



2022-2023

Fred Hutchinson Cancer Center
1100 Fairview Avenue N, M3-A410
PO Box 19024
Seattle, WA 98109

Change Service Requested

NONPROFIT ORG.
U.S. POSTAGE
PAID
SEATTLE, WA
PERMIT NO. 1147



ESTUDIO DE EXTENSIÓN

LA MUJER Y SU SALUD

UNA PUBLICACIÓN DE LA MUJER Y SU SALUD | 2022-2023

Información del centro

Manténgase en contacto } Llame a su Centro Regional si cambia su dirección o su número telefónico.

Para ubicar su Centro Regional, busque el nombre de su centro clínico de La Mujer y Su Salud en la lista siguiente. El Centro Regional y el número de teléfono de cada centro se muestran en la columna de la derecha.

CENTROS REGIONALES OCCIDENTALES

Kaiser Permanente/Bay Area Clinic, Oakland, CA
South Bay WHI Program, Torrance, CA
Stanford University/San Jose Clinical Center, Palo Alto, CA
UCLA David Geffen School of Medicine, Los Angeles, CA
University of California, Davis, CA
WHI-UC Irvine Clinical Center, Orange, CA
Center for Health Research, Portland, OR
University of Arizona, Phoenix, AZ
University of Arizona, Tucson, AZ
University of Hawaii, John A. Burns School of Medicine, Honolulu, HI
University of Nevada, Reno, NV

Stanford University
(888) 729-8442

UC San Diego Clinical Center, Seattle, WA
Seattle Clinical Center, Seattle, WA
University of Alabama, Birmingham, AL
Emory University, Decatur, GA
University of Florida Clinical Center, Gainesville, FL
University of Florida Clinical Center, Jacksonville, FL
University of Miami School of Medicine, Miami, FL

**Fred Hutchinson
Cancer Center**
(800) 514-0325

CENTROS REGIONALES DEL SURESTE

UNC Women's Health Initiative, Chapel Hill and Durham, NC
Women's Health Initiative of the Triad, Greensboro, NC
Women's Health Initiative, Winston-Salem, NC
University of Tennessee, Germantown, TN
University of Tennessee – Medical Center, Memphis, TN
Baylor College of Medicine, Houston, TX
University of Texas Health Science Center, San Antonio, TX

**Wake Forest
University School
of Medicine**
(877) 736-4962

CENTROS REGIONALES DEL NORESTE

New Jersey Medical School, Newark, NJ
UMDMJ – Robert Wood Johnson Medical School, New Brunswick, NJ
Albert Einstein College of Medicine, Bronx, NY
School of Medicine, SUNY, Stony Brook, NY
University at Buffalo, Buffalo, NY
George Washington University, Washington, DC
WHI of the Nation's Capital – Medstar, Hyattsville, MD

**University at
Buffalo**
(855) 944-2255
(716) 829-3128

Brigham and Women's Hospital, Boston, MA
Charlton Memorial Hospital, Fall River, MA
Memorial Hospital of Rhode Island, Pawtucket, RI
UMASS/FALLON Women's Health, Worcester, MA

**Brigham and
Women's Hospital**
(800) 510-4858
(617) 278-0791

CENTROS REGIONALES DEL MEDIO OESTE

Evanston Hospital (Northwestern University), Evanston, IL
Northwestern University, Chicago, IL
Medical College of Wisconsin, Milwaukee, WI
Rush-Presbyterian-St. Luke's Medical Center, Chicago, IL
Ohio State University, Columbus, OH
University of Cincinnati College of Medicine, Cincinnati, OH
Detroit Clinical Center, Detroit, MI
University of Pittsburgh, Pittsburgh, PA
Berman Center for Outcomes and Clinical Research, Minneapolis, MN
University of Iowa, Davenport, IA
University of Iowa, Des Moines, IA
University of Iowa, Iowa City, IA
University of Wisconsin, Madison, WI

