un cambio de menos de ± 10 puntos en BCSEH, y una gran parte (el

52%) tuvo un cambio de menos de ± 10 puntos en la Escala Sumaria Psicosocial del CARES-SF.

Los cambios negativos tanto en la salud emocional general como específica del cáncer de mama fueron más comunes en las mujeres con menos de 12 años de educación.

Las mujeres que pensaban que nunca se curarían tuvieron más cambios negativos en todos los resultados emocionales.

Entre las pacientes con mejor salud física y apoyo emocional social fue menos común que tuvieran mala salud emocional, o en quienes calificaron sus interacciones médicas positivamente.

“Para la mayoría de las supervivientes al cáncer de mama de mayor edad, el bienestar específico del cáncer y la salud emocional general no cambian sustancialmente luego de un diagnóstico de cáncer de mama”, dicen los investigadores.

PERLAS

El ejercicio protege a las mujeres posmenopáusicas contra pérdida de cartílago de rodilla

Examinan la relación entre el ejercicio y defectos de cartílagos en la articulación de la rodilla en mujeres maduras.

Fuente: Menopause 2007; Advance online publication

El ejercicio que aumenta el pulso y el ritmo respiratorio de las mujeres posmenopáusicas durante 20 minutos como mínimo puede protegerlas contra la pérdida de cartílago en la rodilla, sugiere una investigación.

Algunos investigadores han discutido por mucho tiempo si el ejercicio es beneficioso o perjudicial para la salud articular.

Fahad Hanna (Monash University Medical School, Victoria, Australia) y colaboradores dicen que el ejercicio se asocia con un volumen mayor del cartílago de la tibia media pero no un riesgo mayor de defectos del cartílago de la rodilla.

El equipo investigador realizó resonancias magnéticas para evaluar el volumen del cartílago de la tibia y defectos en 176 mujeres de entre 40 y 67 años de edad.

También se solicitó a las mujeres que completaran un cuestionario respecto de cuán a menudo y cuánto tiempo hacían ejercicio habitualmente.

Las mujeres que ejercitaban cada quince días a una intensidad que aumentaba su pulso y ritmo respiratorio durante 20 minutos como mínimo tuvieron un volumen mayor de cartílago en la tibia media que las que ejercitaban con menos frecuencia.

Dicho ejercicio no se asoció con un riesgo mayor de defectos de cartílago en la rodilla.

Los investigadores dicen que, aunque sus hallazgos necesitan ser confirmados, éstos “proporcionan más apoyo al efecto beneficioso del ejercicio regular para las mujeres maduras para prevenir las principales enfermedades del envejecimiento”.