no tomaban antidepresivos y en las que tomaban ATCs solamente después de controlar los potenciales factores de confusión, pero en un 0.82 por ciento en las pacientes que tomaban ISRS.

Las usuarias de ISRS también tuvieron tasas más altas de pérdida ósea en dos sub-regiones de la cadera. Los resultados no se modificaron sustancialmente entre las mujeres que tuvieron puntajes más altos en los síntomas depresivos en una herramienta de detección.

"Una posible explicación para nuestros hallazgos es que el uso de ISRS podría tener un efecto directo y perjudicial en el hueso", sugiere el equipo investigador, teniendo en cuenta que esto se encuentra avalado por investigaciones de laboratorio.

PERLAS

Las isoflavonas más el ejercicio benefician a las mujeres posmenopáusicas

Evalúan si un extracto de soja podría afectar la composición corporal de mujeres posmenopáusicas cuando se lo combina con ejercicio.

Fuente: Menopause 2007; 14: 624-629

MedWire News: combinar ejercicios aeróbicos con extractos de soja diarios puede afectar beneficiosamente la composición corporal de las mujeres posmenopáusicas, sugiere un pequeño ensayo.

Investigadores canadienses de la Universidad de Sherbrooke en Québec designaron al azar a 50 mujeres posmenopáusicas obesas y sanas para que recibieran 70 mg/día de isoflavonas extraídas de la soja o placebo durante un año.

En los últimos seis meses, ambos grupos emprendieron ejercicios tres veces por semana durante los últimos seis meses del estudio.

El grupo con isoflavona más ejercicio experimentó una disminución significativa en el peso corporal luego de 12 meses, de 79 kg en la base a 75 kg, y el índice de masa corporal (IMC) también bajó de 30 a 28 kg/m2, respectivamente.

También hubo una importante disminución en la masa de grasa total y abdominal, la masa apendicular sin grasa, la proporción masa sin grasa-masa grasa, globulina de unión a hormonas sexuales, mientras que ninguno de estos beneficios se observó con el ejercicio solo.

Más análisis revelaron una tendencia a que el ejercicio y las isoflavonas afectaran el IMC, y la masa grasa abdominal absoluta y relativa, informan Mylène Aubertin-Leheudre y colaboradores.

Y concluyen: "Nuestros resultados sugieren fuertemente que 70 mg/día de isoflavonas combinadas con un programa de ejercicios aeróbicos proporcionan mejorías significativas en los parámetros de la composición corporal que se conocen por influir en el riesgo de enfermedad cardiovascular en las mujeres posmenopáusicas.