 DOI: 10.51161/cronics/7518

I Congresso Brasileiro de Doenças Crônicas On-line

EFEITO DOS POLIFENÓIS E SEUS METABÓLITOS SOBRE A REDUÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

ANNA BEATRIZ MACHADO LIMA; JOÃO GABRIEL FERREIRA DE OLIVEIRA; LARISSA NUNES DA SILVA NASCIMENTO; LUAN ANDRADE CARVALHO; MARINA FERRAZ CORDEIRO

Introdução: As doenças cardiovasculares (DCV) são uma das principais causas de mortalidade no mundo e seu surgimento está associado a hábitos alimentares ruins, como a baixa ingestão de alimentos ricos em polifenóis e o alto consumo de alimentos processados e gorduras saturadas. Os polifenóis são compostos químicos ativos, presentes em variadas espécies de vegetais, e são essenciais para a manutenção da saúde e da qualidade de vida. Um exemplo desses compostos é a apigenina, polifenol da classe dos flavonóides, abundante em plantas, frutas, vegetais e bebidas. **Objetivos:** Buscou-se verificar os efeitos do consumo de polifenóis, oriundos de alimentos e bebidas, sobre a redução de DCV. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa, cujo material foi proveniente da base de dados Virtual Health Library (BVS) , onde foram encontrados 18 estudos, publicados entre os anos de 2017-2022, dos quais 04 foram selecionados por corresponderem a ensaio clínico randomizado, critério de seleção utilizado. Os termos de busca utilizados foram: ”polyphenol” AND “cardiovascular effects”. **Resultados:** Entre os efeitos dos polifenóis, verificou-se a propriedade anti-hipertensiva, com diminuição dos valores da Pressão Arterial Sistólica e Diastólica provocada pela diminuição da atividade da enzima conversora de angiotensina. Ademais, os polifenóis apresentam atividade antioxidante e anti-inflamatória, reduzindo a formação de placas de ateroma e os níveis de Interleucina-6 (IL-6), respectivamente. Metabólitos provenientes dos polifenóis também agem estimulando o aumento da síntese de Óxido nítrico endotelial (ONSe), que está diretamente relacionado ao efeito vasodilatador. Além disso, foi observada a redução do perfil lipídico, com evidente diminuição dos níveis séricos de colesterol total (CT), lipoproteínas de baixa densidade (LDL-C) e LDL oxidado (ox-LDL) e regulação dos níveis de lipoproteínas de alta densidade (HDL). **Conclusão:** a ingestão de alimentos/bebidas contendo polifenóis é capaz de reduzir os principais fatores de risco para doenças cardiovasculares, ao atuar sobre a pressão arterial e a parede dos vasos sanguíneos, além de interferir no perfil inflamatório e lipídico.

Palavras-chave: Agentes reguladores de lipídios, Anti-hipertensivos, Anti-inflamatórios, Antioxidantes, Fenóis.