

- Nivel I: Ensayo propiamente randomizado y controlado.
- Nivel II-1: Bien diseñado, y controlado pero sin randomización.
- Nivel II-2: Estudio de corte analítico de cohorte o casos-controles, preferiblemente realizado por más de un centro o grupo de investigación.
- Nivel II-3: Series múltiples con o sin intervención (p. ej., estudios *cross sectional* e investigaciones sin controles); experimentos no controlados con resultados dramáticos también se incluyen en este tipo de evidencia.
- Nivel III: Opiniones de autoridades respetables, basadas en experiencia clínica, estudios descriptivos y reporte de casos. Reporte del comité experto.

Edad de la menopausia en fumadoras y no fumadoras

Habits in relation to reproductive events among Japanese women: Findings of the Japanese Nurses' Health Study. Prev Med. Aug 9, 2013. [Epub ahead of print]

MIYAZAKI Y, HAYASHI K, MIZUNUMA H, ET AL. SMOKING

Nivel de evidencia: II-3

Resumen. Este análisis de datos del estudio Japanese Nurses' Health Study confirma estudios previos y metanálisis publicados en *Menopause* en el 2012 concluyendo que el cigarrillo está asociado con menopausia más temprana. En este estudio, no solamente fue corriente fumar antes de la menopausia asociada con menopausia temprana, sino que también se asoció en una manera dosis dependiente. En las exfumadoras, sin embargo, una historia de fumar antes de la menopausia no fue asociada significativamente con el inicio de la menopausia.

Comentario. El estudio de Salud de Enfermeras japonesas es una investigación de cohorte de 49.914 enfermeras de Japón de 25 años y mayores.¹ Se comenzó en 2001 con un estudio de referencia, seguido mediante cuestionarios bienales. Miyazaki y colegas añaden al creciente cuerpo de literatura lo que sugiere que el consumo corriente de cigarrillo es un factor de riesgo antes de la menopausia.^{2,3} Un meta-análisis de 2012 realizado por Sun y sus colegas sugieren que las fumadoras experimentan un período menstrual aproximadamente 13 meses antes de lo que ocurre con las no fumadoras.⁴

El gran tamaño de la población en el estudio de Miyazaki permitió el análisis dosis-respues-

ta, señalando que las más fumadoras tienen más probabilidades de experimentar una menopausia temprana que las que fuman menos cigarrillos por día.

Las que habían dejado de fumar y lo hicieron completamente no tienen una menopausia más temprana.

No está claro por qué fumar podría tener este efecto sobre la menopausia. Hay numerosas teorías, más allá del alcance de este análisis, pero la mayoría sugieren mecanismos que culminan en la pérdida de los folículos ováricos, un proceso que previamente se pensaba que es irreversible. El estudio de Miyazaki, lo que sugiere es que las ex fumadoras no tienen una menopausia más temprana; pone en duda la idea de que este es un proceso irreversible.

Estos datos sugieren una importante oportunidad de salud pública: Por promover el abandono del tabaquismo, la menopausia puede ser pospuesta, haciendo con ello una diferencia en los problemas de salud que enfrentan las pacientes con menopausia temprana, incluyendo la enfermedad cardiovascular y la osteoporosis. Incluso reducir el número de cigarrillos por día parece ser un beneficio.

Por último, Miyazaki examinó la tasa de cesación de fumar entre las participantes emba-

razadas. Él encontró que el 61.9% de las fumadoras actuales dejan de fumar durante el embarazo. Afirma que esto es más probablemente producido «porque las mujeres son conscientes de y se preocupan por los efectos del tabaco en el feto y la maternidad». Se sugiere que tal vez esta alta tasa de abandono también puede ser debido a su contacto con un proveedor médico que analizó los riesgos con las participantes y las animó a dejar de fumar. Tal vez podríamos tener un éxito similar con nuestras mujeres perimenopáusicas y posmenopáusicas.

Cynthia B. Evans, MD, FACOG, NCMP
Associate Professor-Clinical
Department of Obstetrics and Gynecology
Ohio State University College of Medicine
Columbus, OH.

Referencias

1. Hayashi K, Mizunuma H, Fujita T, et al. Design of the Japan Nurses' Health Study: a prospective occupational cohort study of women's health in Japan. *Ind Health* 2007;45(5):679-686.
2. Parente RC, Faerstein E, Celeste RA, Werneck GL. The relationship between smoking and age at the menopause: a systematic review. *Maturitas* 2008;61(4):287-298.
3. Hayatbakhsh MR, Clavarino A, Williams GM, Sina M, Najman JM. Cigarette smoking and age of menopause: a large prospective study. *Maturitas* 2012;72(4):346-352.
4. Sun L, Tan L, Yang F, et al. Meta-analysis suggests that smoking is associated with an increased risk of early natural menopause. *Menopause* 2012;19(2):126-132.