

Consumo de Suplementos Alimenticios en la Población del Área Metropolitana de la Cd. de Monterrey, Nuevo León, México

Sandra Gracia-Vásquez, Ivonne Camacho-Mora, Yolanda Gracia-Vásquez, Patricia González-Barranco, Patricia Esquivel-Ferriño.

Universidad Autónoma de Nuevo León, UANL Facultad de Ciencias Químicas, Ave. Universidad S/N. Ciudad Universitaria, San Nicolás de los Garza, Nuevo León, México.
sandra.graciavs@uanl.edu.mx

Palabras clave: Suplementos, asesoría farmacéutica

Introducción

El uso de suplementos en la dieta que contienen vitaminas, antioxidantes, fibra, alimentos traza, proteínas, aminoácidos y productos herbolarios es una tendencia en materia de salud en la sociedad actual¹. Su incremento está asociado con un mejor estado nutricional, el cual se ve reflejado en la prevención de enfermedades y un mejor estado de salud; considerando que son seguros y de un costo relativamente bajo^{1,2}. Sin embargo, se han reportado problemas en la salud de las personas que los consumen debido, en algunos casos, a la pobre calidad de los mismos y de manera adicional a la escasa advertencia a los usuarios y proveedores de los daños hepáticos y renales potenciales que impiden su reconocimiento como agentes causales de éstos y otros daños.

El objetivo del estudio fue estimar la prevalencia del uso de suplementos alimenticios en la población del Área Metropolitana de la Cd. de Monterrey, Nuevo León, México y obtener evidencia científica de sus efectos farmacológicos.

Parte experimental

Se diseñó y aplicó una encuesta previamente validada a una población de 600 personas del Área Metropolitana de la Cd. de Monterrey, Nuevo León, México. La encuesta se estructuró con base a preguntas con opciones para recabar información acerca de los hábitos de consumo o no de suplementos por los individuos, objetivos del consumo, frecuencia, procedencia de los mismos e información sobre algún efecto adverso presentado al consumirlos. Los sitios seleccionados para recabar la información fueron gimnasios, tiendas naturistas y hospitales.

Se construyó la base de datos y se analizó la información buscando la asociación de datos sociodemográficos con diversas variables obtenidas. Se investigaron en bases de datos los efectos farmacológicos en el organismo de los suplementos identificados.

Resultados y discusión

La población de estudio predominantemente joven con un 34% (18-25 años) se conformó de 54% mujeres y 46% hombres, de los cuales el 83% de las mujeres y el 77% de los hombres declaró haber consumido suplementos.

En cuanto al nivel de estudios de los encuestados, los que contaban con estudios de posgrado presentaron el mayor porcentaje de uso de suplementos (88%), seguidos de los de preparatoria o estudios técnicos con 83%, el 70% refirió no presentar enfermedades crónicas, siendo diabetes e hipertensión los mayores porcentajes de los que sí las reportaron, con un 11% y 7%, respectivamente.

Los suplementos más consumidos fueron vitaminas con un 32%, proteínas (16%), minerales (13%), productos herbolarios (12%), bebidas energizantes (9%) y te verde con un 6%. Las marcas de mayor consumo de suplementos fueron GNC 23%, Herbalife 20%, el 9% no conoce la marca que consume.

El principal propósito de consumo encontrado en el estudio es para lograr un aumento de energía con un 26%, seguido del tratamiento de alguna enfermedad con un 25%, aumento de masa muscular 15%, para bajar de peso 14%, uso en embarazo 12% y otros 8%. El 42% ha reportado usarlos durante meses y el 19% por años.

El 84% no reporta efectos indeseables, y la diferencia para 100% reportaron en orden decreciente: náusea/mareos, debilidad, vómitos, entre otros.

Estudios de hepatotoxicidad en diferentes países (Argentina, Islandia, Israel, España y Suiza) reportan más de 34 casos ocasionados por el uso de productos de la marca Herbalife, los cuales ocasionan un patrón de daño hepatocelular en la mayoría de los casos, pero también se observaron patrones mixtos y colestáticos. Este mismo tipo de daño se ha observado en algunos pacientes que consumieron te verde^{3,4}.

Conclusiones

El uso de suplementos continua en incremento a nivel mundial, y México no es la excepción. El uso de suplementos y la falta de normalización en su producción hacen difícil relacionar directamente algún ingrediente con el daño a algún órgano o sistema pero aun así, esta evidencia proporciona la relación entre efectos adversos y algunos suplementos. Por lo tanto, es necesario promover la legislación de los mismos, así como la asesoría farmacéutica en el uso de estos productos para lograr obtener los beneficios que se ofrecen con los mínimos efectos adversos.

Agradecimientos

Agradecemos a la Facultad de Ciencias Químicas de la UANL por las facilidades brindadas para el desarrollo del proyecto.

Referencias

1. Stickel, F.; Kessebohm, K.; Weimann, R.; Seitz, H. K. *Liver Int.* **2011**. 31(5), 595–605.
2. El, K. D; Antoine-Jonville, S. *Journal of Nutrition and Metabolism*, 2012. Article ID 703490, 12 pages doi:10.1155/2012/703490.
3. Molinero, O; Márquez, S. *Nutr Hosp.* **2009**. 24(2), 128-134.
4. Bunchorntavakul, C; Reddy, K.R. *Alimentary Pharmacology and Therapeutics.* **2013**. 37, 3-17