Consumo de frutas y verduras y el riesgo de osteoporosis posmenopáusica: un metanálisis de estudios observacionales

Fruit and vegetable consumption and the risk of postmenopausal osteoporosis: a meta-analysis of observational studies

Food Funct. 2018 May 10. doi: 10.1039/c8fo00205c. [Epub ahead of print]

Hu D, Cheng L, Jiang W.

La asociación del consumo de frutas y verduras (FV) y el riesgo de osteoporosis posmenopáusica (PMOP) ha sido un tema controvertido. Por lo tanto, llevamos a cabo un metanálisis para evaluar la asociación del consumo de FV y el riesgo de PMOP. PubMed, Web of Science y Wan Fang se buscaron artículos relevantes publicados hasta marzo de 2018. Para evaluar la asociación de la ingesta de VFC y el riesgo de PMOP, se calcularon odds ratio (OR) combinados e intervalos de confianza (IC) del 95% con el modelo de efectos aleatorios. Dieciocho estudios con 12 643 participantes se incluyeron en este metanálisis. Al comparar el más alto con el consumo más bajo, el OR agrupado de PMOP fue de 0,68 (IC 95%, 0,56-0,83; I2 = 57,3%; REM) para la fruta y 0,87 (IC del 95%, 0,65-1,16; I2 = 68,9%; REM) para verduras. Para la ingesta de fruta y el riesgo de PMOP, el análisis de subgrupos mostró una asociación significativa en los estudios de casos y controles (OR, 0,52; IC del 95%, 0,35-0,77; I2 = 3,1%; FEM) y estudios transversales (OR, 0,73; IC del 95%, 0,59-0,89; I2 = 61,1%; REM). Para la ingesta de verduras y el riesgo de PMOP, el análisis de subgrupos mostró una asociación significativa en los estudios de casos y controles (OR, 0,62; IC del 95%, 0,42-0,90; I2 = 0,0%; FEM), pero no en estudios transversales (OR, 0,95; IC del 95%, 0,69-1,29; I2 = 68,9%; REM). Este metanálisis indica que la ingesta de fruta podría ser beneficiosa para la prevención de la osteoporosis en mujeres posmenopáusicas. Los hallazgos deben confirmarse mediante nuevas investigaciones.

Salud vaginal: ideas, puntos de vista y actitudes (VIVA-LATAM): resultados de una encuesta en América Latina.

Vaginal Health: Insights, Views & Attitudes (VIVA-LATAM): results from a survey in Latin America.

Climacteric. 2018 May 9:1-7. doi: 10.1080/13697137.2018.1461826. [Epub ahead of print]

Nappi RE, de Melo NR, Martino M, Celis-González C, Villaseca P, Röhrich S, Palacios S.

Objetivo

Para investigar la conciencia en América Latina, se evaluó el conocimiento de la atrofia vaginal posmenopáusica en una muestra de mujeres de esta región.

Material y métodos

Un total de 2509 mujeres posmenopáusicas de entre 55 y 65 años, residentes en Argentina, Brasil, Chile, Colombia y México, completaron un cuestionario estructurado en línea.

Resultados

Más de la mitad de la población encuestada (57%) reportó experimentar síntomas de atrofia vaginal. Solo el 6% de la cohorte general atribuyó los síntomas de la atrofia vaginal directamente a la afección, y el 71% no consideró que la afección fuera crónica, lo que provocó que muchas mujeres no accedieran a un tratamiento eficaz. La mitad de las mujeres (49%) afectadas por atrofia vaginal habían usado geles y cremas lubricantes; El 36% había usado alguna forma de tratamiento hormonal local. Para comprender los síntomas y / o las opciones de tratamiento para el malestar vaginal, la mayoría de los participantes en la encuesta (92%) estaban dispuestos a buscar asesoramiento de profesionales de la salud; la mayoría (61%) sintió / se sentiría cómoda hablando con su médico al respecto.

Conclusiones

Muchas mujeres en América Latina carecen de conocimiento de la atrofia vaginal posmenopáusica, no aprecian la naturaleza crónica de la enfermedad y pueden beneficiarse del diálogo iniciado por profesionales de la salud para facilitar una mayor comprensión y una mayor conciencia de la disponibilidad de un tratamiento efectivo.