

# Riesgo del consumo de suplementos dietarios adelgazantes en mujeres de una institución de educación superior, Pereira, 2018

Nicol Andrea Ciro Marín<sup>1</sup>, Laura Tatiana Giraldo Forero<sup>2</sup>,  
Nicolás Pulgarin Castaño<sup>3</sup>, Germán Oved Acevedo Osorio<sup>4</sup>

## RESUMEN

El sobrepeso y la obesidad se consideran una enfermedad de alta prevalencia, que conlleva riesgos para la salud. Es considerada un factor de morbi-mortalidad para diversas enfermedades metabólicas como la Diabetes mellitus, enfermedades articulares y eventos cardiovasculares, debido al detrimento de la calidad de vida y la disminución de la actividad física. De esta manera se ha visualizado una afectación en el estado psicológico y social de las personas con sobrepeso, llevándolas a ser discriminadas y a sentirse alejadas de la sociedad debido al complejo físico por el cual son rechazadas. La solución que ven estas personas de una manera rápida y efectiva frente a su problemática es el uso de suplementos dietarios adelgazantes, de una manera indiscriminada sin formulación, desconociendo sus efectos adversos y posibles afecciones a la salud.

## PALABRAS CLAVES

Suplementos Nutricionales,  
Obesidad,  
Dieta,  
Estado Nutricional

- 1 Estudiante Instrumentación Quirúrgica, Fundación Universitaria del Área Andina, Semillero de Investigación los Asépticos [nciro3@estudiantes.areandina.edu.co](mailto:nciro3@estudiantes.areandina.edu.co)
- 2 Estudiante Instrumentación Quirúrgica, Fundación Universitaria del Área Andina, Semillero de Investigación los Asépticos [lgiraldo71@estudiantes.areandina.edu.co](mailto:lgiraldo71@estudiantes.areandina.edu.co)
- 3 Estudiante Instrumentación Quirúrgica, Fundación Universitaria del Área Andina, Semillero de Investigación los Asépticos [npulgarin3@estudiantes.areandina.edu.co](mailto:npulgarin3@estudiantes.areandina.edu.co)
- 4 Asesor, Instrumentación Quirúrgica, Fundación Universitaria del Área Andina, Grupo de Investigación los Asépticos, [gacevedo@areandina.edu.co](mailto:gacevedo@areandina.edu.co)

## Risk of the consumption of dietary supplements slimming in women of an institution of higher education, Pereira, 2018

### ABSTRACT

Overweight and obesity is considered a disease of high prevalence, which carries health risks. It is considered a morbidity and mortality factor for various metabolic diseases such as Diabetes mellitus, joint diseases and cardiovascular events, due to the detriment of the quality of life and the decrease of the physical activity. In this way we have visualized an affectation in the psychological and social status of overweight people, what leads them to be discriminated against and to move away from society due to the physical complex for which they are rejected. The solution that these people see in a fast and effective way against their problems is the use of dietary supplements slimming, in an indiscriminate way without formulation, ignoring its adverse effects and possible health conditions.

### KEYWORDS

Nutritional supplements,  
Obesity,  
Diet,  
Nutritional status

## INTRODUCCIÓN

La obesidad es considerada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una enfermedad crónica que afecta a niños, adolescentes y adultos. Desde el punto de vista de la salud pública se han derivado múltiples problemas nutricionales a nivel mundial, de esta manera se han desarrollado estrategias a la juventud actual, encaminadas a la reducción de peso, incrementando la actividad física y la restricción de calorías (3).

Según OMS en el año 2016, 1900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, cifra equivalente al 39% de los cuales, más de 650 millones eran obesos (13%)(2), la mayoría de la población mundial vive en países donde el sobrepeso y la obesidad se cobran más vidas de personas que la insuficiencia ponderal. En el presente año 41 millones de niños menores de cinco años tenían sobrepeso, donde principalmente se han encontrado afectadas las poblaciones de los países desarrollados o con un crecimiento sostenido a nivel económico (1).

Según la transición demográfica, epidemiológica y nutricional ha provocado su generalización, donde frecuentemente se observa una mala alimentación en adultos jóvenes. Se asocia este fenómeno al detrimento de la calidad de vida como son la disponibilidad inmediata de los alimentos y el uso de automóviles, lo cual ha generado la disminución de la actividad física (1). Las estrategias implementadas, no han generado un cambio significativo a la problemática, porque a los adolescentes les resulta difícil incorporar a su vida cotidiana nuevos estilos de vida saludable, que los lleven a mejorar sus hábitos nutricionales, llevando consigo un alto consumo de suplementos dietarios (SD) porque “prometen bajar de peso rápidamente, sin modificar los hábitos de alimentación y actividad física”, adquiriéndose sin fórmula médica y de venta libre (3).

Los distribuidores de los suplementos dietarios se han encargado de crear una publicidad llamativa, sin sacrificar el estilo de vida y ofreciendo un producto atractivo para el consumidor, generando que el contexto psicosocial de la población juvenil adquiera ideales que llevan a admirar la imagen esbelta siguiendo un modelo impuesto por la sociedad.

La mayoría de los trastornos alimentarios se ven reflejados principalmente en adolescentes femeninas y en la adultez temprana, donde aparece la preocupación por la imagen corporal, la cual se asocia a la etapa escolar donde empieza a prevalecer la popularidad, el estrato económico, la clase social y se comienza a juzgar y rechazar la imagen obesa. Los hombres también muestran rechazo por el sobrepeso, pero con menos preocupación al cambio físico y no expresan la insatisfacción con su cuerpo como lo hacen las mujeres (4).