**Ohio State
University**
(800) 251-1175
(614) 688-3563

CENTRO DE COORDINACIÓN DE LA MUJER Y SU SALUD

Fred Hutchinson Cancer Center, Seattle, WA (línea de mensajes): (800) 218-8415 | Dirección de correo electrónico: participant@whi.org



Instantánea de 30 años de La Mujer y Su Salud

En octubre de 1993, se inscribió la primera participante en La Mujer y Su Salud. Treinta años más tarde, La Mujer y Su Salud continúa con más de 50,000 mujeres todavía activas con La Mujer y Su Salud. Esta edición del boletín de noticias de *La Mujer y Su Salud* celebra a

todas ustedes, los participantes, que han conseguido que

La Mujer y Su Salud sea un éxito de muchas maneras. En las páginas 4 y 5 verá exactamente cómo ha contribuido a avanzar en la ciencia importante, la salud de innumerables mujeres y el crecimiento profesional tanto de numerosos científicos como de no científicos. Su compromiso permanente y su entusiasmo por el trabajo esencial en La Mujer y Su Salud inspira a futuras investigaciones. El trabajo continúa a través de La Mujer y Su Salud y de estudios auxiliares nuevos y en curso. Un nuevo proyecto es el estudio La Mujer y Su Salud Long Life Study 2 (LLS2, Estudio de larga vida), que se lanzó a finales de 2022. Los Institutos Nacionales de Salud (National Institutes of Health, NIH) financiaron La Mujer y Su Salud LLS2 para seguir aprendiendo sobre la salud y el envejecimiento en las mujeres. El estudio recogerá algunas de las mismas mediciones que se tomaron para el estudio Long Life 1, hace 10 años, en 2012-2013, como la presión arterial, la estatura y el peso. Solo se necesitó una muestra de participantes con La Mujer y Su Salud para la LLS2, por lo que no se invitará a participar a todas las mujeres con La Mujer y Su Salud aptas. Puede encontrar más información sobre la LLS2 en nuestro sitio web, <https://www.whi.org/md/lls2>. Agradecemos profundamente su energía y lealtad a La Mujer y Su Salud, que es fundamental para ayudarnos a comprender mejor cómo envejecen las mujeres.

Anuncio del seminario web La Mujer y Su Salud



Nos complace anunciar la continuación de la serie de seminarios web para participantes de La Mujer y Su Salud en 2023. Los seminarios web se realizarán trimestralmente. Los seminarios web del 18 de enero y del 19 de abril se grabaron y están disponibles en nuestro sitio web. Se realizarán seminarios web adicionales el 19 de julio y el 18 de octubre a las 11 a. m. horario del pacífico/1 p. m. horario del centro/2 p. m. horario del este. ¡Sintonice y descubra más sobre la investigación La Mujer y Su Salud, escuche a expertos y haga preguntas! Puede unirse a través del enlace de Zoom o llamar a un número gratuito para escuchar. Todos los seminarios web se grabarán y estarán disponibles para su visualización en nuestro sitio web. Visite <https://www.whi.org/ppt/pptwebinar> para obtener más detalles.

También dentro...

Céntrese en los hallazgos	2	Obituarios de La Mujer y Su Salud	6
Usted y el impacto de su participación	4	Crucigrama	7
Preguntas más frecuentes de <i>La Mujer y Su Salud</i>	6	Información del centro	8

Céntrese en los hallazgos

Si desea leer la versión completa de cualquiera de los siguientes documentos, póngase en contacto con nosotros y estaremos encantados de proporcionarle una copia. Consulte la casilla Correspondencia en la página 5 para obtener nuestra información de contacto.

