

El coenzima Q₁₀ (CoQ₁₀) & el síndrome Prader-Willi

El consejo asesor clínico de la PWSA (USA) brinda esta información actualizada sobre el empleo del coenzima Q₁₀

El coenzima Q₁₀ (o "CoQ₁₀") es una sustancia del cuerpo, semejante a las vitaminas, que se produce naturalmente. CoQ₁₀ es fundamental en la producción de energía en todas las células vivas, sobre todo en las musculares. Si una persona tiene un déficit de CoQ₁₀, se puede sentir con menos energía, ha disminuido su función muscular y tiene un índice metabólico reducido. CoQ₁₀ actúa también como un antioxidante en la sangre y en todas las membranas celulares.

- Las personas con PWS (síndrome Prader-Willi) pueden tener niveles bajos de CoQ₁₀. Un test sanguíneo puede establecer si el nivel de CoQ₁₀ en la sangre de un individuo es más bajo de lo normal. Una biopsia muscular podría ser la mejor forma de determinar el nivel celular de CoQ₁₀, pero en este momento no creemos que estén justificadas las biopsias musculares.

- Cuando los niveles de CoQ₁₀ están bajos, un complemento de CoQ₁₀ puede que ayude a incrementar el nivel energético, la función muscular y el metabolismo. Algunos padres ven también un incremento en la actividad y en la atención después de haber suministrado CoQ₁₀ a sus hijos con PWS. Sin embargo, mientras algunos padres notan que su hijo mejora con CoQ₁₀, otros no aprecian ninguna mejora. Así pues, los padres deberían tener claro que los complementos con CoQ₁₀ no son un sustituto del tratamiento con la hormona del crecimiento, que es claro que ha mostrado reportar muchos beneficios a personas con PWS.

- La información que poseemos sobre la eficacia del CoQ₁₀ es toda ella un dato "anecdótico" (es decir, procede de padres que comentan su experiencia personal con sus hijos). **NO** ha habido estudios de investigación, científicamente controlados, sobre los efectos del CoQ₁₀ en las personas con PWS. Por el momento, no hay efectos colaterales negativos **CONOCIDOS** por tomar CoQ₁₀, si se toma en una dosis apropiada.

- La dosis complementaria inicial recomendada de CoQ₁₀ varía según los diferentes grupos. Está entre 1-30 mg por kg al día para los infantes, y *no más de 180-200 mg* al día para los niños algo mayores. Hemos hallado como típico que 60-100 mg al día en los niños algo mayores y en los adultos es suficiente para subir el nivel sanguíneo al registro normal en aquellas personas a quienes se les había encontrado niveles bajos. Si algunas familias están considerando suministrar un complemento de CoQ₁₀, les recomendaríamos un test sanguíneo antes y después de empezar con el CoQ₁₀.

- El CoQ₁₀ disuelto en cápsulas de un gel blando (que contienen vitamina C y otros lípidos para ayudar al cuerpo a absorber el CoQ₁₀) se absorbe mejor que pastillas



o cápsulas de polvo seco de CoQ₁₀. Los geles blandos suelen venir en dosis de 60 a 100 mg. Por tanto, los niños mayores y los adultos necesitan tomar de 1 a 3 cápsulas al día.

El CoQ₁₀ se puede adquirir sin receta en la mayoría de las farmacias O se puede comprar directamente en diversos proveedores médicos. Existe también una preparación líquida disponible para niños que no pueden tragar pastillas. La PWSA (USA) puede proporcionar información de contactos directos a aquellas familias que tengan dificultad en hallar un suministrador de la preparación líquida.

(Revisada el 16 de febrero del 2006 por CAB para *The Guardian View*)

Fuente: *The Gathered View*, the official newsletter of the Prader-Willi Syndrome Association (USA) March-Abril 2006

Traducido por Jon K. Akordag para AMSPW