

Título: Vinho e resveratrol na redução de risco de doenças cardiovasculares

Autor(es) Edineide Lima Alves de Araújo de Siqueira; Natalia Maria C.P. Jesus Ramos

E-mail para contato: ana.faller@live.estacio.br

IES: UNESA

Palavra(s) Chave(s): Doenças Cardiovasculares; Resveratrol; Vinho Tinto; Polifenóis

RESUMO

O resveratrol é uma fitoalexina de ocorrência natural da uva identificado em 72 espécies de plantas, muitas incluídas na dieta humana como amoras, amendoins e uvas. O resveratrol é sintetizado naturalmente pelas plantas sob duas formas isômeras: trans-resveratrol (trans- 3, 5, 4'-trihidroxiestilbeno) e cis-resveratrol (cis- 3, 5', 4 trihidroxiestilbeno). O isômero trans é a forma mais estável do resveratrol e farmacologicamente ativa. A uva e o vinho tinto são uma das maiores fontes de resveratrol, em especial nas espécies *Vitis vinifera* e *Vitis labrusca*. As uvas que originam os melhores vinhos são da espécie *Vitis vinifera*, de origem européia, que possui inúmeras castas. O resveratrol é considerado o principal polifenol responsável por propiciar benefícios cardiovasculares devido às propriedades antioxidantes e outros efeitos fisiológicos. A orientação para o consumo moderado de vinho se deve ao fato de que os compostos fenólicos presentes no vinho tinto podem ajudar na manutenção da saúde dos vasos sanguíneos e o álcool, em doses moderadas, desempenha efeito protetor no sistema cardiovascular. O resveratrol tem a capacidade de proteger as LDL-C contra o ataque oxidativo, inibindo a produção de óxido nítrico e mantendo níveis de endotelina- 1. O objetivo deste trabalho foi descrever os efeitos do resveratrol e vinho tinto na redução do risco de doenças cardiovasculares. Este é um estudo de revisão bibliográfica baseado em livros consultados, sites, artigos originais e de revisão, monografias, dissertações de mestrado e teses de doutorado nas áreas de Nutrição em Saúde Pública, Farmacologia, Biologia Celular e Molecular, no período de agosto à novembro de 2012 e pesquisados por meio de sites nas bases de dados Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde e Google Acadêmico. As pesquisas comprovaram que o vinho tinto é a bebida mais favorável à saúde, isso se ingerido junto com as refeições, regularmente, com moderação e por quem não tem contraindicação a ingestão de bebidas alcoólicas. A capacidade antioxidante total dos vinhos tintos é muito superior a dos vinhos brancos, uma vez que nestes a concentração de polifenóis é de cerca de 250mg/L, ao passo que em vinhos tintos estes valores oscilam entre 1000 e 4000mg/L. De acordo com os estudos comprovou-se a ação do resveratrol na redução de risco cardiovascular e tratamento da aterosclerose e das doenças associadas, no entanto, o consumo de vinho tinto deve ser moderado, pois implica no consumo de álcool. Estudos aprofundados devem ser realizados para avaliar a eficácia e segurança do resveratrol fora da matriz alimentar.