

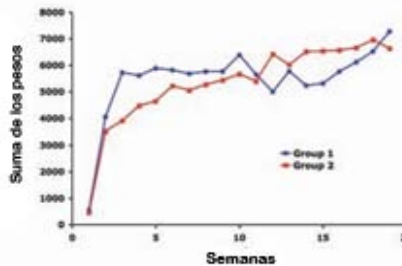
# STEMENHANCE® Y EL DESEMPEÑO FÍSICO: UN REPORTE DE ESTUDIO

por Christian Drapeau

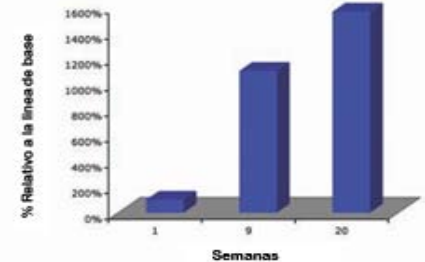
**E**l número de atletas que usan StemEnhance sigue creciendo y las historias que oímos son muy convincentes. Por ejemplo, nuestro Director Rubí de 65 años de edad, ¡sigue rompiendo los récords que él mismo había establecido en pista y campo hace cinco años!

Probablemente recuerden un artículo de hace unos meses sobre unas brillantes jovencitas que hicieron un estudio acerca del efecto de StemEnhance en el desempeño de los atletas del equipo de remo de la Universidad de Florida (*HealthSpan, primavera del 2008*)

Gráfica 1



Gráfica 2



Los resultados de su cuidadoso estudio para un proyecto de ciencias fueron positivos, y – junto con numerosas historias y observaciones – sirvieron de base para un juicio preliminar más riguroso por un experto en fisiología del ejercicio.

La base para estudiar el efecto de StemEnhance en el desempeño físico o atlético es este simple hecho: al ayudar a la reparación de micro desgarres y micro lesiones que se dan durante el entrenamiento, un atleta puede ejercitarse más vigorosamente en cada sesión de trabajo subsecuente. Consecuentemente, el atleta puede alcanzar, con el tiempo, niveles superiores de desempeño.

En nuestro estudio, nos encargamos de probar el total del peso levantado o manejado por los participantes mientras hacían curls, en cuclillas, por encima de la cabeza, presión en banco y simulación de remo. El día uno establecimos el peso máximo con el que cada participante podría hacer una repetición (Max una-rep) de cada ejercicio.

Durante las semanas subsecuentes les pedimos a los participantes que hicieran todas las repeticiones posibles con el 80% del (Max una-rep) establecido el día uno. El desempeño de los participantes se siguió y se registró en 20 semanas. En la semana 9 y en la semana 20, los participantes regresaron a la rutina original de Max una-rep e hicieron todas las repeticiones posibles. Con este protocolo pudimos seguir el progreso de los participantes en su régimen de entrenamiento. Originalmente habíamos intentado dividir el grupo en dos, un grupo con StemEnhance y el otro grupo con placebo. Pero cuando los participantes supieron de StemEnhance, ¡Todos quisieron estar con StemEnhance!

Así que para determinar el efecto de Stemenhance en el desempeño aparte del efecto del entrenamiento en sí, dividimos a los participantes en dos grupos: El grupo 1 empezaría el consumo de Stemenhance antes en el estudio y el Grupo 2 lo empezaría cuatro semanas después. Con este protocolo, si Stemenhance aumentara su desempeño, el Grupo 1 debería mostrar un avance rápido, mientras que el Grupo 2 debería mostrar un avance inicial más lento que después alcanzaría al desempeño del Grupo 1.

El estudio terminó por darnos exactamente los resultados que esperábamos. Como se muestra en la gráfica de arriba (gráfica 1). El grupo 1 mostró mejores desempeños en las primeras semanas del estudio y el grupo 2 se puso al corriente con el grupo 1 alrededor de la semana 6.

Las lesiones de algunos de los participantes contaron como algunas de las variaciones que se ven en la gráfica, pero no se vió una diferencia esencial entre los dos grupos después de la semana 6. Como dato interesante, dos participantes en quienes habían resurgido lesiones anteriores reportaron una recuperación mucho más rápida que la que habían experimentado en el pasado. volvimos a probar a los participantes a las semanas 9 y 20 (gráfica 2), usando el Máx una-rep establecido en la semana uno, ellos levantaron un total que fue, en promedio 11 y 15.7 veces, respectivamente, al peso que levantaron el día uno.

¡Esta es una mejoría sorprendente! Pero por favor tome nota: no podemos atribuir este aumento en el desempeño solamente a StemEnhance, ya que el programa de entrenamiento en sí también ayudó a mejorar las condiciones físicas de los participantes.

Sin embargo el estudio apoya fuertemente la observación de que StemEnhance ayuda a mejorar el desempeño físico. Creemos que el aumento en el número de Células madre circulantes ayuda a la reparación de microlesiones musculares, permitiendo a los atletas