

Cientistas revelam os benefícios do alho para a saúde

MEDICINA ALTERNATIVA

A medicina alternativa proclamou os benefícios do alho para a saúde durante séculos, desde as suas propriedades anti-bacteriantes e anti-micóticas até os seus efeitos positivos sobre o sistema cardiovascular. Agora investigadores norte-americanos afirmam que descobriram a razão científica para isso.

Detectaram porquê este pequeno e cheiroso dente pode ser tão benéfico para a saúde: estimula a produção própria do corpo de um composto que dilata os vasos sanguíneos, incrementa o fluxo de sangue e previne os coágulos de sangue e os danos da oxidação.

"Isto ajudará a alcançar um standard sobre os suplementos de alho vendidos a público, e a assegurar que estes tenham os ingredientes que produzem esse composto-chave", indicou David Kraus, fisiólogo do Departamento de ciências da saúde ambientais da Universidade de Alabama em Birmingham.

Grande parte da investigação sobre os benefícios farmacológicos do alho foram centrados em compostos orgânicos que o alho possui, sendo o mais conhecido a alicina.

Mas o novo estudo sugere que a alicina e outros compostos similares são só uma peça do puzzle e que o importante é o mensageiro químico produzido quando se metabolizam estes componentes.

Em experiências laboratoriais estes investigadores descobriram que é este mensageiro químico-sulfuro de hidrogeno (H₂S) - o que parece dilatar os vasos sanguíneos, melhorando a circulação. O estudo foi divulgado por Proceedings of the National Academy of Sciences.