

martes, 12 de julio de 2011

Berlín, October 19 /PRNewswire/ -- - El papel del colágeno hidrolizado en el metabolismo y regeneración de los cartílagos.

Intervención de los nutrientes para la salud de las articulaciones

Hay casi 70 millones de personas en Estados Unidos afectadas por la artritis y las enfermedades de las articulaciones relacionadas. Los expertos de la salud estiman que habrá un importante aumento en la prevalencia de las enfermedades de las articulaciones en los próximos 20 años, ya que la población de americanos con edades por encima de los 70 años se espera que se duplique. Las enfermedades degenerativas de las articulaciones, como la osteoartritis (OA), se producen por diferentes motivos, pero no existen curas en la actualidad, sólo tratamientos paliativos para reducir el dolor y la incapacidad.

Es prudente examinar las intervenciones relativamente poco costosas, incluyendo los nutrientes y las proteínas como el colágeno hidrolizado, que ayuda a reducir los síntomas de la enfermedad, mejora los síntomas y retrasa su progresión.

Para reconocer los avances en la investigación nutricional (y OA) y hablar sobre su relevancia, los profesionales de la salud especializados en salud de las articulaciones han desarrollado una sesión educativa llamada "Role of Collagen Hydrolysate in Cartilage Metabolism & Regeneration" en el octavo Congreso Anual de la Osteoartritis celebrado en Berlín (Alemania).

NUTRICIÓN Y SALUD DE LAS ARTICULACIONES.

La osteoartritis es una enfermedad progresiva y degenerativa de las articulaciones que se caracteriza por la rotura del cartílago de la articulación (un tejido conector flexible), causando el roce de los huesos entre ellos, lo que provoca dolores y lentitud de movimientos. Las enfermedades degenerativas de las articula-

ciones se pueden producir por diferentes motivos, incluyendo el desgaste normal de los cartílagos debido a la edad, sobrepeso u obesidad, estrés agudo o crónico de los cartílagos, anomalías de las articulaciones o mala alineación de las articulaciones o cambios infecciosos o neuropatológicos.

Una mayor preocupación en el peso y los nutrientes puede ser beneficiosa para la salud de las articulaciones y ayudar en la lucha contra las enfermedades de las articulaciones. Estados Unidos puede ser un país particularmente afectado por este trauma del sobrepeso u obesidad, y se espera que las cifras aumenten de forma importante en la próxima década. Además, la citología de las articulaciones corporales ha demostrado que a través de una dieta equilibrada que contenga las proteínas dietéticas necesarias, vitaminas C y D y minerales como el calcio y el fósforo se puede contribuir al desarrollo normal de los cartílagos y los tejidos de las juntas necesarios para el movimiento de la salud.

La investigación clínica adicional es necesaria para la identificación eficaz de varios suplementos dietéticos, acumulando investigación en varios suplementos dietéticos, investigación sobre los nutrientes adicionales beneficiosos, y su asociación con la salud de las articulaciones les situaría al frente. Uno de los nutrientes suplementales más prometedores es el colágeno hidrolizado. El colágeno es la proteína más abundante del cuerpo, y proporciona estructura a los tendones, tejidos cartilagosos, huesos y tejidos conectores; el colágeno hidrolizado (CH) es un colágeno derivado de los animales, y es similar en cuanto a su composición al que se encuentra en los cartílagos huma-



nos.

También se han nombrado otros nutrientes en la investigación de la salud de las articulaciones. La doctora Kristine Clark, investigadora y nutricionista deportiva de la Pennsylvania State University Orthopedics presentó los descubrimientos del meta-análisis de glucosamina y condroitina que se presentaron en el Journal of the American Medical Association (2000). Los autores realizaron un estudio de más de 15 ensayos aleatorios doble ciego controlados por placebo en un periodo de cuatro semanas o más, llegando a la conclusión de que los ensayos de glucosamina y condroitina en personas que sufren OA demostraron unos beneficios entre moderados e importantes en cuanto a la evaluación del dolor. La doctora comentó: "Los estudios sobre los suplementos dietéticos han generado varias opciones para las personas con enfermedades degenerativas de las articulaciones. Las investigaciones sobre el CH deberían continuar proporcionando nuevas oportunidades".

¿POR QUÉ EL COLÁGENO HIDROLIZADO ES UNA AYUDA PARA LA OSTEOARTRITIS?

