



Realização:



Apoio:



XVII CIC  
X ENPOS

Conhecimento sem fronteiras  
XVII Congresso de Iniciação Científica  
X Encontro de Pós-Graduação  
11, 12, 13 e 14 de novembro de 2008

## EFEITO DO CONSUMO DE ALHO NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES E CARCINOGENESE.

**Autor(es):** COLLING, Catiússa; ZANINI, Roberta de Vargas; MUNIZ, Ludmila Correa;  
DOURADO, Massako Takahashi

**Apresentador:** Catiússa Colling

**Orientador:** Massako Takahashi Dourado

**Revisor 1:** Neftali Lenin Villareal Carreño

**Revisor 2:** Catia Fernandes Leite

**Instituição:** Universidade Federal de Pelotas

### Resumo:

O alho é um alimento cujo bulbo é rico em derivados de enxofre, compostos voláteis, enzimas, minerais, vitaminas, lipídios e cerca de 17% de proteínas, entre outros elementos. Estas substâncias lhe conferem além das características nutricionais, propriedades benéficas à saúde, ainda não bem esclarecidas. Frente a isto, o presente estudo tem como objetivo fornecer informações sobre os efeitos do consumo de alho na prevenção de doenças cardiovasculares bem como seu efeito anticarcinogênico. Para tanto, foi realizada uma revisão bibliográfica em bases de dados científicos, principalmente Lilacs e Medline (artigos de 2000 a 2007). Após a análise de alguns estudos, observou-se que o alho é considerado protetor contra doenças cardiovasculares devido a sua propriedade de reduzir a concentração de colesterol total sérico e a pressão sanguínea, além de inibir a agregação plaquetária, em casos de hiperlipidemia. Pesquisadores sugerem que o consumo de extrato de alho por indivíduos que apresentam níveis lipídicos normais possa ser benéfico na prevenção de doenças cardiovasculares, como resultado da diminuição da agregação plaquetária. Além disso, inúmeros estudos mostram um importante potencial antitumoral apresentado pelo alho, um alimento rico em alicina. Esta molécula é capaz de interferir no processo carcinogênico pela estimulação da enzima citocromo P (450), pelo seu potencial antioxidante e pela sua capacidade de estimular o sistema imunológico. Neste último sistema orgânico, a alicina atua estimulando a proliferação dos linfócitos, a fagocitose pelos macrófagos, a hipertrofia esplênica, a liberação de interleucina-2 do fator de necrose tumoral alfa e do interferon gama. Através da estimulação da resposta imunológica o alho representa um forte aliado na prevenção de inúmeros processos carcinogênicos como no câncer gástrico, no de bexiga e no de cólon. Ainda que os resultados demonstrem perspectivas positivas para esta área, pesquisadores alertam para os possíveis efeitos adversos no consumo abusivo e na falta de controle de qualidade desse alimento.