Función cognitiva global y angustia psicológica

La pandemia de COVID-19 interrumpió y pospuso muchos aspectos de nuestra vida diaria. Cada vez hay más pruebas que muestran efectos psicológicos potencialmente perjudiciales debidos a las perturbaciones de la pandemia. La angustia psicológica se ha vinculado con el riesgo de disminución cognitiva o deterioro; por lo tanto, la angustia psicológica en medio de la pandemia se ha convertido en un problema de salud pública grave. La relación entre la función cognitiva y el cumplimiento de las recomendaciones de salud de COVID-19 (p. ej., usar mascarillas y practicar una higiene segura) no se comprende bien; esta relación puede amplificarse entre los adultos de edad avanzada con una función cognitiva más baja. El investigador de La Mujer y Su Salud, el Dr. Aladdin Shadyab y sus colaboradores, examinaron la relación entre el estrés relacionado con la pandemia y la función cognitiva utilizando datos de 3 estudios basados en La Mujer y Su Salud: Epidemiología de estudio de la memoria de resultados de salud cognitiva de La Mujer y Su Salud (WHIMS-ECHO), Efectos de resiliencia de la hipoxia del sueño de La Mujer y Su Salud (WHISPER, y Estudio de resultados de multivitamínicos y suplemento de cacao para la mente (COSMOS-Mind).

Los autores reportaron que una función cognitiva global prepanémica más baja se asoció a una mayor percepción de los síntomas de estrés y depresión durante la pandemia.

Estos investigadores encontraron que los síntomas de depresión más altos durante la pandemia se asociaron una disminución cognitiva durante los puntos temporales prepanémico y peripanémico. Las mujeres con menor función cognitiva tenían menos probabilidades de practicar una higiene segura en comparación con las mujeres con mayor función cognitiva. Este estudio concluye que son necesarios estudios futuros sobre los efectos a largo plazo de la pandemia de COVID-19 sobre la salud cognitiva y mental en las mujeres mayores.

Optimismo, estilo de vida y longevidad en diferentes grupos raciales

La información anterior ha descrito que los factores psicológicos positivos reducen el riesgo de morbilidad y mortalidad. La mayoría de los estudios buscan más que la falta de depresión y otros factores psicológicos negativos para evaluar los factores psicológicos positivos y diversos resultados de salud. El optimismo, descrito como la expectativa de resultados futuros beneficiosos, se asocia a mejores resultados de salud y longevidad, que sobreviven mucho más allá de la vida promedio. Cada vez hay más pruebas que sugieren que el optimismo puede proporcionar beneficios a los grupos raciales y étnicos. Los grupos raciales y étnicos incluidos en el estudio eran mujeres post-menopáusicas no hispanas blancas, negras, hispanas/latinas y asiáticas. Se estudió a participantes racialmente diversos de los grupos de ensayos clínicos y observacionales de La Mujer y Su Salud para determinar la asociación del optimismo con una mayor esperanza de vida. En este estudio, Koga et al. evaluó si un mayor optimismo se asociaba a una vida más larga y más sana y a una longevidad más prolongada, y si los factores del estilo de vida podían mediar esta asociación en diversos grupos raciales y étnicos.

Los investigadores observaron que los niveles más altos de optimismo se asociaban a una mayor esperanza de vida y a una mayor probabilidad de lograr la longevidad. Tampoco reportaron diferencias entre grupos raciales y étnicos en el papel que desempeña el optimismo en la longevidad.

Los factores evaluados en el estudio no incluyeron depresión, lo que sugiere además que el optimismo es beneficioso para la longevidad más allá de simplemente afirmar la ausencia de depresión. El estudio concluye que los efectos del optimismo pueden ser proporcionales al ejercicio físico.



