

PERLAS

Pérdida prolongada del sueño aumenta riesgo de enfermedad cardiovascular posmenopáusica

Examinan los efectos de la restricción del sueño en los parámetros sanguíneos conocidos por asociarse con el riesgo cardiovascular en mujeres sanas posmenopáusicas.

Fuente: Maturitas 2007; 56: 212-215

La pérdida continua de sueño podría causar elevado colesterol en las mujeres posmenopáusicas, enfrentándolas a un riesgo elevado de enfermedad cardiovascular (CVD), según han hallado investigadores belgas.

Dado que se sabe que las mujeres son particularmente vulnerables a la CVD durante y después de la menopausia, Myriam Kerkhofs, de la Universidad Abierta de Bruselas, y equipo registraron a 10 mujeres sanas, de entre 55 y 65 años de edad, en un estudio para evaluar los efectos de la restricción del sueño en la salud CV. Todas las mujeres estaban recibiendo TH al momento del estudio.

Las participantes fueron limitadas a cuatro horas de sueño por noche durante tres noches consecutivas, seguidas de un período de recuperación de ocho horas de sueño.

Los niveles de colesterol de cada participante fueron medidos antes y después de la privación de sueño.

Los investigadores hallaron que los niveles promedio de colesterol total entre las mujeres aumentaron de 203 mg/dl al inicio del estudio a 214 mg/dl luego de tres noches de sueño restringido.

De modo similar, los niveles promedio de colesterol de lipoproteínas de baja densidad aumentaron de 115 mg/dl a 126 mg/dl.

“La restricción del sueño a cuatro horas durante tres noches consecutivas afectó a dos factores asociados con el riesgo cardiovascular en las mujeres posmenopáusicas sanas”, resumen los investigadores.

Y concluyen que el estrés causado por la restricción del sueño podría ser responsable del aumento de los niveles de colesterol observados entre las mujeres en su estudio.

PERLAS

Uso diario de ISRS asociado con riesgo de fractura osteoporótica

Examinan el efecto del uso diario de un inhibidor selectivo de la recaptación de serotonina en el riesgo de fracturas osteoporóticas.

Fuente: Archives of Internal Medicine 2007; 167: 188-194

El uso diario de antidepresivos inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS) podría duplicar el riesgo de fractura en los adultos mayores, informan investigadores.

J Brent Richards, de la McGill University, Montreal, Québec, en Canadá y colaboradores examinaron el efecto del uso diario de ISRS en el riesgo de fracturas en 5008 adultos (3576 mujeres) de 50 años de edad y más, quienes fueron controladas a lo largo de un período de cinco años.

En total, 137 adultos se hallaban tomando ISRS a diario al comienzo del estudio. Fue más probable que los usuarios diarios de ISRS fueran mujeres, que hubieran sufrido caídas previas, y que tuvieran una densidad mineral ósea (DMO) más baja en cadera total, que los no usuarios.

Luego de controlar la edad, la DMO de cadera total, y el uso acumulativo de estrógeno en las mujeres, entre otras potenciales covariables, el uso diario de ISRS aumentó el riesgo de fractura por fragilidad 2.1 veces.