

## Avance de la cardiología: un nuevo tratamiento reduce la mortalidad cardiovascular en un 50%



Una terapia combinada de una levadura de selenio especial y el compuesto parecido a las vitaminas denominado coenzima Q10 reduce significativamente las muertes cardiovasculares entre las personas mayores, a la vez que proporciona al músculo cardíaco lo que mejor se puede definir como un “estímulo natural”.

**U**n grupo de investigadores suecos ha demostrado como la levadura de selenio orgánica en combinación con un compuesto parecido a las vitaminas denominado coenzima Q10 es capaz de reducir significativamente el riesgo de muertes cardiovasculares entre personas mayores. Además, este tratamiento natural permite al músculo cardíaco contraerse con más fuerza. Las interesantes conclusiones de KiSel-10<sup>1</sup>, nombre del estudio, se han publicado en la revista *International Journal of Cardiology*. Este estudio prospectivo, aleatorizado, doblemente ciego, controlado por placebo de cinco años de duración en el que participaron 443 personas suecas con buena salud de entre 70 a 88 años, fue encabezado por el profesor Urban Alehagen, un cardiólogo del Centro Cardíaco de la Universidad de Linköping.

### Una reducción de la mortalidad del 50 %

Alehagen y sus colaboradores demostraron que los participantes que tomaron complementos diarios de levadura de selenio (200 microgramos) y de coenzima Q10 (200 mg) tenían menos de la mitad de las muertes cardiovasculares observadas entre las personas que tomaron placebo. En el grupo de tratamiento activo, al final del periodo de seguimiento de cinco años, un 5,9% de los participantes había muerto por cardiopatía, en comparación con el 12,9 % del grupo placebo. Además, los voluntarios del grupo de tratamiento tenían unos niveles significativamente inferiores de NT-proBNP (péptido natriurético procerebral N-terminal), un marcador bioquímico que se emplea para determinar el esfuerzo con el que late el corazón.

### Tasas de hospitalización más bajas

En un análisis secundario<sup>2</sup> de los datos obtenidos en el estudio original, el grupo de investigadores de KiSel-10 han logrado demostrar que las personas mayores que tomaban selenio y coenzima Q10 se pasaban un 13 % menos de días en el hospital en comparación con los participantes del grupo placebo. Además, su calidad de vida era mejor, tenían mejor rendimiento físico, así como más vitalidad y capacidad mental. Resumiendo, que procesando más números y aplicando un método estadístico diferente, los investigadores encontraron más datos en apoyo de los beneficios de tomar selenio y coenzima Q10. +

#### Fuentes:

1) *Cardiovascular mortality and N-terminal-proBNP reduced after combined selenium and coenzyme Q10 supplementation: a 5-year prospective randomized double-blind placebo-controlled trial among elderly Swedish citizens.*

Alehagen U, Johansson P, Björnstedt M, Rosén A, Dahlström U.  
**Int J Cardiol. 2013 1 de septiembre;167(5):1860-6**

2) *Improved health-related quality of life, and more days out of hospital with supplementation with selenium and coenzyme Q10 combined. Results from a double blind, placebo-controlled prospective study*

Peter Johansson, Ö. Dahlström, U. Dahlström, U. Alehagen  
**The Journal of Nutrition, Health & Aging, 1 de abril de 2015**

### La razón por la que eligen dos complementos daneses

Los dos preparados empleados en el estudio son producidos por una empresa farmacéutica danesa y fueron elegidos específicamente por su calidad y fiable biodisponibilidad. El comprimido de selenio contiene una patentada levadura orgánica de selenio con una biodisponibilidad documentada del 88,7 %. Más de 40 estudios publicados confirman la calidad y seguridad de esta levadura de selenio.

El preparado de coenzima Q10 también tiene una documentación exhaustiva que respalda su calidad. Con más de 100 estudios publicados confirmando su biodisponibilidad y seguridad, es de lejos la mejor documentada fórmula de Q10 disponible en el mercado. De hecho, esta marca específica de coenzima Q10 es la referencia científica oficial de la Asociación Internacional de la Coenzima Q10 (ICQA, por sus siglas en inglés), la organización que coordina toda la investigación acerca del Q10 a nivel mundial.

