



VI ENCONTRO REGIONAL SUL DE ENSINO DE BIOLOGIA (EREBIO-SUL)

XVI SEMANA ACADÊMICA DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS



RESVERATROL: COMPONENTE BENÉFICO DO VINHO

Danian Alexandre Dugato (Curso de Graduação em Ciências – Licenciatura, UFFS)

Guilherme Lenz (Curso de Graduação em Ciências – Licenciatura, UFFS)

Introdução

O vinho é uma bebida muito antiga, é obtido pela fermentação do mosto de uva, por ação de leveduras naturais, transformando açúcares naturais em alcoóis e anidrido carbônico (DARDEAU, 2002, p. 19).

Hoje uma época em que a cada dia surgem novas doenças, remédios são fabricados para cura-las, mas a prevenção é pouco almejada pela população. O objetivo do trabalho é trazer evidências que mostram os benefícios do vinho, principalmente como preventivo, aonde será caracterizado as substâncias presentes no vinho que proporcionam o benefício, daremos ênfase ao resveratrol.

Metodologia

O método utilizado para entendermos os benefícios e os componentes benéficos do vinho, foi a revisão bibliográfica do assunto. Pesquisas realizadas em sites, artigos e livros, assim como revistas e demais textos, que mesmo não citados contribuíram para o entendimento do contexto.

As revisões bibliográficas sobre o assunto estão em fase inicial, até então temos como o principal composto responsável pelo benefício do vinho, o resveratrol.

Desenvolvimento.

O resveratrol a quem temos como o principal composto beneficiário do vinho:

o resveratrol é uma fitoalexina encontrada nas uvas. A investigação recente demonstrou que o resveratrol administrado por via oral reduziu os níveis de lípidos no fígado de ratos. Vinho haviam sido mostrados para reduzir os níveis de lipídeos séricos em humanos. A concentração de resveratrol foi medida em vinhos seleccionados utilizando HPLC e espectrofotometria. Origem geográfica, variedade, métodos de cultivo, e os procedimentos de vinificação tudo parecia afetar a concentração de resveratrol. Análise dos vinhos indicaram que o resveratrol pode ser o ingrediente ativo, em vinhos causando redução de lípidos no soro (SIEMANN, 1992, p. 1).

O Resveratrol é um composto que a videira, assim como algumas outras plantas, produz como forma de defesa, é a reação da planta frente ao ataque de fungos e como proteção dos raios ultra-violeta, assim as condições que a uva foi produzida influencia muito na quantidade e na qualidade de resveratrol que venha a conter. Regiões bem ensolaradas produzem uvas com grande quantidade de resveratrol, assim como as regiões bastante úmidas, pois facilitam a proliferação de fungos, ou seja, o clima tropical é melhor para se obter uvas com altos teores de resveratrol. Conforme Siemann testes feitos em ratos de laboratório mostram um decréscimo na quantidade de lipídios presente no fígado após aplicações de resveratrol puro.

O resveratrol foi descoberto na década de 40, mas os seus efeitos benéficos a saúde só



VI ENCONTRO REGIONAL SUL DE ENSINO DE BIOLOGIA (EREBIO-SUL)

XVI SEMANA ACADÊMICA DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS



começaram a serem estudados a partir da década de 90, onde foi responsabilizado por parte do "Paradoxo Francês" (KOPP, 1998, p. 620). Dados estatísticos colocam a França como um dos países mais consumidores de gordura, contrapondo o que era de se esperar a França também tem um índice de longevidade bastante elevado e números de casos de doenças cardiovasculares, relativamente pequeno.

dá-se a denominação de paradoxo francês ao curioso dado estatístico que ocorre, na França, em que a população fuma mais, tem vida sedentária e come tanto ou mais gorduras que nos outros países da Europa e que os norte-americanos, sofrendo, entretanto, significativamente menos de distúrbios cardiovasculares que os outros (PENNA, 2004, p. 65).

Outro dado sobre a França é que ela é grande consumidora de vinho assim desenvolvem-se estudos para comprovar que seja o vinho o responsável por esse paradoxo, sendo que muitos outros fatores podem influenciar.

Apontamos o resveratrol como o principal componente benéfico, mas para Copello "O vinho possui cerca de 400 substâncias e é uma bebida ainda pouco conhecida quimicamente. É virtualmente bom para quase tudo em nossa saúde" (COPELLO, 2000). Essas 400 substâncias presentes no vinho formam o conjunto benéfico, e é esta totalidade que precisamos analisar para compreendermos a ação do vinho no nosso organismo. O resveratrol puro é provado que trás benefícios, inclusive é vendido em cápsulas nas farmácias, mas não são tantos perante os proporcionados pela ingestão dele em conjunto com os demais componentes do vinho.

Figura 1: Vinho tinto sendo servido



Fonte: Arquivo Pessoal. Dugato, 2013.

