

RESVERATROL Y SU COMPORTAMIENTO EN EL CUERPO HUMANO

La permanente mejora en la calidad de los alimentos y bebidas que consumimos a diario, impulsa importantes cambios en los sistemas de producción y elaboración y amerita brindar mayor información al consumidor.

El vino y su consumo moderado, está comprobado que aporta innumerables beneficios para la salud. La uva, como fruta fresca, proporciona fibras, vitaminas y potentes antioxidantes (compuestos fenólicos), dentro de los cuales nos sorprende los beneficios del RESVERATROL.

El resveratrol es un polifenol presente en cantidades variables tanto en la uva blanca como tinta, pero es en ésta última donde se encuentra en mayor proporción.

El RESVERATROL se encuentra además en muchas otras especies vegetales y se sintetiza como respuesta a situaciones de estrés. En el caso de la vid está presente en tallos, semillas y principalmente en la piel del grano, su tenor depende de la variedad de uva y puede verse incrementada en determinadas circunstancias:

- Leves ataques fúngicos tal como el proceso *Botrytis cinerea* ya que la planta lo genera como autodefensa
- Horas de sol (viñedo)
- Terrenos pedregosos
- Poca fertilización

Existen innumerables factores en el proceso de vinificación de los tintos que determinan la concentración de Resveratrol que estará presente en el vino; la maceración prolongada (muchas horas de contacto del jugo con los hollejos), sembrado de levaduras seleccionadas, correctos remontages y temperaturas controladas, permiten una mayor extracción de los compuestos fenólicos desde la piel y semillas de las uvas, produciendo un aumento de la concentración de RESVERATROL en el vino.

MECANISMO DE ACCIÓN:

Existen múltiples teorías sobre el envejecimiento del ser humano, se trata de un fenómeno multifactorial, que afecta todos los niveles de organización biológica. Se han llegado a postular casi 200 teorías del envejecimiento, entre ellas, una de las más estudiadas es la teoría de los radicales libres (Especies Reactivas de Oxígeno, Nitrógeno y Carbonilo) y la teoría relacionada con el acortamiento de los Telómeros.

TELÓMEROS

Los telómeros son los extremos de los cromosomas. Son regiones de ADN no codificante, altamente repetitivas, cuya función principal es la estabilidad estructural de los cromosomas en las células eucariotas. Los telómeros juegan un importante papel en la vida de las células ya que mantienen la integridad de las terminaciones de los cromosomas impidiendo que se enmarañen y adhieran unos con otros, ayudan a que los cromosomas homólogos se emparejen y entrecrucen durante la profase de la meiosis. El desgaste del Telómero en el transcurso de ciclos celulares, impide su función protectora del cromosoma, con lo que éste se vuelve inestable, se fusiona o se pierde. Las células que presentan estos defectos, no sólo son incapaces de duplicarse, sino que dejan de ser viables y se activan los procesos de apoptosis o muerte celular programada.

La longitud de los Telómeros está determinada por la herencia genética, pero puede ser modificada por factores ambientales que causan stress oxidativo (exceso de especies reactivas, tabaquismo, obesidad stress, radiación ultravioleta y otras).

La restricción del alimento trae aparejada una extensión del lapso de vida máximo de la especie, fenómeno denominado: Inducción de la longevidad por restricción de calorías. Éste es aplicable tanto para organismos unicelulares como multicelulares .

En el año 1991, Leonard Guarente, demostró que una enzima, llamada Sirtuina, es necesaria para prolongar la vida mediante la restricción calórica. En el 2003, David Sinclair descubre que las Sirtuinas pueden ser activadas no solo por la dieta hipocalórica, sino también por compuestos naturales llamados polifenoles (flavonoides), de los cuales el más estudiado relacionado con este tema es el RESVERATROL.

SIRTUINAS

Recientes y numerosos trabajos de investigación, sostienen que las Sirtuinas son reguladores universales del envejecimiento de todos los organismos vivos, permitiendo que las células sobrevivan al daño, demorando el envejecimiento de las mismas. Operan como guardianes de las células, protegiendo sus estructuras “ supervivencia celular” y previniendo enfermedades como: cáncer , neurodegenerativas , obesidad - diabetes , fotoenvejecimiento , arteriosclerosis, stress oxidativo , del envejecimiento .

Por ser entonces el RESVERATROL un compuesto capaz de estimular a las SIRTUINAS, el consumo moderado de vino tinto, rico en RESVERATROL, puede traer aparejados los siguientes beneficios para la salud:

- Acción antiespasmódica
- Activación de la secreción biliar
- Acción antibacteriana
- Efecto antihistamínico, que atenúa las reacciones alérgicas
- Protección de las paredes arteriales, al fortalecer el colágeno y la elastina que las forman
- Aporta minerales y oligoelementos
- Disminuye las grasas y el colesterol de la sangre
- Prevención de enfermedades degenerativas
- Prevención del fotoenvejecimiento

Vale la aclaración, que por consumo moderado se entiende 300cc de vino tinto por día, lo que equivale a una copa con el almuerzo y una con la cena.

A continuación exponemos material de información de importante y reconocidos centros de estudios e investigación lo cual avalan lo ante dicho.

Y algo para tener siempre presente:

Un gran vino es aquel que usted disfruta más. Mientras más se aprende de vinos más satisfactoria resulta la experiencia de beberlo, porque el vino es familia, contacto, amistad y emociones...