

## 24 – Outros

**O vinho tinto e a saúde cardiovascular: atualidades**

Rodrigo Siqueira-Batista, Paulo César Rozental Fernandes, Poliana Abrantes Schimbergger, Cícero Dutra de Campos

Universidade Federal de Viçosa (UFV) Viçosa MG BRASIL e Centro Universitário Serra dos Órgãos (UNIFESO) Teresópolis RJ BRASIL

**Introdução:** O vinho é o resultado da fermentação alcoólica do mosto de uvas frescas. No bojo da saúde cardiovascular, tornou-se mote de investigações dirigidas à nutrição e à saúde, especialmente a partir da compreensão do chamado “paradoxo francês”.

**Objetivo:** Revisar os dados da literatura acerca da importância do vinho para a saúde cardiovascular humana.

**Métodos:** Revisão da literatura, encerrada EM 31/12/2009, utilizando a U. S. National Library of Medicine (PUBMED). Foram utilizados como unitermos “red wine” e “cardiovascular health”.

**Resultados:** Foram obtidos 104 artigos no período revisto. As principais temáticas abordadas nos trabalhos encontrados foram: (1) impacto do vinho tinto no risco cardiovascular e (2) as consequências deletérias do abuso de álcool. Entre os compostos mais estudados, presentes no vinho, esta o resveratrol, fitoalexina produzida pela uva e por outros vegetais. Trabalhos apontam sua participação na redução do colesterol LDL e no aumento do colesterol HDL séricos e na minimização da agregação plaquetária. Ademais, o resveratrol atua minimizando o desenvolvimento de células neoplásicas, cabendo destaque, neste âmbito, à inibição da cascata do ácido araquidônico – rota metabólica pode induzir a gênese de tumores. Outros compostos de destaque são os flavonóides, os quais têm sido relacionados à prevenção da aterosclerose, por evitarem a oxidação de LDL diminuindo a sua aterogenicidade e consequentemente retardar a progressão das lesões ateroscleróticas. Estes efeitos são observados em situações de consumo moderado. A despeito destes benefícios, o estímulo ao uso de bebidas alcoólicas deve ser bastante parcimonioso, considerando o incremento dietético de calorias, o risco associado ao incremento da síntese de ácidos graxos – resultando em esteatose hepática e hipertrigliceridemia –, entre outros aspectos.

**Conclusão:** O impacto do consumo de vinho tinto na saúde – levando-se em consideração os riscos e os benefícios – parece estar profundamente relacionado à quantidade de álcool consumido.