Crossword Puzzle

Across

- 1. Movie mutt
- 6. Virus prefix
- 10. Imbibes slowly
- 14. Use a blender, in a way
- 15. Nail anagram
- 16. College credit
- 17. Surface extents
- 18. It may get the brush-off
- 19. Barker of filmdom
- 20. Focal point of a weighty matter?
- 23. It takes things to the extreme
- 24. Preschooler
- 25. Too much too much, briefly
- 26. Bender
- 27. "Casablanca" character
- 29. Certain leather source
- 32. Linebacker Junior
- 35. ____ Reader (former magazine name)
- 37. Boy toy
- 39. Focal point of the politically moderate?
- 42. Find diverting
- 43. Natural table
- 44. Some old laptops
- 45. Job listing letters
- 46. Tail end
- 48. They're inhuman
- 50. Gas or elec., e.g.
- 52. Alphabetic run
- 53. Fleur-de-____
- 56. Focal point of a politician?
- 61. Lovers' place
- 62. Small and weak
- 63. Played-out
- 64. Slight interruption
- 65. Emmy-winning Falco
- 66. Available for occupation
- 67. Turkeys
- 68. Weightlifters' iterations
- 69. Despots

1	2	3	4	5		6	7	8	9		10	11	12	13
14						15					16			
17						18					19			
20					21					22				
23				24					25					
			26				27	28			29	30	31	
32	33	34			35	36				37	38			
39				40					41					
42						43					44			
45				46	47				48	49				
		50	51					52				53	54	55
56	57					58	59				60			
61						62					63			
64						65					66			
67						68					69			

Down

- 1. Maneuvering room
- 2. Antidotes
- 3. Word separating looks and everything
- 4. Entree item, often
- 5. It carries the words "Rey de Espana"
- 6. Shell out
- 7. Babe in the woods
- 8. Soft bell sound
- 9. Emcees' deliveries
- 10. Charmingly sophisticated
- 11. What employee theft is
- 12. "Kalifornia" star
- 13. Dog show command
- 21. Noxious elephant, e.g.
- 22. Poor Richard's forte
- 26. One of the martial arts
- 27. Extrapolate
- 28. "I'm game!"
- 30. The good earth
- 31. Reebok competitor
- 32. Hook hand
- 33. One in Hanover
- 34. More than recessed
- 36. 1970s TV detective
- 38. Bearded bloom
- 40. Type of poetry
- 41. The Santa Maria landed here
- 47. One not getting any reception
- 49. Expression of disapproval
- 51. Is overrun
- 52. They may appear on lids
- 53. Bizet opera priestess
- 54. ____ alia (among other things)
- 55. Printer's retentions
- 56. Iron follower
- 57. Home of Iolani Palace
- 58. In the altogether
- 59. Quick cut
- 60. Some still-life subjects



Preguntas más frecuentes del boletín de *La Mujer y Su Salud Importa (WHI Matters)* de 2021-2022

¿Cuál es su recomendación de artículos de plantas para adultos de edad avanzada? ¿Las legumbres específicamente son una buena fuente de proteínas vegetales?

Ha acertado en cuanto a reconocer que las legumbres son una fuente de proteínas. Los autores del artículo del Journal of the American Heart Association utilizaron un método de análisis estadístico para cambiar (sustituir) una proporción calórica un 5 % mayor de proteínas vegetales por una porción calórica igual de proteínas basadas en animales. Esta técnica les permitió preguntar, ¿y si las participantes de La Mujer y Su Salud consumen más proteínas de origen vegetal y menos proteínas de origen animal? El resultado fue que el riesgo de muerte puede ser menor. Luego, los autores avanzaron un paso más al analizar tipos específicos de alimentos proteicos. Aquí, como ejemplo, encontraron que al sustituir un equivalente de 2 onzas al día de huevo, productos lácteos o legumbres con nueces puede reducir el riesgo de muerte por enfermedad cardiovascular. Aquí es donde entra en juego la parte sobre los frutos secos en lugar de legumbres. Cada artículo de La Mujer y Su Salud contribuye a nuestra comprensión de la salud y el riesgo de enfermedad entre las mujeres post-menopáusicas.

Usted menciona un pronóstico positivo para las personas que toman el extracto de cacao (COSMOS). Sin embargo, podría ser aconsejable permitir que aquellos que no formen parte del estudio nos den más detalles sobre la cantidad de cacao tomado y dónde se puede obtener el extracto en particular.

