



Inquietudes acerca de la Sucralosa y el Método de Pérdida de Peso de Ideal Protein

Por Michael P. Ciell, Asesor Científico Principal

Antes de discutir las razones de incorporar cantidades pequeñas de sucralosa en **algunas** de nuestras comidas, dejaré claro que las personas pueden terminar nuestro protocolo sin ingerir **ninguna sucralosa**. No sólo eso, pero pueden disfrutar de una variedad enorme de comidas deliciosas que aseguran que la dieta no se vuelva aburrida. Tal vez escojan un Omelet con Hierbas Finas, o uno de los tres sabores de panqueques. La comida podría consistir en un plato de Chili Vegetariano, Espagueti a la Boloñesa, un guisado sustancioso, o una de las tres finas sopas que ofrecemos. También tenemos meriendas disponibles **sin endulzantes artificiales**: granos de soya (con sabor a ajo con cebolla, y BBQ) y soya inflada (sabores BBQ, crema agria con cebolla) y una deliciosa barra crujiente de frambuesa con chocolate (100% natural). Como puede ver, en Ideal Protein **sabemos** que ciertas personas no pueden tolerar algunos ingredientes. Es por eso que usamos proteínas de diferentes fuentes (aislados de suero, aislados de soya, concentrado de suero de leche entera, concentrado de leche entera, albumina y colágeno hidrolizado), todos estos son proteínas completas con un alto contenido biológico. Por ende, si usted es alérgico a los productos lácteos, aun así puede participar en la dieta, lo mismo para los intolerantes a la soya, o vegetarianos. Es por eso que hemos invertido recursos en el desarrollo de una variedad de productos. Quisimos tener disponibles los beneficios saludables y maravillosos de este programa para cuanta gente sea posible. Además, por favor lea las etiquetas y compare los ingredientes con otras comidas/programas para dieta que se encuentran en el mercado hoy en día. Usted notará que no hay conservadores en nuestros productos (es por eso que sellamos la comida en paquetes de aluminio individuales) y no hay ingredientes "que ni siquiera pueda pronunciar". En mi opinión, hoy en día, Ideal Protein ofrece los productos dietéticos "más limpios" en el mercado.

Ahora vamos a hablar de la sucralosa. Déjeme decirle que tengo un respeto tremendo por Joseph Mercola, Médico Osteópata (autor de **DULCE DECEPCION**), mientras Russell L. Blaylock, MD (un neurocirujano y autor de **EXCITOTOXINAS: EL SABOR QUE MATA**) figura entre mis "héroes personales". Ambos hombres ilustrados han citado varios casos en donde los endulzantes artificiales han causado estragos en cientos de individuos. ¿Esto se debe a reacciones alérgicas, a diferencias individuales al metabolizar estas sustancias, o es que son simple y llanamente veneno para el cuerpo, o todo lo anterior? Como Farmacéutico, puedo decir lo mismo de "mis medicamentos". He visto reacciones alérgicas horribles, y como médico hago todo lo posible para asegurarme que un paciente **nunca** vuelva a estar expuesto a estos componentes o componentes relacionados jamás. Decenas de miles de personas son alérgicas a la "penicilina", pero aun así, millones han sido curados de infecciones serias por este medicamento. El Dr. Mercola afirma en su libro que la sucralosa se consume en aproximadamente veinte por ciento de los hogares de EUA (millones de personas) y parece que cientos si no miles de personas han sido afectadas por esta sustancia. Si yo fuera uno de ellos, ¡me aseguraría de jamás volver a consumirla!

Ahora, vamos a poner este debate en diferente perspectiva. Según la Asociación Médica de EUA (AMA), los medicamentos recetados son la quinta causa de muerte en el país (debido a errores al momento de recetar u otra complicación). Además, no tenemos manera de saber las consecuencias a largo plazo del uso crónico de muchos de los medicamentos frecuentemente recetados. Si usted lee el empaque de cualquier medicamento comúnmente recetado (debajo de "mecanismo de acción"), usted encontrará declaraciones como: "*El mecanismo de acción no ha sido completamente aclarado*" o "*Se ha postulado que..*". En términos simples: "*¡No estamos seguros de cómo funciona esto!*" Entonces, ¿cómo manejamos una situación de esta índole? ¿Enojarnos y decir que todos los medicamentos son malos y



que deben ser prohibidos? Por supuesto que no. Lo que nos esforzamos por hacer como profesionales de la salud es implementar la farmacoterapia con mucho juicio, es decir, recetar la dosis mínima efectiva durante el menor tiempo posible. Si un paciente presenta una infección por estreptococos (que puede conducir al daño grave del corazón si no se corrige), no se le va a recomendar *Echinacea* e *Hidrastis canadensis* (*Golden Seal Root*), sino que se le va a recetar amoxicilina 500 mg tres veces al día durante 10 días (u otro antibiótico adecuado), y ¡asunto arreglado! ¿Seguirá tomando la amoxicilina después de que la infección haya desaparecido? ¡Por supuesto que no!

