

## SUBSTANȚELE ANTIOXIDANTE ȘI MALADIILE PREZENTULUI

Elena Răucescu<sup>1</sup>, Ileana Sînziana Ignat<sup>1</sup>, Roxana Feidoc<sup>2</sup>, Cristina Maria Gavrilescu<sup>3</sup>

**Rezumat.** Prevenirea fenomenelor de îmbătrânire și de instalare a unor boli cronice se realizează prin blocarea radicalilor liberi de către substanțe antioxidante endogene și exogene. Deși există numeroase date biologice importante cu privire la rolul substanțelor antioxidante în prevenirea aterosclerozei, multe studii clinice nu relevă un rol cert al adaosurilor nutriționale asupra complicațiilor cardiovasculare. Explicația ar fi legată de necesitatea administrării de antioxidanți în stadii precoce de boală sau de urmărirea pe durate mult mai lungi, în cazul administrării la pacienți de vârstă medie sau înaintată, pentru a putea remarca vreun beneficiu. Există, în schimb, numeroase date epidemiologice, care relevă rolul profilactic antineoplazic al antioxidanților naturali, precum și rolul antiaterogen al unei diete bogată în antioxidanți 100% naturali.

**Cuvinte-cheie:** substanțe antioxidante, cancer, boli cardiovasculare.

Corpul nostru este sănătos, dacă toate celulele care îl compun sunt sănătoase. Zi de zi, fiecare celulă a organismului nostru este ținta unor agresori de temut: agenți poluanți, stres, conservanți, dezechilibre alimentare, fum de tutun, pesticide, raze X, radiații ultraviolete, ultrasunete, microunde.

O statistică, prezentată recent de Organizația Mondială a Sănătății, obligă la o corelație îngrijorătoare între gradul de dezvoltare industrială a societății și incidența maladiilor circulatorii, neurodegenerative și cancerelor, boli cauzatoare de moarte, care sunt o consecință directă a complexului de fenomene, reunite sub numele de "stres oxidativ".

**Abstract.** The prevention of ageing and chronic diseases is realized by scavenging the reactive oxygen species with antioxidants. Although there are many biological data regarding the prevention of atherosclerosis with antioxidants, many clinical studies found no important cardiovascular improvement. The explanation could be connected with the necessity of administering antioxidants in early stages of disease, or the necessity of a longer follow-up in order to obtain a result, especially in the elderly. But there are many epidemiological data revealing the anti-cancer action of natural antioxidants, and the anti-atherogen effect of a diet rich in 100% natural antioxidants.

**Keywords:** antioxidants, cancer, cardiovascular disease.

*Stresul oxidativ* este definit ca o producție exagerată, în organism, de radicali liberi oxigenați, însoțită de o delocalizare a agenților antioxidanți.

*Radicalii liberi (RL)* sau *speciile reactive de oxigen* sunt molecule de oxigen înalt reactive generate endogen, care induc distrucții oxidative unor biomolecule celulare critice - mai ales lipide, proteine, ADN. Radicalii liberi pot avea și unele efecte benefice asupra organismului, de ex. colaborează cu sistemul imunitar pentru a distruge bacteriile și alți invadatori ai organismului sau reglează tonusul mușchilor netezi vasculari, contribuind astfel la controlul circulației. Dar, acumularea unei cantități crescute de radicali liberi pare a fi pusă în legătură directă

<sup>1</sup>Dr. Elena Răucescu, medic spec. geriatrie-gerontologie, doctorand; Dr. Ileana Sînziana Ignat, medic spec. geriatrie-gerontologie, doctorand; U.M.F. „Gr. T. Popa”, Iași.

<sup>2</sup>Dr. Roxana Feidoc, medic spec. cardiologie, cercetător științific, Spitalul Clinic „Sf. Maria”, București.

<sup>3</sup>Dr. Cristina Maria Gavrilescu, medic spec. medicină internă, geriatrie-gerontologie, Spitalul Universitar CF, Iași.