

Monodosis

La diabéticas tienen más riesgo de accidente cerebrovascular que los diabéticos

Es bien conocido que la diabetes mellitus es una causa importante de muerte y discapacidad en todo el mundo y es un fuerte factor de riesgo, entre otras patologías asociadas, para el accidente cerebrovascular. Una revisión sistemática y meta-análisis ha estudiado el efecto relativo de la diabetes en el riesgo de ictus en las mujeres en comparación con los hombres, agrupando los datos procedentes de 64 estudios de cohortes, en representación de 775.385 personas y 12.539 accidentes cerebrovasculares fatales y no fatales. Los resultados muestran que el riesgo relativo (RR) de ictus asociado con la diabetes fue de 2,28 (IC_{95%} 1,93 a 2,69) en mujeres y de 1,83 (IC_{95%} 1,60 a 2,08) en los hombres. Es decir, en comparación con los hombres con diabetes, las mujeres diabéticas tenían un mayor riesgo de accidente cerebrovascular, con un incremento del riesgo relativo del 27% (RR= 1,27; IC_{95%} 1,10 a 1,46). Este exceso de riesgo de accidente cerebrovascular en las mujeres diabéticas es independiente de las diferencias en otros factores importantes de riesgo cardiovascular relacionadas con el sexo.

– Peters SA, Huxley RR, Woodward M. Diabetes as a risk factor for stroke in women compared with men: a systematic review and meta-analysis of 64 cohorts, including 775 385 individuals and 12 539 strokes. *Lancet*. 2014 Mar 6. pii: S0140-6736(14)60040-4. doi: 10.1016/S0140-6736(14)60040-4.

Temblores

El temblor, que se define como un movimiento rítmico e involuntario de cualquier parte del cuerpo, es el trastorno del movimiento más frecuente y afecta a muchos millones de personas en todo el mundo. Todos los adultos tienen un cierto grado de temblor fisiológico, por lo que es imprescindible distinguirlo de los tipos de temblores patológicos. Aunque el temblor no es inherentemente peligroso, puede causar discapacidad significativa en el hogar y en el lugar de trabajo. Los temblores patológicos comunes, como el temblor esencial y temblor ligado a la enfermedad de Parkinson, pueden ser reconocidos por la mayoría de los médicos en las primeras etapas, pero otros tipos de temblores menos comunes, tales como los inducidos por drogas o fármacos, o por lesiones cerebrales, es importante que sean reconocidos, ya que pueden ser más refractarios a las terapias farmacológicas y pueden requerir otros tipos de tratamiento; además, la necesidad de una intervención puede ser más urgente.

– Elias WJ, Shah BB. Tremor. *JAMA*. 2014; 311(9): 948-54. doi: 10.1001/jama.2014.1397.

Aceite de lavanda como ansiolítico

La eficacia ansiolítica de la preparación de aceite de lavanda administrado por vía oral se investigó en el trastorno de ansiedad generalizada, comparándose con placebo y con paroxetina en un estudio doblemente ciego, de doble simulación y aleatorizado, sobre 539 adultos con trastorno de ansiedad y una puntuación total ≥ 18 puntos en Escala de Ansiedad de Hamilton (HAMA); los participantes recibieron 160 o 80 mg aceite de lavanda, 20 mg de paroxetina o placebo una vez al día durante 10 semanas. Los resultados de este estudio mostraron que la puntuación total HAMA disminuyó 14,1 puntos con la dosis de 160 mg el aceite de lavanda, 12,8 puntos con la 80 mg, 11,3 con paroxetina y 9,5 con placebo. La diferencias entre el aceite de lavanda y el placebo fueron estadísticamente significativas, mientras que con paroxetina no se llegó a la significación, mostraron una tendencia clara ($p = 0,10$). En el grupo tratado con 160 mg de aceite de lavanda, un 60,3% mostraron una reducción puntuación HAMA total $\geq 50\%$ del valor inicial y un 46,3% obtuvieron una puntuación total <10 puntos al final del tratamiento, en comparación con el 51,9% y 33,3% para la dosis de 80 mg, 43,2% y 34,1% para la paroxetina y 37,8% y 29,6% para el placebo. Además, el aceite de lavanda mostró un efecto anti-depresivo pronunciado y una mejora de la salud mental general y de la calidad de vida relacionada con la salud. La incidencia de acontecimientos adversos del aceite de lavanda fue similar a la del placebo y menor que con paroxetina.

– Kasper S, Gastpar M, Müller WE, Volz HP, Möller HJ, Schlafke S, Diebel A. Lavender oil preparation Silexan is effective in generalized anxiety disorder – a randomized, double-blind comparison to placebo and paroxetine. *Int J Neuropsychopharmacol*. 2014 Jan 23: 1-11. [Epub ahead of print]