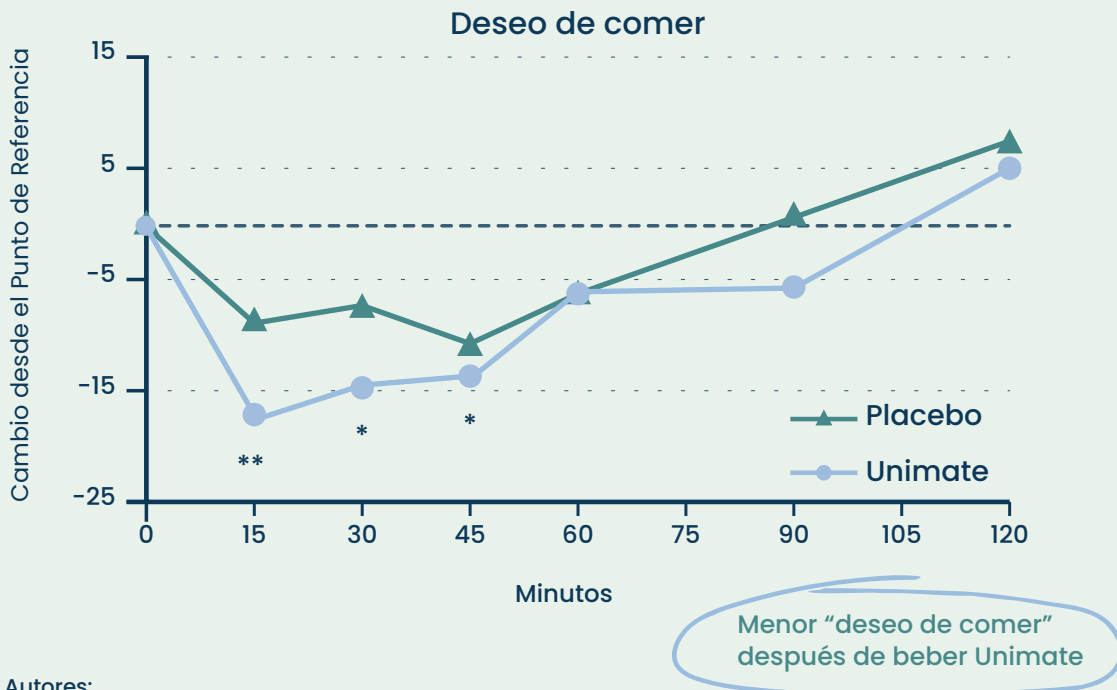


Efecto de
Unimate
en la supresión aguda del
apetito en adultos



Resumen

Se midieron las respuestas agudas de apetito a Unimate, un suplemento de yerba mate, y se compararon con una bebida placebo del mismo sabor entre un grupo de participantes después de un ayuno nocturno de 12 horas. Los participantes calificaron las sensaciones de hambre, saciedad, deseo de comer y otras medidas relacionadas con el apetito durante 120 minutos después del consumo de Unimate o Placebo en 2 ocasiones distintas. La tendencia general en los resultados muestra una disminución en el deseo de comer, la sensación de hambre y la cantidad de personas que pensaban que podían comer, mientras que aumentaba la saciedad. El deseo de comer se redujo significativamente a los 15, 30 y 45 minutos después del consumo de Unimate en comparación con el punto de referencia (0 min). Estos resultados preliminares sugieren que Unimate apoya el control del apetito, probablemente debido a los componentes clave del extracto de yerba mate, que incluyen cafeína, ácido clorogénico, teobromina y saponinas de mate.



Autores:

Dr. Stephanie Kung¹, Robert K. Poon¹, Dr. Erin Glynn¹

¹Unicity International, Inc., Provo, UT

Antecedentes

Unimate es una mezcla de bebida de suplemento dietético que contiene ácidos clorogénicos, metilxantinas (cafeína, teobromina), saponinas triterpénicas (mate) y otros fitocompuestos bioactivos concentrados de la planta de yerba mate, *Ilex paraguariensis*. Tradicionalmente, se ha pensado que este té de hierbas tiene una multitud de efectos, incluido el aumento de la energía y la sensación de bienestar

mientras promueve la saciedad y reduce el apetito.¹⁻² Trabajos anteriores han sugerido que el té de yerba mate puede regular el apetito al retrasar el vaciamiento gástrico o a través de la regulación al alza del péptido I similar al glucagón y la leptina.³⁻⁴ Por lo tanto, este estudio preliminar se realizó para evaluar la respuesta aguda del apetito después del consumo de Unimate.

