

Boletín Científico nº 5

2ª Parte: Batidos Dietéticos de Exialoe Fundamentos analíticos de su composición.

Completando el trabajo monográfico referente a los Batidos Exialoe, nos hemos de referir a los restantes componentes de su formulación: la Garcinia Cambogia, la Coenzima Q10 y la Maltodextrina.

El extracto de Garcinia Cambogia procede del pericarpio o piel desecada del fruto de esta exótica planta procedente del Sur de Asia, especialmente de la India, donde se utiliza tradicionalmente para facilitar la digestión y como condimento por su peculiar sabor ácido.

En su composición destaca la presencia del Ácido Hidroxicítrico (AHC) que actúa reduciendo la conversión de Hidratos de Carbono o Azúcares en Grasas, inhibiendo el proceso conocido como Lipogénesis (fabricación o síntesis de grasas). Esta acción del AHC se traduce en un aumento en la producción y almacenamiento de Glucógeno –sustancia de reserva energética- en el hígado y en la masa muscular, a la vez que reduce el apetito y la ganancia de peso.

La conversión del exceso de Hidratos de Carbono en Grasas es un complejo mecanismo bioquímico que se desarrolla en varias etapas. El AHC interfiere este proceso, bloqueando no solo la producción de grasas sino también reduciendo el apetito, agotando una importante cantidad de energía y estimulando la termogénesis. Todo ello se traduce en una disminución de la síntesis de Colesterol, con la consiguiente reducción de sus niveles séricos y los de los Triglicéridos.

La Garcinia Cambogia carece del llamado “efecto rebote”, que presentan otras sustancias reductoras del apetito y que supone ganancia de peso cuando se suspende su utilización. Por el contrario, produce a través del nervio vago el envío de señales indicadoras –desde receptores específicos ubicados en el hígado hasta receptores cerebrales- de que el organismo se encuentra saciado, o sea, de que no tiene necesidad de alimento.

De este mecanismo surge su acción reguladora del peso corporal y su utilización como complemento nutricional en dietas de control de peso y en el tratamiento del sobrepeso y la obesidad.

La Coenzima Q10 es una sustancia que juega un rol protagónico central en la producción energética celular, pues participa activamente en la cadena de reacciones que producen energía en toda célula viva que utilice Oxígeno. Sin esta sustancia, las células no pueden producir Energía.

La Coenzima Q10 o Ubiquinona se encuentra en todas las células del organismo, concentrada en estructuras celulares microscópicas llamadas Mitocondrias, que actúan como “centrales energéticas”.

La energía que aportan los alimentos se extrae por complejos procesos bioquímicos, que tienen lugar en el interior de las citadas mitocondrias y es utilizada

para llevar a cabo actividades fisiológicas fundamentales, tales como el trabajo muscular, cardíaco, respiratorio, etc.

Se ha comprobado que con la edad disminuye la capacidad natural para producir Coenzima Q10; asimismo los enfermos cardíacos suelen presentar niveles bajos de esta sustancia fundamental para la producción energética.

De todo lo expuesto, surge que la Coenzima Q10 es un excelente suplemento dietético que se ha revelado sumamente eficaz en el tratamiento de enfermedades cardiovasculares, de la hipertensión acompañada de niveles elevados de Colesterol, de los trastornos de la memoria, de la fatiga, en terapias de antienvejecimiento y para mejorar el rendimiento deportivo. Asimismo, la Coenzima Q10 tiene notables propiedades antioxidantes, es decir, capacidad para neutralizar los efectos perjudiciales de los Radicales Libres.

La Maltodextrina es una sustancia edulcorante derivada de la Dextrosa (Glucosa), obtenida a partir del Almidón por procesos enzimáticos.

Los seres humanos siempre hemos tenido debilidad por los sabores dulces, teniendo en cuenta que el primer alimento de los recién nacidos, la leche materna, es ligeramente dulce. Sin embargo, la sociedad moderna se halla enfrentada actualmente a la alta incidencia de enfermedades cardiovasculares, diabetes y especialmente obesidad, resultado de dietas desequilibradas, excesivas e hipercalóricas.

Todo ello hace necesario el reemplazo del Azúcar común o Sacarosa, por agentes endulzantes (edulcorantes) que reducen en mayor o menor medida el consumo calórico sin alterar el sabor dulce, generalmente apreciado por el público consumidor.

Dr. Ricardo Gampel
Farmacólogo y Bioquímico