Los investigadores han indicado que el CH puede estimular la síntesis de colágeno, que es importante para el mantenimiento de las articulaciones en buen estado. El doctor Steffen Oesser, del Departamento de Cirugía General y Torácica de la University of Kiel (Alemania), proporcionó un resumen de los descubrimientos del CH. Para determinar si el CH puede conseguir y afectar a este tejido conjunto, los científicos de la University of Kiel estudiaron la tasa de absorción y los niveles de acumulación del colágeno hidrolizado en sujetos mediante el control de sus tomas corporales.

Los resultados indicaron que hasta conseguir la rápida absorción intestinal del CH suplemental, los sujetos experimentaron una cantidad del doble de nutrientes acumulados en el tejido cartilaginoso en comparación con el grupo de control. Los descubrimientos implican que el CH consigue la acumulación y llegar al tejido.

La siguiente fase de la investigación era determinar si el CH podía afectar de forma positiva al tejido de las articulaciones cuando se acumulara. Esto necesitaría una o dos acciones: la inhibición de la degradación del tejido de apoyo de las articulaciones y/o la estimulación de las nuevas células cartilaginosas para compensar los tejidos naturales degradados. En un modelo de célula de cultivo, los investigadores han podido demostrar que la presencia del CH en el cultivo estimulaba la producción del colágeno. Cuando se compara con el colágeno natural de las células, el colágeno nativo no consigue este efecto estimulador. Este tejido de apoyo también se ha visto estimulado para la reproducción en presencia del CH, lo que implica que el CH podría reducir los cambios degenerativos de este tejido. El doctor Oesser comentó: "Estos descubrimientos son importantes porque sirven para comprender que el colágeno hidrolizado no sólo consigue el tejido de las articulaciones, sino que también sirve para observar que su presencia puede crear un cambio

positivo en las articulaciones".

Hans-Konrad Selbmann, doctor de la University de Tuebingen (Alemania), presentó los descubrimientos de los estudios del colágeno hidrolizado y sus efectos en las articulaciones. Entre lo más destacado, que incluía 16 estudios clínicos, dos de ellos realizados en la última década y considerados como muy importantes entre los estudios clínicos doble ciego controlados por placebo. El primero fue un estudio de 1991 realizado por Adam et al., en el que se comparaban cuatro tratamientos (CH, gelatina, una combinación del fluido-calcio-glicina-gelatina y proteínas de la albúmina) para la reducción de los niveles de los pacientes de dolor y su necesidad para las medicaciones de dolor. El estudio descubrió que tres de los tratamientos de gelatina fueron eficaces y muy superiores para la mejora de la proteína.

En el segundo estudio del doctor Selbmann se utilizó el estudio multinacional de Moskowitz et al., el cual se llevó a cabo con sujetos de Estados Unidos, Alemania y Reino Unido, siendo un ensayo de dos brazos y doble ciego en el que se utilizaron 5 gramos de CH diarios o placebo durante 24 semanas. La evaluación de las tres primeras variables de eficacia, dolor, función física y evaluación general, indicaron que todas las variables demostraron una importante mejora en los sujetos de Alemania. Aún así, no se produjeron diferencias importantes en todos los grupos del estudio en las tres variables, lo que indica que las influencias multinacionales no se podrían estandarizar en el protocolo del estudio. El doctor Selbmann comentó: "Los eficaces resultados de este estudio demuestran el impacto clínico diferente del CH en pacientes que sufren OA, lo que indica que deben continuar con los ensayos y la examinación".

¿DÓNDE SE ENCUENTRA EL COLÁGENO HIDROLIZADO? ¿CUÁNTO ES LO QUE SE RECOMIENDA?

El colágeno hidrolizado es un tipo especial de gelatina con un importante papel fisiológico que produce el colágeno de forma directa. En la actualidad no existen unas directrices dietéticas o recomendaciones para la calidad del colágeno hidrolizado que beneficien la salud. Pese a esto, teniendo en cuenta la investigación, se ha conseguido un beneficio mediante la ingesta de colágeno hidrolizado durante al menos tres meses. Debido a los constantes cambios y desarrollos del colágeno, la investigación ha demostrado que si las personas dejan de tomar colágeno hidrolizado los síntomas podrían volver a producirse.

El colágeno hidrolizado puede beneficiar a aquellas enfermedades de riesgo o degenerativas de las articulaciones, sobre todo a la osteoartritis. Entre las poblaciones de riesgo están las personas mayores, sobre todo los individuos por encima de los 50 años; personas con sobrepeso; individuos cuyas actividades ocupacionales les predisponen a la aparición de la osteoartritis, como los atletas y los que están implicados en estrés mecánico o cartilaginoso.

La Sociedad Internacional de Investigación de la Osteoartritis (OARSI) organizó el Congreso Mundial 2003 sobre Osteoartritis. Publicado por Rosa en 19:44