Métodos

Este fue un estudio exploratorio simple ciego con 26 adultos sanos (de 20 a 65 años). Un subgrupo de estos sujetos (N=9) también completó un grupo ciego de placebo con una mezcla de bebida con sabor a limón en un día separado. Por la mañana, en ayunas, los sujetos consumieron una porción de Unimate Lemon o Placebo (Crystal Light Lemon) en 500 ml de agua Methods. Las

calificaciones subjetivas del apetito (hambre, saciedad, deseo de comer y consumo prospectivo) se registraron con una escala analógica visual (VAS) antes (0 min) y 15, 30, 45, 60, 90 y 120 minutos después del consumo. Se derivó un área bajo la curva (AUC) para cada elemento de escala individual trazado en los puntos de tiempo medidos.



26 participantes sanos	20-65 años	PLACEBO vs Unimate Lemon
----------------------------------	----------------------	------------------------------------

Resultados

Las figuras 1A-D muestran las curvas de respuesta para elementos VAS seleccionados. Si bien las tendencias sugieren una mayor supresión del apetito después de consumir Unimate, el AUC no fue estadísticamente diferente entre los grupos de prueba (N=26) y placebo (N=9) debido al pequeño tamaño de la muestra. En relación

con las respuestas iniciales (0 min), los individuos parecían tener un menor deseo de comer y sensación de hambre que en el grupo de placebo. Los participantes también informaron una mayor sensación de saciedad y sintieron que podían comer menos que en la condición de placebo.

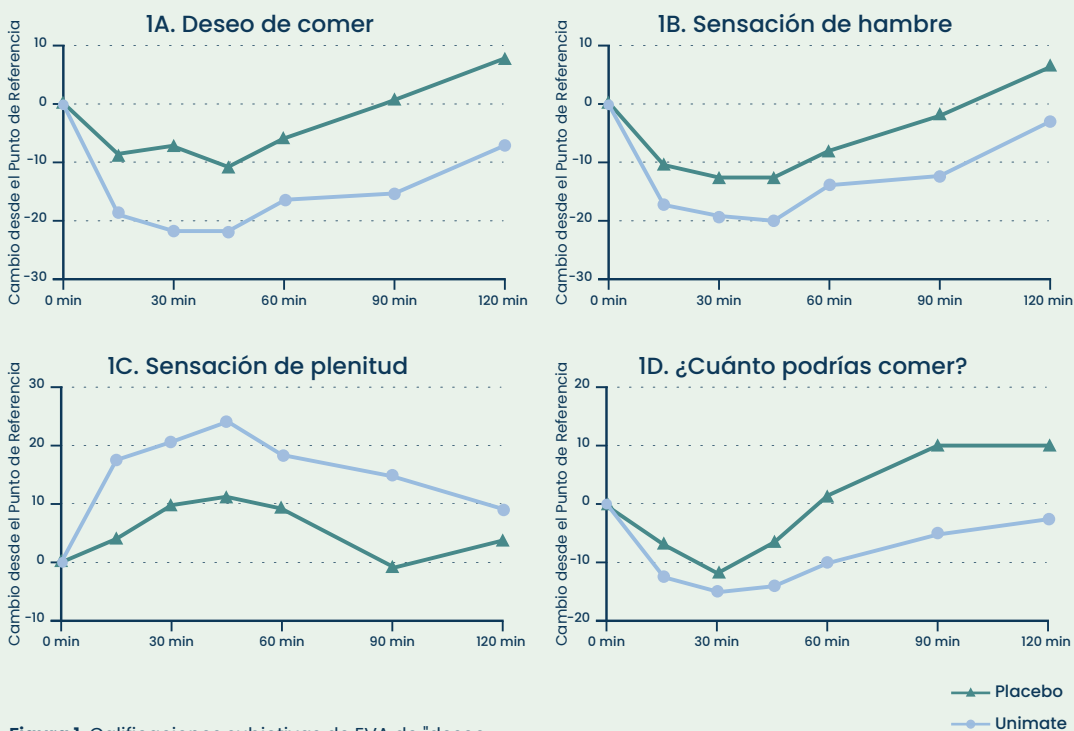


Figura 1. Calificaciones subjetivas de EVA de "deseo de comer" (A), "sensación de hambre" (B), "sensación de saciedad" (C) y "consumo potencial" (D) durante 120 minutos después del consumo de Unimate (N = 26) versus Placebo (N=9). Las calificaciones se normalizaron en relación con el Punto de Referencia (0 min).