Esta pregunta también es una pregunta frecuente (FAQ) en el sitio web de COSMOS (<https://cosmostrial.org/results/>). “El suplemento de extracto de cacao utilizado en COSMOS es similar al CocoaVia™ Cardio Health, ya que ambos incluyen 500 mg de flavanoles de cacao, incluidos unos 80 mg (-)-epicatequina. No sabemos si los resultados de COSMOS se aplicarían a otros suplementos multivitamínicos y de flavanol de cacao con cantidades similares o diferentes de nutrientes”. En una pregunta frecuente aparte, la respuesta decía “recomendamos hablar con su profesional sanitario si tiene preguntas sobre si debe tomar o no un suplemento con extracto de multivitamínicos y/o cacao teniendo en cuenta sus antecedentes de salud y dieta individuales”.

Corrección del boletín informativo del artículo titulado “Recomendaciones de los participantes de La Mujer y Su Salud en actividades para mantenerse ocupados y combatir la soledad”

AIN significa “acción integradora neuromuscular” y no “aeróbicos sin impacto”.

¿Dónde podemos encontrar en Internet el artículo completo sobre “Existen disparidades en la forma en que las mujeres se recuperan de reemplazo de rodilla”?

El artículo en sí se titula “Disparidades raciales/étnicas en la función física antes y después de la artroplastia total de rodilla entre mujeres en los Estados Unidos” y puede encontrar el enlace completo al artículo en <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32412635/>.

Obituarios de La Mujer y Su Salud

Con profunda tristeza notificamos que varios investigadores centrales de La Mujer y Su Salud fallecieron recientemente. Para obtener más información sobre su carrera profesional y el impacto que tuvieron en La Mujer y Su Salud, encuentre sus obituarios en el sitio web de La Mujer y Su Salud.

Dr. Gerardo Heiss, M.Sc., Ph.D., FAHA

- **Áreas de interés:** nivel socioeconómico a lo largo de la vida, salud de la mujer, salud de minorías, indicadores modificables del resultado de la enfermedad cardiovascular
- **Enlace de La Mujer y Su Salud en octubre:** <https://www.whi.org/md/news/gerardo-heiss>

Dra. Rebecca Jackson

- **Áreas de interés:** endocrinología, diabetes, genómica, metabolismo y osteoporosis.
- **Enlace de La Mujer y Su Salud en octubre:** <https://www.whi.org/md/news/remembering-dr-rebecca-jackson>

Dr. Lewis Kuller, M.D., Dr.P.H., M.P.H.

- **Áreas de interés:** médico epidemiólogo de renombre internacional que realizó investigaciones en múltiples áreas de la medicina y la salud pública. Es posible que le conozcamos mejor por su excepcional trabajo en epidemiología cardiovascular.
- **Enlace de La Mujer y Su Salud en octubre:** <https://www.whi.org/md/news/remembering-dr-lewis-kuller>

CdVRS, trastornos del sueño y riesgo de ECV en las supervivientes al cáncer de mama

Las supervivientes al cáncer de mama tienen una mayor probabilidad de morbilidad y mortalidad por enfermedad cardiovascular (ECV) a largo plazo. Las supervivientes experimentan síntomas (p. ej., fatiga, depresión, trastornos del sueño, disminución de la función física) que pueden contribuir a una menor calidad de vida relacionada con la salud (CdVRS). La CdVRS es la visión subjetiva de la salud de una persona, que incluye evaluaciones del bienestar físico y emocional. La bibliografía previa determinó que varios síntomas de supervivientes asociados a la CdVRS pueden aumentar las posibilidades de un acontecimiento de ECV. Las asociaciones no se han investigado en las supervivientes al cáncer de mama. Por lo tanto, Alexi Vasbinder et al. evaluó la CdVRS física y mental post-cancerosa, los trastornos del sueño y los acontecimientos de ECV en mujeres post-menopáusicas. Encontrar asociaciones podría ayudar a recomendar a las enfermeras estrategias para reducir la ECV en las supervivientes del cáncer de mama. El tamaño de la muestra final incluyó a 2,844 supervivientes al cáncer de mama con y sin eventos de ECV. Los datos se incluyeron del estudio Life and Longevity After Cancer (LILAC), una subcohorte de supervivientes al cáncer dentro de las cohortes La Mujer y Su Salud y del ensayo clínico y del estudio de observación La Mujer y Su Salud.

