

Estudos apontam resveratrol para prevenção no desenvolvimento de doenças cardiovasculares

O resveratrol é um polifenol que pertence ao conjunto das fitoalexinas e parte do restrito grupo dos estilbenos. As fitoalexinas podem exercer efeitos de atividade antimicrobiana, por ser um grupo de metabólitos secundários com características químicas diversas após realizarem a resposta contrária aos danos contra a planta. O resveratrol, portanto, é produzido em plantas como uma defesa em resposta a fatores potencialmente agressivos como exposição à radiação ultravioleta (UV), a patógenos e demais agentes físicos e químicos. A uva é uma das fontes mais conhecidas de resveratrol, e a concentração do composto aumenta de acordo com a intensidade do estresse ao qual a videira enfrentou, sendo encontrado, principalmente, na película que envolve o fruto. A pro-

teção cardiovascular induzida pela substância se deve a tais mecanismos:

- 1) Inibição da oxidação de LDL sendo um potente destruidor dos radicais hidroxil, superóxidos, assim como atuação antioxidante em células produtoras de espécies reativas de oxigênio.
- 2) Inibição da agregação plaquetária, de fatores pró-coagulantes e da síntese de eicosanóides pró-aterogênicos.
- 3) Vasodilatação e redução da síntese de óxido nítrico, por potencializar o relaxamento da musculatura lisa.

BRASNYÓ, em seu estudo, concluiu que 5mg de resveratrol, duas vezes ao dia, diminuiu a resistência insulínica e o estresse oxidativo. Já ZERN e colaboradores demonstraram o efeito cardioprotetor dos polifenóis da uva pela redução dos níveis plasmáticos de lipídeos e redução do estresse oxidativo – o estudo abrangeu 20 mulheres na pós-menopausa e 24 na pré-meno-

pausa usando um preparado de uva que continha 7µmol/kg de resveratrol.

Nas últimas décadas, o resveratrol, assim como os demais polifenóis e alimentos funcionais, tem sido foco de diversos estudos e pesquisas que relacionam aos eventos cardiovasculares, cardioproteção e estresse oxidativo, visto que, patologias cardiovasculares são as principais causas de óbitos no mundo. Diversos estudos podem sugerir que a ingestão de polifenóis, em especial o resveratrol possa agir como elemento preventivo no desenvolvimento de eventos potencialmente fatais, como as cardiovasculares. Pesquisas recentes demonstraram que o consumo de 250ml de vinho tinto ou 500ml de suco de uva por 14 dias gera a vasodilatação do endotélio em indivíduos hipercolesterolêmicos. Entretanto, mais estudos necessitam ser realizadas para haver uma adequada proposta de dose para a suplementação de resveratrol.

Veja as referências bibliográficas no artigo publicado no site da ABRAN.



Dra. Nayara Oliveira
Médica nutróloga - Título de
especialista pela ABRAN