

Los científicos encuentran la fórmula de Q10 con la mejor biodisponibilidad

MILLONES DE PERSONAS EN TODO EL MUNDO TOMAN UN COMPLEMENTO DE COENZIMA Q10 TODOS LOS DÍAS SIN SABER SI EL CUERPO PUEDE ABSORBERLO. UN ESTUDIO QUE SE PUBLICÓ RECIENTEMENTE EN LA REVISTA 'NUTRITION' HA SEÑALADO UNA PREPARACIÓN CON UNA BIODISPONIBILIDAD PARTICULARMENTE BUENA PARA EL CUERPO.

La coenzima Q10 es un compuesto similar a la vitamina que se encuentra dentro de nuestras células. Se ha convertido en uno de los complementos más consumidos, especialmente entre las personas mayores que desean compensar la deficiencia celular de esta sustancia relacionada con la edad.

Según un estudio dirigido por científicos Q10 de la Universidad Pablo de Olavide en Sevilla, que se publicó recientemente en la revista científica *Nutrition*; hay buenas razones para revisar la etiqueta antes de realizar su compra. De las siete formulaciones que se probaron para la investigación, sólo un producto específico resultó tener una absorción particularmente buena en el sistema digestivo.

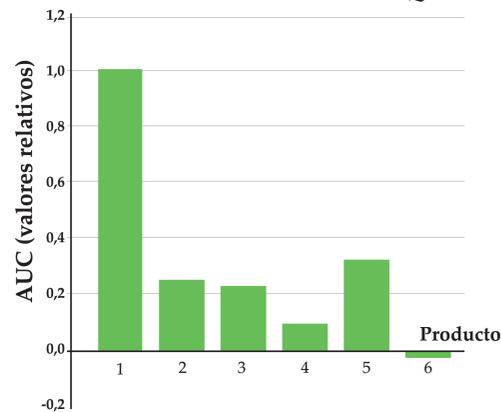
El doble que el segundo mejor

La fórmula con la mejor biodisponibilidad, que contiene coenzima Q10 de grado farmacéutico en una matriz de aceite de soja, es fabricada por la compañía médica danesa Pharma Nord. Se absorbió aproximadamente el doble que el producto que obtuvo el segundo mejor resultado, y tres veces mejor (al menos) que las cinco preparaciones restantes.

No es la primera vez que la formulación de Q10 de Pharma Nord funciona mejor en estudios de biodisponibilidad. Se considera que es la formulación de Q10 mejor documentada en términos de biodisponibilidad y seguridad, por lo que este producto fue seleccionado para dos de los estudios más grandes e innovadores de la coenzima Q10, el estudio Q-Symbio (*Journal of the American College of Cardiology, Heart Failure, 2014*) y el estudio KiSel-10 (*International Journal of Cardiology, 2013*).

Por naturaleza, la coenzima Q10 es una sustancia difícil de absorber por el cuerpo humano. Las moléculas Q10 tienden a agregarse y formar cristales grandes e insolubles que no pueden pasar a través de la membrana intestinal. Pharma Nord, sin embargo, ha logrado desarrollar una fórmula especial que implica agregar Q10 a dos tipos de aceite de soja con diferentes puntos de fusión y exponer las mezclas a un proceso de calentamiento especial. Esto altera la superficie de los cristales Q10, lo que les permite disolverse por completo en el tracto digestivo para que las moléculas Q10 puedan atravesar la pared intestinal y llegar a la sangre. +

Gran diferencia en la absorción de 6 formulaciones de Coenzima Q10



Fuente: Bioavailability of coenzyme Q10 supplements depends on carrier lipids and solubilization. Guillermo López-Lluch et. al., *Nutrition* (online), June 26, 2018; DOI: 10.1016/j.nut.2018.05.020