

**INVESTIGAÇÃO DA INFLUÊNCIA DO CONSUMO DE ERVA-MATE (ILEX
PARAGUARIENSIS A. ST.-HIL.) EM BIOMARCADORES CARDIOVASCULARES:
UM ENSAIO CLÍNICO**

Thainá Tomazetto (thainatomazetto@gmail.com)

A erva-mate (*Ilex paraguariensis* A. St.-Hil.) é uma planta nativa da América do Sul, consumida especialmente na região Sul do Brasil em suas formas não alcoólicas como o mate, chá mate, chimarrão e tereré, obtidos a partir das folhas de erva-mate. O chimarrão é uma rica fonte de compostos fenólicos bioativos, principalmente os ácidos cafeoilquínicos, que apresentam importantes propriedades antioxidantes. Para enfrentar a elevada morbimortalidade das doenças cardiovasculares (DCV), um interesse crescente é atribuído ao desenvolvimento de alimentos mais saudáveis, especialmente aqueles naturalmente ricos em compostos fenólicos com efeitos protetores contra o desenvolvimento de doenças crônicas. Diferentes estudos *in vitro* e pré-clínicos associam o consumo de erva mate à mecanismos de proteção cardiovascular. Já em humanos, a investigação dos efeitos farmacológicos do consumo prolongado de compostos fenólicos frente às DCV é deficiente. Assim, o objetivo desse estudo foi investigar, através de um ensaio controlado, o impacto da ingestão crônica de extrato de erva-mate (rico em compostos fenólicos) em biomarcadores de saúde cardiovascular em humanos. A erva-mate foi obtida na empresa DOMANI Produtos Naturais - Pato Bogado-PR. O processo de extração foi realizado por maceração em água quente. A determinação do extrato total de fenóis seguiu o método de Follin-Denis, utilizando um ácido pirogálico como padrão. O estudo consistiu em um ensaio clínico controlado, randomizado, duplo cego, de fase 1. A pesquisa foi conduzida com voluntários do sexo masculino, com idade entre 45 a 65 anos, sem antecedente cardiovascular. Os parâmetros avaliados foram o colesterol, HDL, LDL, triglicerídeos, glicemia em jejum e curva glicêmica. A duração da pesquisa para cada participante foi entre 2,5 a 3 meses, e a mesma só foi conduzida após assinatura do Termo de Consentimento pelo participante e pelo pesquisador responsável. Foram selecionados doze voluntários saudáveis, com idades entre 45 e 65 anos, que consumiram diariamente, durante 4 semanas, cápsulas com o extrato de erva-mate (EIP), contendo 700-750 mg de compostos fenólicos ou placebo (PLB). No início e no final do período experimental, o sangue foi coletado para a avaliação dos parâmetros séricos. Não foram encontradas diferenças estatísticas significantes nos parâmetros séricos dos grupos de indivíduos que receberam EIP ou PLB.

Palavras-chave: Aterosclerose, dislipidemia, estudo clínico, *Ilex paraguariensis*.