

47. VINHO E BENEFÍCIOS PREVENTIVOS DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES: RECOMENDAÇÕES PRESENTES NA LITERATURA

MOREIRA, ELIZETE MARIA DA SILVA¹
SILVA, TATIANE DUARTE LOPES²
OLIVEIRA, JOSÉ RODOLFO DE³

^{1,2,3} CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS DE MINAS UNIPAM

elizete@unipam.edu.br

Este trabalho estudou a relação entre espécies químicas presentes no vinho e prevenção de doenças cardiovasculares, de modo específico a dosagem recomendada para esse fim. Fez-se pesquisa bibliográfica qualitativa em 19 artigos científicos publicados de 2002 a 2011, identificados de (01) a (19). Dois autores inicialmente analisados (01) e (02) afirmam que o vinho é ótimo para a saúde se ingeridos dois copos/dia devido seu poder antioxidante. O autor (03) diz que vinhos de má qualidade devem ser evitados, pois são ácidos, favorecem a oxidação, contêm conservantes e neutralizam benefícios das procianidinas. Os autores (04) dizem que a ciência comprovou que o consumo de um a dois copos/dia, em especial o tinto, nas refeições, deixa o coração leve. As ações terapêuticas devem-se a compostos fenólicos como o resveratrol. Para (05) as concentrações de fenólicos totais, as antocianinas monoméricas, a contribuição das antocianinas poliméricas e a cor variam entre as marcas. Segundo (06) as uvas tintas de coloração mais escura apresentaram maior conteúdo de antocianinas e conseqüentemente maior teor de fenólicos totais e capacidade antioxidante. Os autores (07) postulam que flavonóides do vinho tinto inibem a hidroxilação do LDL, fazendo a oxidação preventiva do α -tocoferol e destruindo placas ateroscleróticas. Os flavonóides induzem a liberação de óxido nítrico, promovem a vaso dilatação e regeneram antioxidantes primários. Os autores (08) e (09) apontam que entre os antioxidantes não enzimáticos estão as vitaminas C e E, os carotenóides e os flavonóides. Para (10) o consumo moderado reduz ocorrência de coágulos no sangue. O resveratrol favorece a produção do HDL impedindo a oxidação do LDL e promovendo efeitos antioxidante e anticancerígeno. Já (11) e (12) afirmam a eficácia contra vírus, bactérias, cânceres e doenças degenerativas, pois aumenta o bom colesterol, evita a oxidação das células e reduz a formação de placas de gorduras. Segundo (13) e (14) na casca da uva encontram-se leveduras responsáveis pela fermentação. Já (15), (16), (17) e (11) dizem que o resveratrol protege contra doenças cardiovasculares. O autor (18) afirma que o uso moderado previne doenças cardiovasculares e diz que na elaboração dos padrões de consumo devem-se considerar aspectos médicos e psicossociais devido ao álcool e suas repercussões. No último artigo (19) o autor diz que, em contato com o carvalho das barricas, os flavonóides são liberados com maior concentração. Percebeu-se que não há consenso frente à quantidade recomendada/dia, pois muitos fatores influem na prescrição. Verificou-se que há recomendação do uso moderado de vinho devido aos benefícios em relação à prevenção de acidentes cardiovasculares, baseados em dados científicos. Mas isso deve ser feito com acompanhamento do profissional da saúde para evitar vícios e doses não aconselháveis às condições físicas e psicológicas do paciente.

Categoria: Apresentação Pôster

Área temática: Nutrição