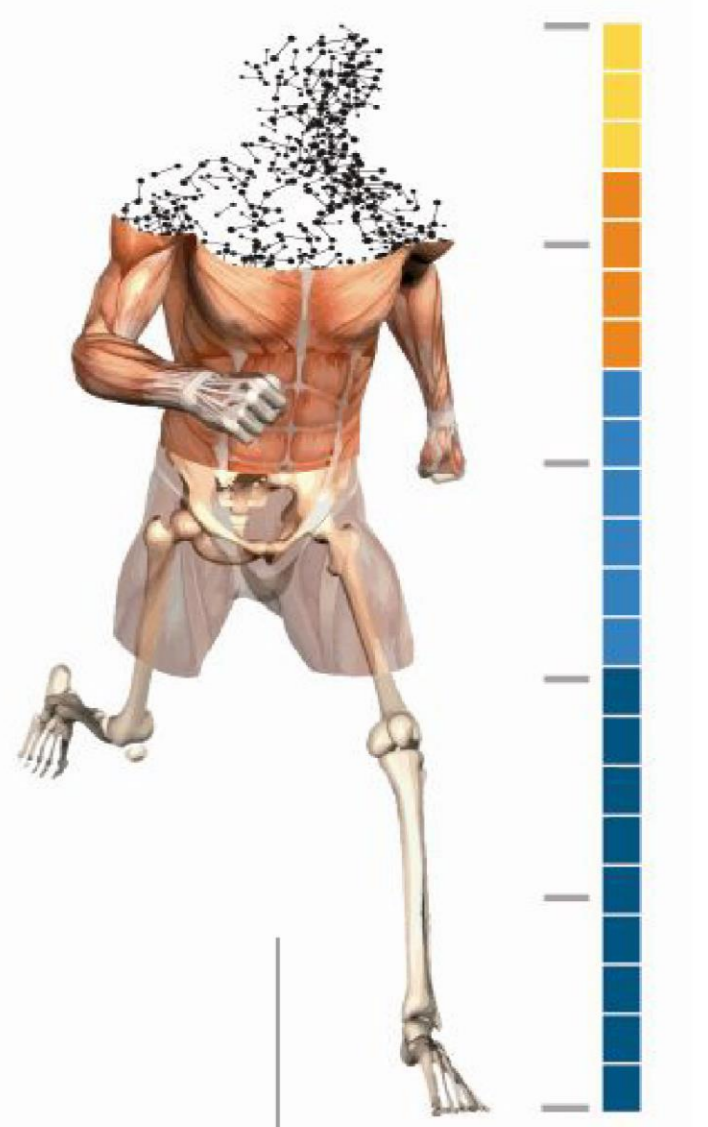




Universitat d'Alacant
Universidad de Alicante



Efecto del consumo de suplementos proteicos en la alteración de la función hepática en los deportistas aficionados al fisicoculturismo

García Angela¹, Quispe Alexandra¹, Lazo-Jiménez Luz²

¹Escuela de Ciencias de la Nutrición, Facultad de Ciencias Biológicas, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa ³Departamento de Ciencias de la Nutrición, Facultad de Ciencias Biológicas, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa

Objetivo:

Evaluar el efecto del consumo de suplementos proteicos en la función hepática de deportistas aficionados al fisicoculturismo.

Introducción:

Las enfermedades hepáticas son un problema de salud pública a nivel mundial, en Arequipa el 3.3% de la población fallece por alguna enfermedad hepática, siendo esta la novena causa de muerte para los arequipeños según Análisis de la Situación de Salud (2016). El consumo exagerado de proteínas por encima de 2,5 o 3,5 g/kg peso/día utilizando suplementos proteicos para el aumento de masa muscular pueden alterar la función hepática.

Resultados:

La ingesta proteica de sujetos que consumen suplementos proteicos comerciales fue 3.53 g/kg peso/día y de los que consumen suplementos proteicos no comerciales fue 2.28 g/kg peso/día siendo la diferencia entre ambos significativa. Según los valores de la enzima TGO fue de 42.89±22.03 U/L y de TGP cuyos niveles fueron 48.2±30.14 U/L el grupo de individuos que consumen suplementos comerciales se encuentran por encima de la normalidad y son significativamente más elevados que en los sujetos que consumen suplementos no comerciales de TGO (28.29±10.25 U/L) y TGP (29.31±13.34 U/L); en los niveles de bilirrubina no se encontraron diferencias entre ambos grupos (0.71±0.43 U/L y 0.9±0.55 U/L).

Conclusión:

El consumo excesivo de suplementos proteicos comerciales provoca alteraciones en las enzimas hepáticas, estando relacionados significativamente.

Métodos

Se estudiaron 70 individuos aficionados al fisicoculturismo de sexo masculino de Arequipa-Perú de 18 a 45 años con porcentaje grasa menor a 25% evaluada según Yuhazt (20.6±2.9 y 23.1±2.2 %), utilizando la técnica antropométrica ISAK, divididos en grupos de 35 cada uno siendo uno personas consumidoras de suplementos proteicos y el otro no consumidores. Se calculó el ETM para los 6 pliegues los cuales estuvieron entre 1,4 y 2,4. Se evaluó la ingesta proteica con el método Recordatorio de 24 horas. Se evaluaron los indicadores de función hepática Transaminasa glutámico pirúvica (TGP), transaminasa glutámico oxalacética (TGO) y bilirrubina directa por el método de cinética enzimática y colorimétrico. Los datos fueron tabulados en el software Excel y analizados con el estadístico t de student para muestras independientes y chi cuadrado con un nivel de significancia de 0.05.

Tabla 1. Valores observados de enzimas hepáticas en sujetos aficionados al fisicoculturismo

	Suplementos Proteicos comerciales $\bar{X} \pm DE$	Suplementos Proteicos no comerciales $\bar{X} \pm DE$	Valores Normales
% grasa corporal	20.6±2.97	23.07±2.33	
TGP (U/L)	48.2±30.1	29.31±13.34	* 0-41 U/L
TGO (U/L)	42.89±22.03	29.29±10.25	* 0-37 U/L
Bilirrubina directa (mg/dL)	0.24±0.1	0.29±0.13	ns 0.1-0.4 mg/dL
Consumo Proteínas (g/kg peso/día)	3.52±1.18	2.28±0.94	*