Durante el desarrollo que se adquiere en la edad escolar, los adolescentes han empezado a priorizar su imagen corporal, implementando el consumo de suplementos

dietarios, combinándolo con restringidas dietas, uso indiscriminado de fajas y en muchas ocasiones utilizando fármacos como laxantes y eméticos. Los cuales han llevado a que los adolescentes padezcan trastornos alimentarios como la bulimia y anorexia a una edad muy temprana (5).

La ideología de la imagen corporal en la sociedad, cada vez ha ayudado a aumentar el consumo de suplementos dietarios los cuales tienen beneficios para bajar de peso, pero se cree erróneamente que, al estar fabricado por componentes naturales, es libre de efectos adversos (6).

La creencia errónea lleva a desconocer que a largo plazo los productos para adelgazar compuestos por ácido linoleico, té verde, chitosan, diente de león, glucomanan, ácido hidroxicitrico, cromo y ginseng afectan la salud produciendo hiperglicemia, hipertrigliceridemia, hiperinsulinemia, hipertensión, supresión de la renina plasmática y disfunción eréctil en los hombres. Además, la mayoría de estos productos no se encuentran avalados para su comercialización debido a que los componentes se encuentran restringidos o poseen una baja calidad. (6)

Cada día aumenta la información sobre la venta de suplementos dietarios y las campañas publicitarias donde se suele disfrazar los resultados, animando a los adolescentes a su consumo (6).

Por tal motivo esta investigación tiene el objetivo de identificar los posibles efectos adversos del consumo de suplementos dietarios adelgazantes en mujeres de una institución de educación superior del municipio de Pereira en el año 2018.

## METODOLOGÍA

**Tipo de estudio:** Observacional, descriptivo, transversal y prospectivo

**Población:** La población de estudio está compuesta por 5600 estudiantes mujeres presenciales de pregrado de cada una de los programas de la institución de educación superior.

**Muestra:** La muestra es de 360 estudiantes mujeres de la educación superior seleccionada, obtenidos mediante un muestreo aleatorio simple o selectivo con un nivel de confianza del 95% y un error aceptado del 5%.

**Unidad de análisis:** Cada una de las mujeres que consuman suplementos dietarios adelgazantes en el municipio de Pereira.

**Criterios de inclusión:** Mujeres que hayan consumido un suplemento dietario para bajar de peso y mujeres que respondan el 90% o más de las preguntas formuladas en la encuesta.

**Criterio de exclusión:** Mujeres que únicamente utilicen geles, tés, laxantes, sopas, dietas o cremas y mujeres que solo han tomado suplementos dietarios adelgazantes durante un mes.

**Recolección de información:** Para la recolección de la información se basará en el instrumento empleado Por Sacanamboy Muñoz YY, En el año 2006 (3.) El cual cuenta con 10 preguntas, las cuales describen socio-demográficamente la población en estudio, evalúan la frecuencia del consumo y el tipo de suplemento e identifican el lugar donde se adquiere y la información que recibe.

**Tabulación de datos** Los datos serán tabulados en Excel 2010

**Análisis de información:** El análisis de la información se realizará a través del programa SPSS 23, mediante una estadística inferencial. Para el análisis de variables cualitativas se realizará mediante tablas de frecuencias absolutas y relativas. Para variables cuantitativas se utilizarán estadísticos descriptivos, medidas de tendencia central y medidas de dispersión y análisis bivariado con pruebas de normalidad y un valor  $P \leq 0.05$ .

**Componente Ético:** De acuerdo a la resolución 008430 de 1993 el estudio se considera sin riesgo. De igual manera se utilizará consentimiento informado previo a la recolección de la información.

## RESULTADOS ESPERADOS

Se espera establecer el posible riesgo del consumo de suplementos dietarios adelgazantes en mujeres, identificar el tipo de suplementos adelgazantes y la frecuencia con que los consumen, dar a conocer los efectos secundarios producidos por algunos componentes del suplemento dietario y se espera participar en eventos de divulgación científica y la publicación de un artículo en una revista de alto nivel e impacto.

## REFERENCIAS

1. Wiedeman M A, Ochoa O E, Maury S E, Gotteland M. Utilización De Suplementos Nutricionales Para El Manejo Del Sobrepeso Y Obesidad: Una Revisión De La Evidencia. Rev. Chil Nutr [Internet]. 2011;38(2):234–42. Available from: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182011000200014&lng=en&nrm=iso&tlng=en](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182011000200014&lng=en&nrm=iso&tlng=en)
2. OMS. La Epidemia Mundial de Obesidad [Internet]. 2018 [cited 2018 Aug 8]. p. 1. Available from: <http://www.webmedicaargentina.com.ar/index.php/item/85-la-epidemia-mundial-de-obesidad>
3. Vásquez V. F, Vanegas L. J. Suplementos dietéticos para reducir de peso: Dilemas médicos y éticos. Rev. Med. Chil. 2014;142(8):1069–75.
4. Marín B. V. TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN ESCOLARES Y ADOLESCENTES. Rev. Chil Nutr [Internet]. 2002 Aug [cited 2017 Oct 19];29(2):86–91. Available from: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182002000200002&lng=en&nrm=iso&tlng=en](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182002000200002&lng=en&nrm=iso&tlng=en)
5. Guadarrama RG, Dom KV, Toribio L, Relaci SU, Depresi CONLA, Adolescentes EN. Anorexia y Bulimia y su relación con la Depresión en Adolescentes. Psicol y Salud. 2008; 18:57–61.
6. Restrepo AZ, Berrouet MC, Montoya JG. Suplementos para adelgazar: una amenaza para la salud. 2015;1(1):22–6.