

A catequina proveniente da suplementação de extratos de 18 chás e do chá verde correlaciona-se com a capacidade antioxidante

*Susanne M. Henning, Claudia Fajardo-Lira, Hyun W. Lee, Arthur A. Youssefian,
Vay LW Go & David Heber*

Resumo

Nossa revisão dos dados atualmente disponíveis na área de chás e prevenção de câncer demonstrou que há provas mais contundentes para o efeito quimiopreventivo do chá verde em comparação com o chá preto. Sugerimos que isto é devido a uma grande variação do teor de flavonóides no chá, que não é tomado em consideração na maior parte dos estudos epidemiológicos. Foi o objetivo deste estudo para determinar o teor de flavonóides de vários chás e seus produtos e correlacioná-los com a sua atividade captadora de radical. Utilizou-se como ensaio uma capacidade de absorção de radical oxigênio (ORAC) modificada de pH 5,5. O teor total de flavonóides variou 21,2-103,2 mg/g para os chás regulares e 4,6-39,0 mg/g para os chás descafeinados. O valor ORAC variou de 728 a 1686 Trolox equivalente/g de chá para chás regulares e de 507 a 845 TE/g para os chás descafeinados. Houve uma correlação significativa de conteúdo de flavonóides de valor ORAC ($r = 0,79$, $P = 0,0001$) para os extratos de chás e do chá verde. A grande variação no teor de flavonóides e valor ORAC entre as várias marcas e tipos de chás fornece informações importantes para os pesquisadores que utilizam o chá em estudos de nutrição e prevenção do câncer.