Los investigadores hallaron que unas peores puntuaciones físicas de la CdVRS se asociaban con la ECV en las supervivientes al cáncer de mama.

La función física y la percepción de la salud general, dos subcategorías de CdVRS que tienen un impacto significativo en su puntuación general, parecieron impulsar esta asociación. Los investigadores no encontraron ninguna asociación entre la CdVRS mental o los trastornos del sueño y el riesgo de ECV. Este fue el primer estudio en evaluar la CdVRS física y mental, los trastornos del sueño y el riesgo de ECV en una cohorte de supervivientes del cáncer de mama. Vasbinder et al. creen que los estudios futuros deberían incluir puntuaciones de componentes físicos de la CdVRS en modelos de predicción de ECV entre las supervivientes al cáncer de mama y determinar el efecto de la inflamación sobre la CdVRS física y el riesgo de ECV.

Niveles de presión arterial y deterioro cognitivo en mujeres de edad avanzada

La bibliografía actual informa que la hipertensión es un factor de riesgo importante de trastornos de deterioro cognitivo, incluida la demencia. Hasta la fecha, los estudios que ha publicado iCurrent informan que la hipertensión es un factor de riesgo importante de trastornos de deterioro cognitivo, incluida la demencia. Hasta la fecha, los estudios que incluyen PAS (presión arterial sistólica); PP (presión del pulso) y riesgo de deterioro cognitivo en mujeres de edad avanzada han obtenido resultados contradictorios. Por lo tanto, Longjian Liu et al. evaluaron la asociación de la PA (presión arterial) y el estado de tratamiento de la hipertensión con el deterioro cognitivo leve y la demencia en mujeres post-menopáusicas en el estudio de memoria La Mujer y Su Salud (WHIMS). Los niveles normales de PA se definen como inferiores a 120/80 mmHg. La PP es la diferencia entre la PAS y la PAD (presión arterial diastólica), y los niveles normales son inferiores a 50 mmHg. Los criterios de valoración consistieron en deterioro cognitivo leve, demencia probable y pérdida cognitiva. El estudio incluyó a 7,207 mujeres de edad avanzada.

Los investigadores reportaron que las mujeres con hipertensión y una PAS de 120 mmHg o superior que tomaron medicamentos contra la hipertensión presentaron un riesgo significativamente mayor de pérdida cognitiva y deterioro cognitivo leve que las que tenían una PA normal.



Las mujeres con hipertensión y PAS inferior a 120 mmHg no presentaron un mayor riesgo de pérdida cognitiva ni deterioro cognitivo leve. Luego, las mujeres que no tomaron medicamentos contra la hipertensión y que tuvieron una PP de 70 mmHg o superior o las mujeres que tomaron medicamentos contra la hipertensión y tuvieron una PP de 50 mmHg o superior tuvieron un mayor riesgo de pérdida cognitiva y deterioro cognitivo leve en comparación con las que tuvieron una PP inferior a 50 mmHg. Por último, la hipertensión, el aumento de la PAS y el aumento de la PP no se asociaron con el riesgo de demencia. Estos resultados aumentan la evidencia creciente de que los niveles normales de PAS y PP son importantes para conservar la salud cognitiva entre las mujeres de edad avanzada.

