



Auspicio del yogur Vital+Lowcol de Conaprole

Los fitoesteroles/estanoles son sustancias de origen vegetal con una estructura química muy parecida a la del colesterol, con cuya absorción intestinal compiten. De esta forma, el suplemento de fitoesteroles/estanoles mediante su agregado a ciertos alimentos ha demostrado disminuir los niveles sanguíneos de colesterol total y colesterol LDL (en el orden de un 10 %), sin modificar sustancialmente los niveles del colesterol HDL ni los de los triglicéridos.

Los fitoesteroles/estanoles están presentes en los alimentos de origen vegetal. En la dieta habitual se consumen 150 a 350 mg/día de esteroides y unos 50 mg/día de estanoles (más en pacientes vegetarianos). Como la absorción intestinal de los esteroides es mucho menor que la del colesterol y la de los estanoles aun menor, y por otra parte el colesterol plasmático deriva en su mayor proporción de su síntesis en el organismo, los niveles plasmáticos de estas sustancias, son mucho menores que los del colesterol: menos de 1 mg/dL de los esteroides y menos aun en el caso de los estanoles). El suplemento de fitoesteroles/estanoles, aumenta su concentración plasmática en proporciones ínfimas. Ha existido cierto temor de que el aumento de la concentración de esteroides en sangre pudiera ser peligroso, puesto que una rara enfermedad genética, fitoesterolemia o sitosterolemia, (de la cual se habían descrito solamente 40 casos en el mundo hasta el año 2000, y cuya prevalencia se estima en 1 caso cada 5 millones de personas, y que por defectos en el proceso de eliminación cursa con niveles elevados de esteroides (mas de 8 mg/dL), se asocia con aterosclerosis precoz. Los niveles alcanzados luego del suplemento de fitoesteroles/estanoles son 20 a 100 veces menores que los que se encuentran en esa enfermedad. El otro temor es que por mecanismos competitivos se perturbe también la absorción de vitaminas liposolubles, (se ha encontrado una disminución de niveles de carotenoides y tocoferol con el suplemento de fitoesteroles/estanoles, disminución de dudosa trascendencia clínica, pero probablemente de mayor importancia en niños) por lo cual se aconseja limitar el suplemento de fitoesteroles/estanoles a no más de 3 g/día.

La presunción de la utilidad del suplemento de fitoesteroles/estanoles surge del conocimiento de que desciende los niveles de colesterol total y LDL, y se infiere, dada la información general conocida en cuanto a las ventajas del descenso del colesterol, que este descenso debe ser beneficioso. Descensos del colesterol del orden del 10 % se asocian con una disminución del riesgo de eventos cardiovasculares de aproximadamente 12 a 20 % a 5 años y 20 % en el resto de la vida. En pacientes que están recibiendo estatinas, la magnitud del descenso del colesterol producido por el suplemento de fitoesteroles/estanoles es comparable a la que se lograría duplicando la dosis de estatinas.

No obstante, si bien estudios experimentales han mostrado efectos beneficiosos en el proceso de la aterosclerosis, no existe documentación fehaciente acerca de las ventajas clínicas del suplemento de fitoesteroles/estanoles.

Un documento de la AHA de 2001 acepta el consumo suplementario de fitoesteroles/estanoles en sujetos hipercolesterolémicos o en prevención secundaria, en dosis de aproximadamente 2 g/día. Naturalmente, el consumo de fitoesteroles/estanoles se enmarca en un régimen higiénicodietético adecuado y no sustituye, sino que complementa a otras medidas farmacológicas que pudieran corresponder.

El producto Vital+Lowcol de Conaprole, cuyo auspicio por la SUC ha sido solicitado, contiene un suplemento de esteroides vegetales (1 g en 200 cm³). Su etiqueta advierte que debe ser consumido con las comidas como parte de una dieta equilibrada, baja en colesterol y grasas saturadas, que

incluya frutas y verduras. También advierte que debe evitarse el consumo de más de 3 g/día y que en caso de personas que reciban medicación para reducir el colesterol deben consumir este producto bajo supervisión médica y que puede no ser nutricionalmente apropiado para mujeres embarazadas, amamantando y en niños menores de 5 años.

Dados los probables beneficios vinculados con su consumo en pacientes hipercolesterolémicos y en prevención secundaria, creemos pertinente brindar el auspicio de la SUC al producto Vital+Lowcol de Conaprole.

La comisión de auspicios considera realizar algunas recomendaciones y consideraciones para brindar el auspicio:

1. La forma más adecuada para comunicar el desempeño del producto en relación al colesterol es “ayuda a disminuir el colesterol”.
2. Aclarar en el envase y en la publicidad que los beneficios del producto son óptimos o mayores “en el marco de una alimentación cardiosaludable”.
3. Se considera de vital importancia para la presentación de 100 ml aclarar en la etiqueta, que para obtener los mismos beneficios que con la presentación de 800 ml se deben consumir 2 dosis (200 ml). Así mismo consideramos que el envase 100 ml debería disponer de toda la información que presenta en la etiqueta la presentación de 800 ml.

Referencias

- Katan MB, Grundy SC, Jones P, Law M, Miettinen T, Paoletti R. Efficacy and Safety of Plant Stanols and Sterols in the Management of Blood Cholesterol Levels. *Mayo Clin Proc* 2003;78:965-978.
- Lichtenstein AH, Deckelbaum RJ. Stanol/Sterol Ester–Containing Foods and Blood Cholesterol Levels : A Statement for Healthcare Professionals From the Nutrition Committee of the Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism of the American Heart Association. *Circulation* 2001;103:1177 - 1179.
- Lichtenstein AH, Appel LJ, Brands M, Carnethon M, Daniels S, Franch HA, et al. Summary of American Heart Association Diet and Lifestyle Recommendations Revision 2006. *Arterioscler Thromb Vasc Biol.* 2006; 26: 2186 – 21

Dres. Carlos Romero, Guillermo Pose, Lic. Nut. Virginia Natero