

**2009 - Κόκκινο κρασί για υγεία, όχι όμως και για μακροζωία**

Η ουσία ρεσβερατρόλη χαρίζει ποιότητα ζωής, αλλά δεν αυξάνει τη διάρκειά της. Ηρεσβερατρόλη, η οποία έχει χαρακτηριστεί από τους επιστήμονες το «μαγικό συστατικό» του κόκκινου κρασιού, φαίνεται τελικώς ότι προσφέρει ποιότητα ζωής θωρακίζοντας τον οργανισμό από πλήθος νόσων, όχι όμως και... ποσότητα, αφού δεν αυξάνει το προσδόκιμο ζωής, όπως πιστευόταν.

Το συγκεκριμένο χημικό έχει αποδειχθεί ότι επιδρά σε πολλούς γενετικούς παράγοντες που σχετίζονται με τη γήρανση και γι' αυτόν τον λόγο υπήρχαν μεγάλες ελπίδες ότι θα αποτελούσε το ελιξίριο της μακροζωίας. Τώρα διεθνής ομάδα ερευνητών αναφέρει με δημοσίευσή της στο επιστημονικό έντυπο «Cell Metabolism» ότι το χημικό του κρασιού φάνηκε έπειτα από πειράματα σε ποντίκια ότι προλαμβάνει τις επιπτώσεις που έχει ο χρόνος στην καρδιά, στα οστά, στα μάτια και στους μυς, γεγονός που μαρτυρεί ότι μπορεί να προφυλάξει και τον ανθρώπινο οργανισμό από προβλήματα όπως τα καρδιακά νοσήματα, η οστεοπόρωση, ο καταρράκτης και ο κακός συντονισμός της κίνησης. Από τα πειράματα δεν προέκυψε όμως καμία επίδραση στο προσδόκιμο ζωής.

Σε κάθε περίπτωση, πάντως, δεν είναι διόλου ασήμαντο το γεγονός ότι, όπως φαίνεται, το συγκεκριμένο συστατικό του κρασιού που περιέχεται επίσης στο ρόδι και στους ξηρούς καρπούς μπορεί να συμβάλει σημαντικά στο να έχει ένα άτομο μια ζωή απαλλαγμένη από προβλήματα υγείας που εμφανίζονται με την πάροδο του χρόνου.

Όπως ανέφερε ένας εκ των ερευνητών, ο δρ Ράφαελ Ντε Κάμπο από το Εθνικό Ινστιτούτο για τη Γήρανση των ΗΠΑ, «η ποιότητα ζωής των ποντικών που λάμβαναν ρεσβερατρόλη ήταν στο τέλος της ζωής τους πολύ καλύτερη σε σύγκριση με τα υπόλοιπα».

Από τα ευρήματα της μελέτης προέκυψε ότι:

- Τα επίπεδα ολικής χοληστερόλης μειώθηκαν σημαντικά σε ποντίκια ηλικίας 22 μηνών που δεν ήταν παχύσαρκα, έπειτα από θεραπεία 10 μηνών με ρεσβερατρόλη.
- Οι αορτές ποντικών ηλικίας 18 μηνών, τόσο παχύσαρκων όσο και με φυσιολογικό βάρος, που έλαβαν ρεσβερατρόλη λειτουργούσαν πολύ καλύτερα σε σύγκριση με τους ποντικούς αντίστοιχης ηλικίας που δεν έλαβαν την ουσία.
  - Η ρεσβερατρόλη μείωσε τη φλεγμονή στην περιοχή της καρδιάς.
  - Τα πειραματόζωα που έλαβαν την ουσία είχαν καλύτερα οστά.
  - Στην ηλικία των 30 μηνών τα ζώα που έλαβαν ρεσβερατρόλη παρουσίαζαν πολύ μικρότερο σχηματισμό καταρράκτη σε σύγκριση με τα υπόλοιπα.
  - Η ρεσβερατρόλη βελτίωσε την ισορροπία και τον συντονισμό των κινήσεων στα ηλικιωμένα ζώα.
  - Παρουσιάστηκε μετά τη λήψη της ουσίας μεγαλύτερη ενεργοποίηση στα μιτοχόνδρια που αποτελούν «εργοστάσια» παραγωγής ενέργειας των κυττάρων. Ωστόσο δεν υπήρξε επίδραση στη μακροζωία.

«Ανακαλύψαμε ότι, αν και η ποιότητα ζωής βελτιώθηκε με τη ρεσβερατρόλη, η ουσία δεν επέδρασε στην επιβίωση ποντικών που ακολουθούσαν ένα συγκεκριμένο, συμβατικό διαιτολόγιο σε σύγκριση με άλλα ποντίκια που ακολουθούσαν το ίδιο διαιτολόγιο αλλά δεν λάμβαναν ρεσβερατρόλη» σημείωσε ο δρ Ντε Κάμπο.