Categoría: Publicaciones destacadas
Publicado: Lunes, 13 Abril 2026 12:00
Escrito por: Sofia
Visitas: 1656

Cómo los cambios en la composición corporal impactan en la pérdida ósea en mujeres luego de 1-4 años de su última menstruación.

Asociaciones entre la composición corporal y la pérdida ósea en mujeres durante la posmenopausia temprana

Associations between body composition and bone loss in early postmenopausal women

Mattias Lorentzon y col. Journal of Bone and Mineral Research. 2025.

Disculpe, su navegador no soporta audio.
Descargar podcast: ¿Es posible tomAsociaciones entre la composición corporal y la pérdida ósea en mujeres durante la posmenopausia temprana

Puntos de interés: Este estudio investigó, mediante densitometría y tomografía computada de alta resolución, la implicancia que los cambios en la composición corporal (masa grasa y magra) tuvieron sobre la pérdida ósea de mujeres durante la posmenopausia temprana.

Resumen:

- ***El período posmenopáusico temprano se caracteriza por una rápida pérdida ósea, acompañada de una disminución de la masa magra y aumento de la masa grasa***, resaltando la importancia de comprender cómo estos cambios influyen en la salud ósea.
- Este estudio tuvo como objetivo evaluar las asociaciones transversales y longitudinales entre la composición corporal y las características óseas en mujeres posmenopáusicas tempranas utilizando modelos lineales mixtos para medidas repetidas.
- Un total de 223 mujeres suecas, de entre 50 y 60 años, con entre 1 y 4 años de posmenopausia, fueron seguidas durante 2 años como parte del ensayo clínico ELBOW II.
- La composición corporal (peso corporal, masa magra apendicular [MMA] y masa grasa [MG]) se evaluó mediante DXA.
- Los resultados óseos incluyeron: Densidad mineral ósea areal (DMO) de la cadera total, cuello femoral y columna lumbar (DXA, Lunar), así como la microarquitectura ósea de la tibia y la densidad mineral ósea volumétrica (vBMD), medidas mediante HR-

Phoca PDF

pQCT.

- ***Los valores basales más altos en peso corporal, índice de masa corporal (IMC), masa grasa y MMA se asociaron significativamente con una mayor área cortical, vBMD cortical y vBMD total.***
- Los mayores valores basales de peso, el IMC y la masa grasa, pero no la MMA, se asociaron positivamente con la DMO de la cadera total.
- En la evaluación longitudinal, los aumentos en la MMA se asociaron significativamente con cambios favorables en la DMO de cadera total y columna lumbar, la vBMD, la fracción de volumen óseo trabecular y el área cortical.
- Los cambios en el peso corporal y el IMC se asociaron con múltiples resultados óseos, mientras que el cambio de masa grasa se relacionó únicamente con el área cortical.
- En las comparaciones exploratorias de grupos, las mujeres con baja masa grasa basal (28,14%) y mayor pérdida de MMA (□□%ALM: 2,87kg) experimentaron reducciones 2,4 y 5,2 veces mayores en la DMO de la cadera total y vBMD total de la tibia, respectivamente, en comparación con aquellos con alta masa grasa y MMA mantenida.
- Estos hallazgos subrayan la importancia de mantener o aumentar la masa magra y preservar el peso corporal total para mitigar la pérdida ósea y reducir la fragilidad esquelética en la edad postmenopausia temprana.

Puntos a destacar:

- El estudio ELBOW II fue un ensayo de 2 años de duración, doble ciego, randomizado, controlado con placebo, realizado en un único centro al sur de Suecia. Su objetivo fue evaluar si la suplementación diaria con Lactobacillus reuteri ATCC PTA 6475 lograba reducir la pérdida ósea de la postmenopausia. Los resultados mostraron que la suplementación con este probiótico no tuvo efecto en la pérdida ósea ni en el recambio óseo.
- La cohorte consistió en 239 mujeres que habían dejado de menstruar dentro de los últimos 1 a 4 años y tenían niveles de 25 hidroxi vitamina D ≥25 nmol/L.
- **Se excluyó a pacientes con: T score < -2.5 DS en la DMO combinado con una probabilidad de fractura mayor a 10 años de 20% o más según el FRAX; pacientes con osteoporosis severa** (definida por T score < -3 en columna lumbar, cadera total o cuello femoral y/o fractura vertebral diagnosticada usando imágenes laterales de la columna con DXA)**; uso previo de terapia antiresortiva** (incluyendo estrógenos sistémicos, bifosfonatos, ranelato de estroncio o denosumab) **y pacientes que recibieron glucocorticoides.**
- Las mujeres completaron cuestionarios sobre hábitos de vida

Phoca PDF

(historia médica, fármacos, tabaquismo) y se realizaron evaluaciones de composición corporal, densitometría areal y microarquitectura ósea en los tiempos basal, al año y 2 años.

- La mediana de edad al inicio del estudio fue de 55 años, el tiempo promedio de menopausia fue de 2,2 ± 0,1 años y el IMC medio de 24,2 kg/m2..
- La fortaleza de este estudio consistió en contar con distintas metodologías para evaluar las características óseas (DXA y HRpQCT). Su principal limitación fue la falta de homogeneidad de la población de estudio y el corto período de seguimiento.

Copyright 2026. Endoweb.net

Phoca PDF