Perlas

Melatonina eleva HDL en mujeres peri- y posmenopáusicas

Investigan los efectos de la melatonina en el metabolismo de lípidos en mujeres peri- y posmenopáusicas.

Fuente: Journal of Pineal Research 2008; Advance online publication

MedWire News: La melatonina ha mostrado ser promisoria para mejorar el metabolismo de lípidos y prevenir enfermedad cardiovascular en un estudio de mujeres peri- y posmenopáusicas.

"La menopausia se asocia con cambios característicos en el perfil de lípidos", comentan Hiroshi Tamura (de la Facultad de Medicina de la Universidad de Yamaguchi, Ube, Japón) y colaboradores.

"Las concentraciones séricas de colesterol total, colesterol de lipoproteínas de baja densidad (LDL) y triglicéridos aumentan significativamente, y el colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL) disminuye".

Los investigadores estudiaron los efectos de la melatonina en el metabolismo de lípidos en 46 mujeres japonesas de 44 años de edad en promedio.

Así hallaron que los niveles nocturnos de melatonina sérica se correlacionaban negativamente con los niveles en suero de colesterol total y de colesterol LDL, y que había una leve correlación positiva entre los niveles de melatonina y colesterol HDL.

Además, en diez mujeres que habían tomado 1 mg/día de melatonina durante un mes, los niveles de colesterol HDL aumentaron significativamente, de 51.3 mg/dl antes del tratamiento a 66.1 mg/dl a posteriori, sin influir en los niveles de colesterol total.

"La melatonina podría influir en el metabolismo del colesterol ejerciendo su acción a través del aumento de los mecanismos de clearance del colesterol endógeno", sugieren los investigadores.

Y concluyen: "La administración de melatonina podría transformarse en una nueva aplicación médica para mejorar el metabolismo de lípidos y prevenir enfermedad cardiovascular en las mujeres peri- y posmenopáusicas".

Perlas

Comprendiendo la decisión femenina de tomar CAM en la menopausia

Investigadores exploran las razones subyacentes a las elecciones de las mujeres de utilizar medicina complementaria y alternativa para la menopausia.

Fuente: Journal of General Internal Medicine 2008; Advance online publication

MedWire News: Investigadores han hallado que las decisiones de las mujeres de usar medicina complementaria y alternativa (CAM, su acrónimo inglés) durante la menopausia están determinadas en mayor parte por sus puntos de vista sobre la menopausia y la salud general.

Laura Hill-Sakurai (de la Universidad de California, San Francisco, EE.UU.) y colaboradores identificaron cuatro temas en torno a la decisión de utilizar CAM a partir de entrevistas semi-estructuradas llevadas a cabo con 44 mujeres menopáusicas de 45 a 60 años de edad.

El primero fue valorar la CAM como "natural", ya sea respecto de ser más suave que los medicamentos o de desear una respuesta natural a una transición natural.

El segundo fue ver la menopausia como una etapa natural de la vida más que una entidad médica, lo que da lugar a que las mujeres esco-

jan CAM para mejorar la salud general en lugar de tomar medicación.

En tercer lugar, muchas usuarias de CAM se vieron influenciadas por las experiencias personales de su familia, amigas y compañeras de trabajo, o habían utilizado múltiples fuentes de información para saber acerca de la menopausia y escogieron el tratamiento sobre la base de la información que podría ser menospreciada por los médicos.

Finalmente, muchas mujeres escogieron CAM debido a respuestas a temas de salud ya modeladas que habían desarrollado mucho antes de la menopausia.

"Esta investigación sugiere que compartir la toma de decisiones requiere que los médicos investiguen la comprensión que tienen las pacientes acerca de la menopausia y la CAM", dice el equipo investigador.

"Los temas que surgieron en esta investigación podrían ser una excelente plataforma para discusiones más amplias de las necesidades y los deseos de las mujeres frente a los síntomas menopáusicos".

Perlas

Caminar lentamente aumenta el riesgo de ictus posmenopáusico

Examinan la contribución de la velocidad a la que se camina al riesgo de accidente isquémico transitorio entre mujeres posmenopáusicas.

Fuente: Stroke 2008; Advance online publication

MedWire News: Entre las mujeres posmenopáusicas, caminar a paso lento es un factor de predicción de riesgo elevado de accidente isquémico transitorio, independientemente de otros factores de riesgo, concluyen investigadores estadounidenses.

Aileen McGinn, del Albert Einstein College of Medicine en Nueva York, y colaboradores estudiaron a 13.408 mujeres posmenopáusicas con una edad promedio de 65 años que participaron en el estudio Women's Health Initiative, todas las cuales no habían padecido ictus en la base.

Durante el seguimiento, hubo 254 accidentes transitorios. Las mujeres con la velocidad de paso más veloz eran mucho más jóvenes, mayormente blancas, más altas, informaban gozar de mejor salud, y tenían un índice de masa corporal (IMC) y una proporción cintura/cadera más bajos que las demás mujeres. Las que caminaban más rápidamente también eran menos propensas a tener hipertensión, ser fumadoras al presente, hallarse en tratamiento por diabetes o colesterol alto, o tener antecedentes de artritis o enfermedad coronaria.

El análisis multivariado, el que tomó en cuenta los factores de riesgo conocidos de ictus, mostró que las mujeres en el tercio de caminar más lentamente (menos de 1.06 metros/segundos) tuvieron un aumento significativo del riesgo de accidente isquémico transitorio en comparación con las que caminaban a mayor velocidad (más de 1.24 metros/segundo), con un coeficiente de riesgo de 1.69.

El equipo investigador dice: "Caminar lentamente resultó ser un fuerte factor de predicción de riesgo elevado de accidente isquémico transitorio entre las mujeres posmenopáusicas en este estudio".