

PERLAS

Proteína de soja podría reducir recambio óseo posmenopáusico

Evalúan el impacto de la soja y el ejercicio en los huesos de mujeres posmenopáusicas.

Fuente: Menopause 2007; 14: 481-488

MedWire News: suplementar la dieta de las mujeres posmenopáusicas con proteína de soja puede afectar favorablemente el recambio óseo pero no tiene impacto en la densidad mineral ósea (DMO), con el ejercicio moderado sin afectar ningún parámetro, indican los hallazgos de un ensayo.

Ellen Evans (de la Universidad de Illinois, Urbana, EE.UU.) y colaboradores designaron al azar a 61 mujeres posmenopáusicas para ingerir diariamente bebidas con un aislado de 25.6 g de proteína de soja o láctea, con unidades de isoflavonas con 91.2 mg de aglicona o nada, respectivamente.

Las participantes fueron designadas al azar para concurrir a entrenamiento de resistencia supervisado tres días por semana o ningún ejercicio. Entre las 43 mujeres que completaron el estudio de nueve meses, las reducciones en los marcadores de resorción ósea telopeptidos séricos C-terminal de enlace cruzado con el colágeno I fueron mayores en el grupo con soja que en el de leche, en un 13.3 por ciento frente a un 1.5 por ciento.

La formación ósea, según lo evaluado por la fosfatasa alcalina sérica específicamente ósea, también se redujo más en el grupo con soja que en el grupo con leche, con una reducción del 4.7 por ciento frente a un aumento del 6.5 por ciento.

Los investigadores comentan que el ejercicio limitó la resorción ósea pero que no tuvo impacto en la formación ósea, y que ninguna intervención afectó la DMO.

Y agregan: "No hubo ningún efecto aditivo o de sinergia evidente de los tratamientos con soja y ejercicio en los marcadores de recambio óseo en la DMO".

PERLAS

Anillo vaginal con baja dosis de estradiol beneficia la DMO

Determinan si el estradiol liberado por un anillo vaginal puede beneficiar la densidad mineral ósea de las mujeres ancianas.

Fuente: Maturitas 2007; Advance online publication

MedWire News. Las bajas dosis de estradiol vaginal pueden beneficiar la densidad mineral ósea (DMO) de las mujeres ancianas, indica un ensayo abierto.

Investigadores suecos del Instituto Karolinska de Estocolmo designaron al azar a 115 mujeres, con una edad promedio de 73.8 años, para que recibieran 7.5 µg de estradiol vaginal por día administrado continuamente a través de un anillo vaginal blando de silicona cada tres meses, o ningún anillo.

Todas las participantes recibieron un suplemento diario con 5.000 mg de calcio y 400 UI de vitamina D3.

El análisis de intención de tratar reveló que la DMO de cadera total aumentó significativamente en un 0,6 por ciento a los dos años entre las mujeres que recibieron estradiol pero disminuyó en las que recibieron el tratamiento control en un 0.7 por ciento.

La DMO de columna lumbar aumentó más en el grupo con estradiol que en el control, en 2.6 por ciento y 2.2 por ciento, respectivamente.

En todas las mujeres, los marcadores de recambio óseo y los niveles séricos de hormona paratiroidea disminuyeron mientras que los niveles de 25-hidroxivitamina D aumentaron, lo que podría deberse a los suplementos.

Sin embargo, Helena Salminen y equipo comentan que el marcador de resorción ósea C-terminal telopeptidos disminuyó más en el grupo de tratamiento que en el grupo de control.

En general, los investigadores concluyen: "Nuestro estudio muestra un efecto positivo en la DMO de cadera total y columna lumbar durante el tratamiento con 7,5 µg de estradiol transvaginal".