La Imagen 2 muestra el AUC general para elementos VAS seleccionados, lo que sugiere un menor apetito después de consumir el producto de prueba entre los nueve participantes que completaron ambos brazos. Las pruebas pareadas no revelaron diferencias estadísticas entre el

AUC de los grupos de prueba y placebo. Sin embargo, las comparaciones por pares de "deseo de comer" a los 15, 30 y 45 minutos posteriores al consumo fueron significativamente diferentes de la línea de base (0 min) después de consumir Unimate (Imagen 3).

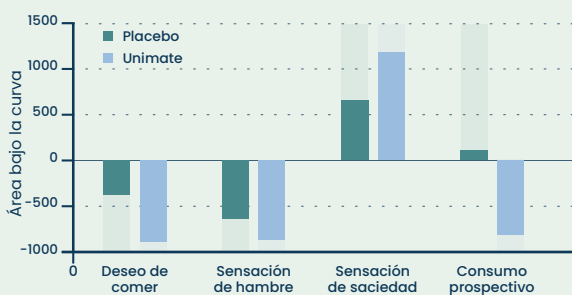


Figura 2. Comparaciones pareadas dentro del sujeto (N=9) de las respuestas de apetito AUC VAS a Unimate versus Placebo.

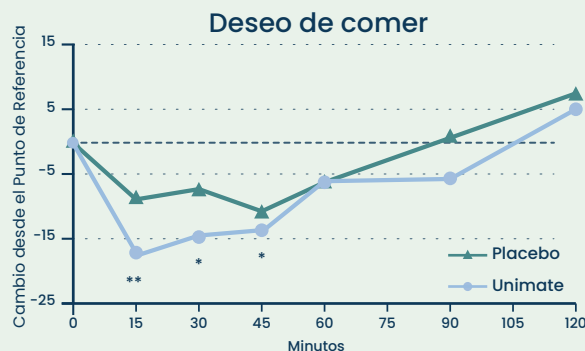


Figura 3. Comparaciones entre sujetos (N=9) de "deseo de comer" durante 120 minutos después del consumo de Unimate versus Placebo. (ANOVA de 2 vías, prueba de comparaciones múltiples de Dunnett; *p<0,05 y **p<0,01 en relación con el valor inicial)

Conclusión

Los resultados de este estudio respaldan informes anteriores sobre los efectos beneficiosos de la yerba mate en la regulación del apetito y sugieren que Unimate respalda el control del apetito a corto plazo.

Se justifica un estudio adicional con un grupo de sujetos más grande en un ensayo aleatorizado, doble ciego, controlado con placebo.

Referencias

1. Lutomski P, Goździewska M, Florek-Łuszczki M. Propiedades saludables de Yerba Mate. *Ann Agric Medio Ambiente Med.* 2020 19 de junio; 27 (2): 310-313.
2. Gambero A, Ribeiro ML. Los efectos positivos de la yerba mate (*Ilex paraguariensis*) en la obesidad. *Nutrientes.* 2015 22 de enero; 7 (2): 730-50.
3. Hussein GM, Matsuda H, Nakamura S, Hamao M, Akiyama T, Tamura K, Yoshikawa M. Mate tea (*Ilex paraguariensis*) promueve la saciedad y la reducción del peso corporal en ratones: participación del péptido-1 similar al glucagón. *Boletín biológico y farmacéutico.* 2011;34(12):1849-1855.
4. Andersen T, Fogh J. Pérdida de peso y retraso en el vaciamiento gástrico después de una preparación herbal sudamericana en pacientes con sobrepeso. *Dieta J Hum Nutr.* 2001 junio; 14 (3): 243-50.