

	FICHA TÉCNICA			
	Nombre del Product : Coenzima Q10 500 mg en cápsulas			
Codigo:	Versión:	Fecha de Emisión:	Fecha de proxima revision:	Sustituye:
FT-QA-001-00	0.0	11-dic-23	05-nov-25	Ninguno

COENZIMA Q₁₀ REDUCIDA (UBIQUINOL) GENTE SANA®
PRESENTA MAYOR POTENCIA Y BIODISPONIBILIDAD CON VITAMINA C
PARA MANTENER SU ESTADO REDUCIDO HASTA EL MOMENTO DE LA ABSORCIÓN

- 1 DENOMINACIÓN GENERICA
Suplemento Alimenticio
- 2 NOMBRE COMERCIAL DEL SUPLEMENTO ALIMENTICIO
200 mg de Coenzima Q10 en cápsulas de 500 mg
- 3 PRESENTACIÓN
Frasco con 60 cápsulas de 500mg. Contenido Neto 30g
- 4 INTENCIÓN DE USO
Complemento de vitaminas.
- 5 MODO DE USO
Tomar 1 Cápsula (0.5 g) al día para adultos.
- 6 FÓRMULA CUALITATIVA Y CUANTITATIVA

Ingredientes	Ctd. por porción (500 mg)*	Cantidad por 100g	Función
ACTIVOS			
Coenzima Q10 reducida	200 mg	40 g	Aporta vitamina
Vitamina C (ácido ascórbico)	50 mg	10 g	Aporta vitamina ** y es coadyuvante a la absorción de la coenzima Q10
EXCIPIENTES C.S.P***			

*La cápsula (cápsula de gelatina natural #0) aporta aprox. 103 mg a la fórmula. Peso de la cápsula llena 0.6 g.

**El contenido de vitaminas y minerales se encuentran dentro de los límites permitidos en Suplemento Alimenticio

***En conformidad con lo establecido en el acuerdo por el que se determinan los aditivos y coadyuvantes en alimentos, bebidas y suplementos alimenticios, su uso y disposiciones sanitarias.

7 INDICACIÓN TERAPEUTICA

La coenzima Q10 (CoQ10) no está aprobada por la COFEPRIS para tratar ninguna enfermedad. Sin embargo, se puede adquirir sin receta médica como suplemento alimenticio y tanto los médicos de atención primaria como los especialistas **la recomiendan para enfermedades como las neurodegenerativas, la fibromialgia, la migraña, la diabetes, el cáncer, las enfermedades mitocondriales, las enfermedades musculares y la insuficiencia cardíaca, está última asociada a una disminución de los niveles circulantes de CoQ10. Se han realizado muchos estudios bajo la premisa de que el aumento de los niveles sistémicos de CoQ10 en dichas afecciones permitiría el correcto funcionamiento de los procesos que requieren CoQ10.**

Una revisión sistemática publicada recientemente demostró que la **suplementación con CoQ10, además del tratamiento estándar en pacientes con insuficiencia cardíaca de moderada a grave, se asocia a una reducción de los síntomas y de los principales acontecimientos cardiovasculares adversos**. También puede mejorar la capacidad funcional, la función endotelial y la contractilidad del ventrículo izquierdo en pacientes con insuficiencia cardíaca congestiva.

Asimismo, la CoQ10 parece **mejorar la función endotelial en la circulación periférica de pacientes con diabetes mellitus tipo 2 con hiperlipidemia**. Las pruebas del uso rutinario de CoQ10 en pacientes con enfermedad coronaria, aparte de la insuficiencia cardíaca congestiva, son aún escasas.

También existen algunas pruebas de que, cuando se combina con selenio, la suplementación con CoQ10 en pacientes ancianos sanos y pacientes ancianos con diabetes, hipertensión y cardiopatía isquémica, puede disminuir el riesgo de mortalidad cardiovascular. **La CoQ10 ha demostrado el potencial de disminuir el dolor, la fatiga y el cansancio matutino en comparación con el placebo en pacientes con fibromialgia.**

La suplementación con CoQ10 en hombres con enfermedad de Peyronie puede disminuir el tamaño de la placa peneana, reducir la curvatura del pene y mejorar la función eréctil. Curiosamente, los niveles de CoQ10 pueden estar disminuidos en las personas con infección gripal aguda. Sin embargo, aún no se han realizado estudios sobre la administración de suplementos en este subconjunto de pacientes.

Cuando se administra junto con la terapia médica psiquiátrica estándar, la CoQ10 parece disminuir los síntomas de depresión en pacientes con trastorno bipolar. En pacientes con síndrome de ovario poliquístico, la suplementación puede mejorar la glucemia en ayunas, los niveles de insulina y los niveles totales de testosterona.

8 FARMACOCINÉTICA

Se absorbe desde el intestino delgado hacia los ganglios linfáticos y luego puede entrar en la sangre. Sin embargo, su absorción es limitada debido a su hidrofobicidad y gran peso molecular. Siendo la forma reducida más biodisponible que la forma oxidada.

9 RESTRICCIONES SECUNDARIAS Y ADVERSAS

No ha habido informes de eventos adversos de la suplementación dietética.

Los efectos secundarios más comunes son malestar gastrointestinal, náuseas, vómito, diarrea, dolores de cabeza.

10 RESTRICCIONES DE USO DURANTE EL EMBARAZ Y LA LACTANCIA

No existe evidencia alguna de contraindicaciones por sensibilidad gastrointestinal.

Consulte a su médico.

11 CONTRAINDICACIONES

Aumenta la probabilidad de sangrado al tomar medicamentos antiplaquetarios.

Incrementa el riesgo de hiperglucemia cuando se consumen medicamentos para tratar la diabetes tipo 2.

12 PRECAUCIONES GENERALES

No exceder de la producción recomendada.

13 PERIODO DE VALIDEZ

2 años

14 TABLA NUTRICIONAL

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL		
Por porción: Una (1) Cápsula (500 mg)		
Porciones por envase: 60 cápsulas		
Producto: Coenzima Q10		
Contenido energético	Por porción 11.3 kJ (2.69 Kcal)	Por 100 g 2247.9 kJ (537.26 Kcal)
Proteínas	3.1 mg	0.62 g
Grasas (Lípidos)	0.17 g	34.62 g
Carbohidratos (Hidratos de carbono)	0.29 g	58.41 g
Sodio	1.15 g	0.23 g
Coenzima Q10	200 mg	40 g
Vitamina C/ ácido asórbico	50 mg	10 g

16 BIBLIOGRAFÍA

<https://go.drugbank.com/drugs/DB09270>

Marcia Wyman, PharmD, Mandy Leonard, PharmD, BCPS and Thomas Morledge, MD
Cleveland Clinic Journal of Medicine July 2010, 77 (7) 435-442; DOI:

<https://doi.org/10.3949/ccjm.77a.09078>

Sood, B., & Keenaghan, M. (2022). Coenzyme Q10. In StatPearls [Internet]. StatPearls