

NUMERO DE PROYECTO: 200975

EMPRESA BENEFICIADA: Centro de Capacitación e Investigación en Confitería.

TÍTULO DEL PROYECTO: Efecto del consumo de cacao al 99% más Coenzima Q10 en los síntomas depresivos en mujeres perimenopausicas. Estudio piloto.



OBJETIVO DEL PROYECTO: Evaluar si hay mejoría en los síntomas depresivos en mujeres en perimenopausia posterior a la ingesta de cacao con coenzima Q10 por 3 semanas, evaluado por la encuesta de Beck.

PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS: Invitación a voluntarias a participar. Recolección de edad, peso inicial, tallas y aplicación de encuesta de Beck al tiempo cero. Entrega y verificación del consumo del producto por parte de las voluntarias. Aplicación de encuesta de Beck tras 30 días de consumo, nueva toma de peso corporal. Recolección y análisis de resultados.

BREVE DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO: Se invito a voluntarias adultos sanos en esta perimenopausica previamente diagnosticada, a que consumieran por 3 semanas el producto de chocolate con cacao 99% y 60 mg de Coenzima Q10. Se dividió a las participantes aleatoriamente en grupo chocolate con coenzima Q10 y un grupo con placebo. Se realizaron encuestas de Beck para conocer el estado de animo basal y tras 15 días de consumo del chocolate con coenzima Q10 o chocolate placebo.

RESULTADOS DEL PROYECTO: Los hallazgos sugieren, a la primera medición posterior a la ingesta por quince días consecutivos, que el chocolate con cacao al 99% más 60 mg Coenzima Q10 no mejoran significativamente el estado de ánimo, no hay diferencia con el grupo control. Ninguna de las mujeres cambio su índice de masa corporal significativamente.

IMPACTOS DEL PROYECTO: La coenzima Q10 a la dosis de 60 mg y tras su consumo diario por 15 días, no mejora significativamente el estado de animo.