Las mujeres de ambos grupos también refirieron problemas gastrointestinales y músculo-esqueléticos similares a lo largo del período de estudio.

Los investigadores dicen que "no pudieron mostrar mejoría en la función cognitiva y la calidad de vida en general en las mujeres chinas sanas en general y asintomáticas que tomaron suplementos de soja".

Pero sugieren que exponer a las mujeres a distintos componentes de las isoflavonas de soja por un período más largo podría hacer la gran diferencia.

PERLAS

Sociedad médica da a conocer la "mejor práctica" para la atrofia vaginal

Crean un informe detallado con recomendaciones basado en evidencias sobre el rol de la terapia local vaginal de estrógeno para tratar a mujeres posmenopáusicas con atrofia vaginal

Fuente: Menopause 2007; 14: 357-369

MedWire News: expertos de la Sociedad Norteamericana de Menopausia han realizado un "informe detallado de recomendaciones" sobre cómo tratar mejor a las mujeres posmenopáusicas con atrofia vaginal.

"Los síntomas vaginales habitualmente son progresivos y hay pocas probabilidades de que se resuelvan espontáneamente", dijo la investigadora Gloria Bachmann (de la Universidad de Medicina y Odontología de Nueva Jersey, EE.UU.).

"Al dejarla sin tratar, la atrofia vaginal puede dar como resultado en años de molestias, con un significativo impacto en la calidad de vida".

El informe dice que la terapia de estrógeno, utilizada local o sistémicamente, debería ser considerada el estándar terapéutico para la atrofia vaginal moderada a severa.

Los investigadores recomiendan una dosis baja, dado que los ensayos aleatorios y controlados han mostrado que ésta es efectiva para tratar la atrofia y es bien tolerada en las mujeres posmenopáusicas. Así debería continuar en tanto las mujeres continúen sufriendo síntomas angustiantes.

La terapia debería escogerse después de tener en cuenta la experiencia de los médicos y las preferencias personales de las mujeres.

La sociedad agrega que los datos son insignificantes para recomendar una supervisión anual del endometrio en las mujeres asintomáticas que usan estrógeno vaginal.

Bachman concluye: "Una estimación del 10 al 40 por ciento de las mujeres posmenopáusicas tienen síntomas relacionados con la atrofia vaginal, si bien sólo cerca del 25 por ciento de las mujeres sintomáticas buscan asistencia médica".

PERLAS

Tai Chi protege contra la osteoporosis

Evalúan la evidencia del Tai Chi como intervención para reducir las tasas de pérdida ósea en mujeres posmenopáusicas.

Fuente: Archives of Physical Medicine and Rehabilitation 2007; 88: 673-680

MedWire News: el Tai Chi podría ayudar a las mujeres posmenopáusicas a mantener su densidad de masa ósea (DMO) en la lucha contra la osteoporosis, muestra una revisión.