

32. Efecto de un programa de ejercicio físico sobre las subfracciones de lipoproteínas de alta densidad, la enzima lecitina-colesterol acil-transferasa y la proteína transportadora de ésteres de colesterol en estudiantes de Medicina de la Universidad del Quindío

Diana García Cardona¹, Olga Nieto¹, Patricia Landázuri¹

Los currículos médicos están diseñados para formar profesionales hábiles y con profundos conocimientos sobre el ser humano y su entorno. Para lograr estos objetivos de formación, los currículos médicos son intensivos y complejos implican asignaturas teóricas, prácticas supervisadas, laboratorios, modelamientos, trabajo de campo y un alto compromiso con la autoformación, todo lo cual deja muy pocas horas para el descanso y las actividades recreativas y saludables. Por tanto, estos currículos intensivos generan consecuencias negativas sobre la salud física y mental de los estudiantes, entre ellas el estrés. Se ha demostrado que este conduce a cambios psicológicos y fisiológicos que aumentan el riesgo de adquirir enfermedades cardiovasculares, que son además la principal causa de morbimortalidad en la población mundial. En general, se acepta que el ejercicio físico no sólo ayuda a controlar el estrés y las enfermedades relacionadas, sino que mejora las condiciones de salud cardiovascular dado que regula una serie de procesos fisiológicos a través de diversos mecanismos, entre los cuales se encuentran la modulación de los lípidos plasmáticos y, principalmente, la elevación del colesterol HDL. Objetivo: Evaluar el efecto del ejercicio físico sobre los niveles de las subfracciones HDL, enzima lecitina-colesterol acil-transferasa y la proteína transportadora de ésteres de colesterol en estudiantes de Medicina. Método: La población se dividió de manera voluntaria en 2 grupos: ejercicio y no ejercicio. Se midieron perímetro abdominal e índice de masa corporal, subfracciones de HDL 2 y HDL 3 por precipitación iónica, y en-

zima lecitina-colesterol acil-transferasa y proteína transportadora de ésteres de colesterol mediante Enzyme-Linked Immuno Sorbent Assay (ELISA). Resultados: el perfil lipídico de riesgo aumentó en ambos grupos: las HDL, HDL3 y HDL2 disminuyeron en ambos grupos, pero sólo las HDL2 lo hicieron de forma significativa en el grupo que realizó ejercicio. La lecitina-colesterol acil-transferasa y la proteína transportadora de ésteres de colesterol permanecieron sin cambios significativos. Sin embargo, en el grupo que hizo ejercicio hubo disminución estadísticamente significativa de HDL 2 y lecitina-colesterol acil-transferasa, en las mujeres. Conclusiones: el ejercicio logra modificar algunas variables como el perímetro abdominal, el índice de masa corporal y las HDL 2. Estas modificaciones son dependientes del género, pero, a pesar de la intervención de 3 meses con un programa de ejercicio, éste no logra reducir los factores de riesgo lipídico en esta población de estudiantes de Medicina, debido a que su entorno hace muy compleja la respuesta metabólica al ejercicio.

.....
¹ Universidad del Quindío, Armenia

Correspondencia: Diana García Cardona; dmgarcia@uniquindio.edu.co