

Menopausia tardía: corazón sano y menor riesgo de enfermedades cardiovasculares

Un estudio de la Universidad de Colorado en Boulder (EE UU) reveló que las mujeres que experimentan la menopausia después de los 55 años tienen vasos sanguíneos más saludables, así como un menor riesgo de [enfermedades cardíacas](#) en comparación con aquellas que la tienen antes.

Publicada en *Circulation Research*, la investigación aporta nuevos conocimientos sobre los beneficios de la menopausia tardía y su potencial para prevenir ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares en la edad adulta.

Estos hallazgos, según señaló *Europa Press*, **podrían abrir la puerta al desarrollo de terapias innovadoras para proteger la salud cardiovascular de las mujeres.**

Si bien ellas tienen menos probabilidades de morir de un ataque cardíaco o un derrame cerebral que los hombres durante la mayor parte de su vida, **su riesgo aumenta y supera al masculino después de la menopausia.** Al respecto, el estudio de Colorado destaca una excepción a esta tendencia.

Menopausia tardía, a fondo

Para llevar a cabo la investigación, expertos evaluaron la salud vascular de 92 mujeres en diferentes etapas reproductivas.

Se midió la dilatación mediada por flujo de la arteria braquial, un indicador de cómo se dilatan los vasos sanguíneos ante un mayor flujo sanguíneo, así como la salud de las mitocondrias y las moléculas presentes en el torrente sanguíneo.

Los resultados revelaron que la función vascular era solo un 24% peor en el grupo de menopausia tardía en comparación con el grupo premenopáusico, mientras que en el grupo de menopausia temprana esta diferencia alcanzaba el 51%.

Estas diferencias se mantuvieron incluso cinco años después de la menopausia, con una función vascular un 44% mejor en el grupo de menopausia tardía en comparación con el grupo de menopausia temprana.

Además, determinó que la salud vascular preservada en el grupo

que comenzó el tratamiento más tarde se relacionó con un mejor funcionamiento de las mitocondrias, que produjeron menos radicales libres.

La sangre circulante de los dos grupos también se veía diferente, pues en el grupo que comenzó el tratamiento más tarde mostró niveles «más favorables» de 15 metabolitos diferentes relacionados con lípidos o grasas en la sangre.

Resultados obtenidos

«Nuestros datos sugieren que las mujeres que completan la menopausia a una edad más avanzada tienen una especie de protección natural inherente contra la disfunción vascular que puede provenir del estrés oxidativo con el tiempo», concluyó el [autor principal del estudio](#), Matthew Rossman.

Estudios anteriores ya mostraron que las mujeres que llegan a la menopausia a los 55 años o más tienen hasta un **20% menos de probabilidades de desarrollar enfermedades cardíacas que aquellas que dejan de menstruar a la edad habitual de 45 a 54 años.**

Pese a los hallazgos, los científicos señalaron que se necesita más investigación para determinar exactamente qué impulsa esa protección. Aunque sospechan que una mejor función mitocondrial y ciertos lípidos que circulan en la sangre pueden guardar cierta relación.

Con información de El Nacional