Usted y el impacto de su participación en los últimos 30 años

La Mujer y su Salud sigue siendo uno de los estudios más importantes e influyentes sobre la salud de la mu-jer. Este año celebramos y agradecemos a las mujeres que lo hicieron posible y les recordamos que sus déca-das de contribuciones han ayudado a las mujeres de todo el mundo. La Mujer y Su Salud sigue desempeñan-do una función crucial en nuestra comprensión de los problemas de salud de las mujeres, y lo seguirá hacien-do durante años.

Arriba hay una nube de palabras que muestra algunos de los temas de salud más comunes que cubre La Mu-jer y Su Salud. Cuanto mayor sea la palabra, más a me-nudo se ha tratado el tema de salud utilizando los da-tos de La Mujer y Su Salud.

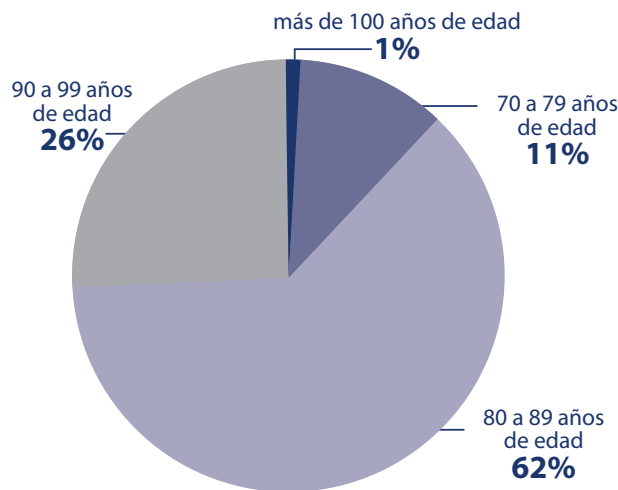
Datos demográficos

Cuando el reclutamiento finalizó en 1998, el La Mujer y Su Salud incluyó y aleatorizó a 161,808 participantes en el estudio.

Estos son algunos datos interesantes de los participantes de La Mujer y Su Salud:

- ❖ La mayoría de ustedes tienen entre 80 y 90 años y 472 tienen más de 100 años de edad.
- ❖ ¡Han estado participando en el estudio durante un promedio de 26.4 años! El tiempo de participación más corto ha sido de 24.2 años y el más largo ha sido de 29.4 años (¡prácticamente 30 años!)
- ❖ Son originarias de los 50 estados más Puerto Rico y las Islas Vírgenes.
- ❖ El 17 % de las participantes se consideraron minorías raciales o étnicas (el objetivo era del 20 %).
- ❖ Más de 50,000 de ustedes siguen contribuyendo activamente con los datos de La Mujer y Su Salud.

CANTIDAD DE PARTICIPANTES



diabetes
enfermedad cardiovascular
cáncer
nutrición dieta fracturas
osteoporosis
terapia hormonal
obesidad
actividad física

Datos interesantes adicionales sobre La Mujer y Su Salud:

- ❖ En conjunto, ha completado un total de 3,237,092 formularios 33: los formularios de actualizaciones de antecedentes médicos.
- ❖ Se han recopilado más de 5 millones de muestras de sangre y otros productos.
- ❖ 2,264 publicaciones han salido de La Mujer y Su Salud.
- ❖ Se han financiado 313 estudios utilizando los datos de La Mujer y Su Salud y se están enviando 28 estudios actualmente
- ❖ Más de 300 investigadores están activos actualmente en La Mujer y Su Salud, con miles de científicos y personal que han participado en La Mujer y Su Salud en algún momento de sus carreras



Impacto clínico y hallazgos clave

- Los resultados del ensayo La Mujer y Su Salud de estrógeno más progestina dieron lugar a 4.3 millones de mujeres con menos tratamiento hormonal combinado, 126,000 casos menos de cáncer de mama, 76,000 casos menos de enfermedad cardiovascular, 263,000 fracturas más, y 145,000 años de vida más ajustados por la calidad durante 10 años.