Entonces, ¿qué hacemos acerca de los problemas crónicos causados por la enfermedad epidémica de hoy en día, el llamado **Síndrome Metabólico**? Estos pacientes padecen de presión alta, niveles altos de azúcar en la sangre, en los triglicéridos y el colesterol, y obesidad central (de hecho, sólo necesitan reunir dos de estos síntomas para considerarse bajo el rubro del Síndrome X). Además, muchas de estas personas son adictas al azúcar, y en nuestra opinión esta parece ser la causa raíz de los problemas. Estas pobres personas toman múltiples medicamentos y probablemente les habrán dicho que tendrán que seguir tomándolos ¡por el resto de su vida! En el transcurso de dos años implementando la **DIETA DE IDEAL PROTEIN** en mi clínica, he visto decenas de estos pacientes con cinco, seis, siete o más medicamentos que ¡han dejado atrás los medicamentos por completo y ahora viven con niveles normales! Otros doctores al igual que yo han tenido los mismos resultados. La **DIETA DE IDEAL PROTEIN** es un protocolo estricto derivado de la medicina que tiene un inicio ¡y un fin! Los pacientes no tienen que consumir estos productos por el resto de su vida, aunque hay algunas personas que utilizan un paquete o dos como suplemento en su dieta diaria. Entonces, en conclusión me gustaría hacer esta pregunta: "¿Usted le negaría la oportunidad a una de estas personas de recuperar su salud, sólo porque algunos de nuestros productos contienen sucralosa?" Recuerde, ellos pueden seguir este protocolo exclusivamente con nuestras comidas libres de sucralosa si esa fuera su recomendación.

Los hechos bioquímicos sobre la sucralosa

La Sucralosa es un **carbohidrato clorado NO un hidrocarburo clorado** (como el "DDT" o Lindano o cualquier otra sustancia parecida a un pesticida). Los hidrocarburos son altamente absorbibles y se pueden acumular en los tejidos grasos del cuerpo. Las propiedades de la sucralosa son exactamente lo contrario: es muy difícil de absorber y el cuerpo no la acumula (o almacena).

FARMACOCINÉTICA: "ADME"

(Absorción, Distribución, Metabolismo, Excreción)

En los seres humanos, después de una dosis oral de sucralosa, del 11 al 27% de esta dosis es absorbido por el organismo, y **el resto es excretado sin cambios en las heces.**

La absorción media de la sucralosa es de un 20%.

De ese 20% que fue absorbido, el **80% es excretado en la orina sin cambios** (lo que quiere decir que no hizo reacción con nada). Lo demás es excretado en forma de dos metabolitos - **nada es retenido por el cuerpo.**

La Semivida de Eliminación es de 3 a 5 horas (T $\frac{1}{2}$ medio = 3.5 horas)

Requiere de "7 Semividas de Eliminación" para completamente eliminar una sustancia del cuerpo. Por ende, con la sucralosa tenemos que **7 x 3.5 horas = 24.5 horas.** Esto quiere decir que cualquier sucralosa que ha sido absorbida es completamente eliminada del cuerpo en un día.



Ejemplo: Si usted consumiera **10 paquetes de SPLENDA** (el equivalente de **100 mg** de sucralosa, usted absorbería aproximadamente **20 mg** (absorción media = 20%). De esos 20 mg, el **80% (16 mg)** será excretado en la orina. Los **4 mg** restantes serán metabolizados (convertidos en otras dos sustancias) y la **cantidad total de los originalmente 100 mg habrá sido completamente eliminada de su cuerpo en aproximadamente 24 horas.** **El 100% de la cantidad consumida puede ser recuperado de la orina y las heces como se ha demostrado en ensayos clínicos.**

He leído el dictamen completo de la Administración de Alimentos y Drogas de EUA sobre la Sucralosa (puede buscar FDA Final Ruling on Sucralose por Internet), y nada me pareció alarmante, siendo yo un farmacéutico registrado quien durante 4 años supervisó uno de los más grandes servicios gratuitos de consultas telefónicas sobre medicamentos en el país (ECKERD-ON-CALL). Durante ese tiempo nuestro personal manejó muchísimos casos toxicológicos.

En resumen, una persona puede ser alérgica o sensible a una determinada sustancia, pero eso no quiere decir, por definición, que esa sustancia sea tóxica o venenosa (las fresas pueden ser potencialmente fatales para cierto grupo de personas). ¿Los individuos con tales sensibilidades deberían de evitarlas? ¡Absolutamente! También debemos tener en mente que un tratamiento no es un estilo de vida – tiene un inicio y un fin. La obesidad es una epidemia que está escalando fuera de control. Indiscutiblemente es un principal factor de riesgo en muchas enfermedades serias y potencialmente mortales, incluyendo el cáncer. Como profesionales de la salud nos debemos hacer una pregunta: ¿Deberíamos negarle a un cliente un protocolo que le ayudará a recuperar su salud, en un periodo relativamente corto, sólo porque no es 100% orgánico y natural?