No processo de fermentação do vinho também é produzido o Etanol ou álcool etílico. O consumo moderado de etanol aumenta os níveis de HDL, que é uma lipoproteína benéfica ao



VI ENCONTRO REGIONAL SUL DE ENSINO DE BIOLOGIA (EREBIO-SUL)

XVI SEMANA ACADÊMICA DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS

organismo, e conseqüentemente diminui os níveis de LDL, que são lipoproteínas malélicas. O vinho além de conter etanol possui um abundante conteúdo de compostos bioativos, que dificilmente outra bebida venha a conter. “a ingestão de vinho (até 21 doses/semana) reduziu a mortalidade por câncer em até 22%, quando comparada à mortalidade entre abstêmios” (PAULO, 2007, p. 2). Estes são dados obtidos pelo cientista Grombaek e seus colaboradores em análise da população regional. Esta quantidade é o limite que deve ser ingerida, são três doses diárias em média, para se obter os benefícios. A quantidade ingerida é fundamental para que se obtenha os resultados desejados.

“O consumo excessivo de bebidas alcoólicas tem sido relacionado com a maior ocorrência de alguns tumores” (Wünsch Filho, 2008, p.5). É comprovado que a ingestão trás benefícios, mas caso os limites sejam excedidos os efeitos são contrários e o que era para causar benefícios, causa graves danos. O consumo elevado do vinho pode causar problemas cardíacos, no entanto o consumo moderado dessa bebida tem um efeito cardioprotetor. Tanto o vinho tinto quanto o vinho branco podem causar esse efeito, porem o vinho tinto possui mais polifenóis, aumentando a sua eficiência.

A população ao ouvir falar de que o vinho é benéfico pode pensar que sendo feito da uva, está traga os mesmos benefícios, ou até mais, pois é mais natural. A citação que trago de Copello é necessariamente neste ponto:

uma questão que fica para ser investigada é se as propriedades benéficas estão exatamente na uva ou na composição da uva com o álcool. Caso a primeira hipótese seja a mais provável, isso mudaria a característica tão disseminada do vinho tinto, porque, neste caso, um simples suco de uva (sem álcool) poderia fazer o mesmo efeito (COPELLO, 2000).

Copello diz que algumas das propriedades benéficas do vinho vêm da uva, mas para ter este benefício comendo uva, seria necessário que uma pessoa comesse muitos quilos de uvas todos os dias. A uva perse não proporciona grandes benefícios pelo fato de a maior quantidade de resveratrol se encontrar na casca, que geralmente não é consumida e na semente, que não é digerida pelo nosso organismo. No processo de produção do vinho as sementes são quebradas juntamente com a casca e polpa, o grão em sua integralidade passa pelo processo de fermentação, aonde ocorre a liberação do resveratrol em maior quantidade. No processo de fermentação o resveratrol presente nas sementes e nas cascas também são aproveitados, assim temos uma maior concentração do composto que na uva perse.

Considerações Finais

O trabalho de revisão bibliográfica sobre os benefícios do vinho foi muito satisfatório para nós que apreciamos esta saborosa bebida, de modo social. A cerca do vinho sempre ouve boatos que era benéfico, mas poucos arriscavam dizer, o porquê dos benefícios, muitas vezes de forma errônea. Após está revisão acreditamos conhecer um dos componentes que causam os benefícios do vinho que evidenciamos ser o principal, mas estamos cientes de que não é o único, visto que o resveratrol ingerido puro não trás os mesmos benefícios. Conforme ZAMIN “corroborar-se a hipótese de que os efeitos benéficos dos vegetais não reside em apenas um composto isolado, mas sim a combinação destes (ZAMIN, 2010, p. 41)

Como abordado no decorrer do trabalho as bebidas alcoólicas fazem mal a saúde quando ingeridas de forma abusiva, mas sua ingestão em quantidades recomendadas, no caso do vinho uma taça por dia é suficiente, e é mais benéfico do que não ingeri-la.



VI ENCONTRO REGIONAL SUL DE ENSINO DE BIOLOGIA (EREBIO-SUL)

XVI SEMANA ACADÊMICA DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS



Salientamos a grande importância da moderação na ingestão desta bebida, pois se trata de uma bebida alcoólica, e que sua ingestão é expressamente proibido para menores de 18 anos.

Referências

COPELLO, Marcelo. **O Vinho Para Quem Tem Estilo**. Disponível em: http://www.mardevinho.com.br/site/c_boasaude.htm. Acesso em: 04 de mar de 2013.

DARDEAU, Rogerio. **Vinhos Uma Festa Dos Sentidos**. Mauad, 2002.

KOPP, P. **Resveratrol, a phytoestrogen found in red wine**. A possible explanation for the conundrum of the french paradox? Eur J Endocrinol.1998, v. 138.

PAULO, Gustavo Andrade de. **Vinho**. Disponível em: <http://www.artwine.com.br/edicoes/wine-style-11-vinho-e-cancer.pdf>. Acesso em: 05 de mar de 2013.

PENNA, Neidi Garcia. HECKTHEUER, Luísa Helena Rycheki. **Vinho e Saúde: uma revisão**. Infarma 16 (2004): 1-2.

SIEMANN, Creasy E H. **A concentração do resveratrol no vinho fitoalexina**. American Journal of Enologia e Viticultura 43.1 (1992): 49-52.

WÜNSCH FILHO, Victor. **Prospects of research on social determinants in cancer**. Physis: Revista de Saúde Coletiva 18.3 (2008): 427-450.

ZAMIN, Lauren L. **Resveratrol e quercetina: avaliação da atividade antitumoral e dos mecanismos de ação em linhagens de gliomas in vitro e em um modelo de implante de gliomas in vivo**. 2010.