Referencia: Roth, Joshua A. et al. Economic return from the Women's Health Initiative estrogen plus progestin clinical trial: a modeling study. *Ann Intern Med.* 160.9 (2014). 594-602. Enlace: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24798522/>

Enlace: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24798522/>

- El Grupo de trabajo de servicios preventivos de EE. UU. (US Preventive Services Task Force, USPSTF) encontró 20 ensayos clínicos aleatorizados que compararon los efectos del estrógeno, ya fuera solo o en combinación con progestina, frente al placebo para la prevención de afecciones crónicas. De estos estudios, los ensayos de La Mujer y Su Salud fueron los únicos con la información suficiente para evaluar la eficacia del tratamiento hormonal para la prevención primaria de diversas afecciones crónicas.

Referencia: Mangione, Carol M., et al. Hormone therapy for the primary prevention of chronic conditions in postmenopausal persons: US Preventive Services Task Force recommendation statement. *JAMA* 328.17 (2022). 1740-1746.

Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36318127/>

- El ensayo Calcio y Vitamina D de La Mujer y Su Salud, que estudió la suplementación diaria con 1000 mg de calcio y 400 UI de vitamina D3 (colecalfierol), no reportó una reducción significativa en ningún resultado de fractura, sino un aumento modesto de la densidad ósea; por lo tanto, el Grupo de trabajo de servicios preventivos de EE. UU. (US Preventive Services Task Force, USPSTF) concluyó que la suplementación con

1000 mg o menos de calcio y 400 UI o menos de vitamina D no evita las fracturas.

Referencia: Grossman, David C., et al. Vitamin D, calcium, or combined supplementation for the primary prevention of fractures in community-dwelling adults: US Preventive Services Task Force recommendation statement. *JAMA* 319.15 (2018). 1592-1599.

Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29677309/>

- En una serie de estudios, incluido el ensayo alimenticio La Mujer y Su Salud con bajo contenido en grasas, los patrones alimenticios que aumentaban las verduras, frutas y cereales, y que eran inferiores en productos animales y carbohidratos refinados, se asociaron con un menor riesgo de cáncer de mama post-menopáusico y diabetes tipo 2.

Referencia: Dietary Guidelines Advisory Committee. 2020. Scientific Report of the 2020 Dietary Guidelines Advisory Committee: Advisory Report to the Secretary of Agriculture and the Secretary of Health and Human Services. U.S. Department of Agriculture, Agricultural Research Service, Washington, DC.

Disponible en: <https://doi.org/10.52570/DGAC202>

Impacto económico

- El congreso aprobó inicialmente \$625 millones para La Mujer y Su Salud en 1992. Se añadieron \$94 millones adicionales antes de que el estudio comenzara a inscribir participantes en 1993.
- El ensayo La Mujer y Su Salud de estrógeno más progestina dio lugar a un ahorro general previsto de \$35,200 millones en gastos médicos. El retorno económico neto correspondiente del ensayo fue de \$37,100 millones (\$140 por cada dólar invertido en el ensayo) a un nivel de disposición a pagar de \$100,000 por año de vida con calidad ajustada.

Referencia: Roth, Joshua A. et al. Economic return from the Women's Health Initiative estrogen plus progestin clinical trial: a modeling study. *Ann Intern Med.* 160.9 (2014). 594-602.

Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24798522/>

CORRESPONDENCIA

Escriba a nuestro correo electrónico: whimatters@whi.org

O envíe una carta a:
Fred Hutchinson Cancer Center
1100 Fairview Ave. N
M3-A410
P.O. Box 19024
Seattle, WA 98109

Envíe sus comentarios sobre el boletín informativo y la página web de los participantes.

Debido al volumen de correspondencia que recibimos, no podremos responder a cada persona de forma individual. También lamentamos que no podamos responder a preguntas sobre afecciones médicas individuales.

Información del personal:

La Mujer y Su Salud es producida por el Centro de Coordinación de La Mujer y Su Salud en el Fred Hutchinson Cancer Center.