

# A menor peso corporal de la mujer, mayor riesgo de menopausia precoz

---

Publicado el: 09-04-2018

Las mujeres que experimentan una menopausia temprana o 'precoz', esto es, cuya interrupción definitiva de la menstruación tiene lugar antes de cumplir los 45 años, presentan un mayor riesgo de desarrollo de distintas enfermedades, caso sobre todo de las cardiovasculares. Y es que esta etapa natural en la vida de toda mujer se caracteriza, sobre todo, por un descenso en la producción de estrógenos, hormonas que ejercen un efecto protector sobre la salud cardiovascular al aumentar la flexibilidad de las venas y las arterias y regular los niveles de colesterol.

Pero, exactamente, ¿por qué algunas mujeres llegan a la menopausia a una edad más temprana que las demás? Pues la verdad es que no se sabe. O así ha sido hasta ahora. Y es que como muestran los resultados de un nuevo estudio llevado a cabo por investigadores de la Universidad de Massachusetts Amherst en Amherst (EE.UU.), parece que la probabilidad de tener una menopausia temprana se encuentra condicionada por el peso corporal de la mujer a lo largo de su vida.

Como explica Kathleen Szegda, directora de esta investigación publicada en la revista «Human Reproduction», «más de un 10% de las mujeres experimentan una menopausia temprana y, por tanto, presentan un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares y de otros problemas de salud como el deterioro cognitivo y la osteoporosis. Por tanto, nuestros hallazgos, que sugieren que las mujeres con un peso inferior al normal en los primeros años de la etapa adulta presentan un mayor riesgo de menopausia precoz, tienen importantes implicaciones tanto para las mujeres como para los profesionales. Y es que las mujeres con un bajo peso deberían consultar las potenciales implicaciones de nuestros resultados con sus médicos».

## Cuestión de peso

Para llevar a cabo la investigación, los autores siguieron la evolución de 78.759 mujeres que, en 1989, año en el que contaban con una edad entre los 25 y los 42 años, fueron reclutadas en el Estudio de Salud de las Enfermeras II –uno de los pocos estudios prospectivos, y el más grande de este tipo, que han evaluado el estado de salud de las mujeres desde su tercera década de edad y hasta alcanzar la menopausia.

Los autores evaluaron los datos referidos a los estilos de vida –caso de la práctica de ejercicio, la dieta y el hábito tabáquico– aportados cada dos años por las participantes, así como la evolución de su índice de masa corporal (IMC) durante su adolescencia y su etapa adulta. Y llegado 2011, año en el que 2.804 de las mujeres habían alcanzado la menopausia de forma natural –es decir, no por haberse sometido a una intervención quirúrgica, caso de una histerectomía–, concluyeron el seguimiento.

Los resultados mostraron que, comparadas frente a aquellas con un peso adecuado –IMC entre 18,5 kg/m<sup>2</sup> y 22,4 kg/m<sup>2</sup>–, las mujeres que en algún momento de sus vidas tuvieron un IMC inferior a 18,5 kg/m<sup>2</sup> presentaron un riesgo hasta un 30% mayor de experimentar una menopausia temprana. Un incremento del riesgo que, por su parte, se estableció en un 50% en el

caso de las mujeres cuyo IMC fue inferior a 17,5 kg/m<sup>2</sup> a la edad de 18 años y en hasta un 59% en las participantes con un IMC menor de 18,5 kg/m<sup>2</sup> al cumplir los 35.

Es más; como apuntan los autores, «las mujeres con bajo peso que experimentaron cambios cíclicos acusados en su peso, definido como una pérdida de peso corporal de 9 kilogramos al menos en tres ocasiones entre los 18 y los 30 años, tuvieron una probabilidad 2,4 veces mayor de menopausia temprana. Sin embargo, es cierto que este riesgo se ha estimado a partir de los datos de un reducido número de participantes, por lo que si bien es un resultado estadísticamente significativo, debe tomarse con precaución».

### **Exceso protector**

Y llegados a este punto, ¿qué sucedió con aquellas mujeres con exceso de peso? Pues según los resultados, las mujeres con sobrepeso, esto es, con un IMC entre los 25 kg/m<sup>2</sup> y los 29,9 kg/m<sup>2</sup>, presentaron un riesgo hasta un 21-30% menor de padecer una menopausia temprana que aquellas con un peso normal. Es decir, parece que el peso es un factor que juega un papel muy importante a la hora de determinar el momento de la interrupción definitiva de la menstruación de una forma natural.

Como concluye Kathleen Szegda, «si bien aún no conocemos demasiado bien las causas de la menopausia temprana, nuestros hallazgos sugieren que el bajo peso puede tener un impacto sobre el momento de la presentación de la menopausia. Necesitamos más estudios para entender cómo este bajo peso aumenta la probabilidad de menopausia precoz».

**Fuente:** <https://netsaluti.com>