La vitamine D et le calcium n’ont pas d’effet sur les symptômes de la ménopause

Zitouni IMOUNACHEN - 2015-06-10 01:55:07 - Vu sur pharmacie.ma

Selon une étude réalisée par des chercheurs américains, les symptômes de la ménopause ne sont pas atténués par la prise de suppléments.

Les scientifiques de l’Institut de recherche Kaiser Permanente, à Portland dans l’Oregon, ont inclus 34 157 femmes ménopausées (âgées de 50 à 79 ans) dans leur essai. L’étude a commencé au milieu des années 1990 et s’est poursuivie jusqu’en 2005 ; en moyenne, les femmes ont été suivies pendant 5,7 ans. La moitié des femmes ont pris quotidiennement des suppléments de vitamine D et de calcium ; l’autre moitié a pris un placebo.

Les résultats de l’étude ont montré que les femmes du groupe d’intervention ont présenté 6,2 symptômes (parmi 20 qu’elles étaient invitées à signaler) contre 6,32 symptômes chez les femmes du groupe contrôle. Il n’y avait pas non plus de différences pour les mesures du bien-être émotionnel, de la fatigue et des troubles du sommeil. Ainsi, les suppléments ne semblent pas atténuer les symptômes.