La soya mejora la presión arterial y los niveles de lípidos pero no tiene efecto sobre la función vascular

Dietary soy has both beneficial and potentially adverse cardiovascular effects: a placebo-controlled study in men and postmenopausal women. J Clin Endocrinol Metab 2001 (July); 86: 3053-60

TEEDE HJ, DALAIS FS, KOTSOPOULOS D, et al.

Según este estudio aleatorizado, doble-ciego, en mujeres normotensas postmenopáusicas, la soya mejora la presión arterial y los lípidos, pero no mejora la función vascular ni la lipoproteína (a). Un total de 213 hombres y mujeres (105 postmenopáusicas) recibieron un aislado de proteína de soya (40 gm de soya con 118 mg de isoflavonas) o un placebo de caseína, durante tres meses. Se hicieron determinaciones de presión arterial, lípidos, función vascular (elasticidad arterial sistémica y velocidad de la onda del pulso) y función endotelial (vasodilatación mediada por el flujo). Comparado con el grupo placebo, quienes recibieron soya tenían una disminución marcada en la presión arterial sistólica, diastólica y media. El análisis de los lípidos mostró una reducción significativa en la relación de lipoproteínas baja/alta densidad, en los niveles de triglicéridos y un aumento en la lipoproteína (a). No se observó ningún efecto del tratamiento sobre los niveles totales de lipoproteínas totales, de baja o de alta densidad, aunque se observaron algunas mejorías. La función arterial, en general, mejoró en ambos grupos, pese a que no se observó diferencia alguna entre los grupos.

Comentario. En este estudio, se examinan sustitutos para la enfermedad cardíaca, como un extracto estandarizado de proteína de soya (40 gramos de soya y 118 mg de isoflavonas) en hombres normotensos y mujeres postmenopáusicas. Los resultados mostraron mejoría en la proporción de lipoproteínas, presión arterial y triglicéridos pero no en el mejoramiento global de la función vascular. Se encontraron efectos adversos potenciales, con una merma en la función endotelial (sólo en los hombres) y un aumento en lipoproteína (a). Se necesitan más estudios en poblaciones hipertensas e hiperlipidémicas. El asunto de los beneficios definitivos de la soya sobre la disminución de la enfermedad cardíaca coronaria, aún necesita mayor investigación.

Joann V. Pinkerton, MD.
Profesora Asociada de Obstetricia y Ginecología
Directora, Centro de la Vida Media
Sistema de Salud Universidad de Virginia
Charlottesville, VA, EEUU