

**ΦΑΙΝΟΛΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΟΙΝΩΝ ΚΑΙ ΟΦΕΛΗ ΓΙΑ
ΤΗΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΥΓΕΙΑ: ΜΙΑ ΠΕΡΙΕΚΤΙΚΗ
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ**

Μυριάνθη Χρίστου

Επιβλέπων Καθηγητής

Δρ. Βλάσης Γούλας

Λεμεσός, Μάιος 2024

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός της παρούσας διατριβής είναι η μελέτη των φαινολικών συστατικών του οίνου και η συσχέτισή τους με οφέλη στην υγεία του ανθρώπου. Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε ήταν η αναζήτηση ερευνητικών εργασιών και εργασιών βιβλιογραφικής ανασκόπησης στις βάσεις δεδομένων Google Scholar και το Scopus. Τα φαινολικά συστατικά διακρίνονται σε δύο κύριες κατηγορίες, στις φλαβονοειδείς φαινόλες και στις μη φλαβονοειδείς φαινόλες. Στις φλαβονοειδείς φαινόλες κατατάσσονται οι ανθοκυάνες, οι ταννίνες, οι φλαβονόλες, οι φλαβονόνες, οι φλαβονονόλες και οι κατεχίνες, ενώ στις μη φλαβονοειδείς φαινόλες απαντώνται τα φαινολικά οξέα και τα στιλβένια. Η παρουσία των φαινολικών ενώσεων στους οίνους έχει συσχετιστεί με πληθώρα ευεργετικών ιδιοτήτων όπως αντικαρκινικές, αντιδιαβητικές, αντιμικροβιακές, αντιγηραντικές, αντιοξειδωτικές και καρδιαγγειακές ιδιότητες. Η ρεσβερατρόλη, οι προανθοκυανίνες, οι φλαβονόλες και οι ταννίνες είναι τα φαινολικά συστατικά του οίνου με αποδεδειγμένες βιολογικές δράσεις. Από αυτές ξεχώρισε η δράση της ρεσβερατρόλης λόγω των ισχυρών αντιοξειδωτικών και αντιφλεγμονωδών ιδιοτήτων της. Επίσης, η ρεσβερατρόλη συνδέθηκε στενά με ανασταλτική δράση έναντι του καρκίνου, του διαβήτη και διαφόρων καρδιακών παθήσεων. Συμπερασματικά, το κρασί αποτελεί πλούσια πηγή φαινολικών συστατικών, που οι βιολογικές τους δράσεις έχουν μελετηθεί διεξοδικά και έχουν προταθεί σαφείς μηχανισμοί δράσεις τους.

Λέξεις κλειδιά: οίνος, φαινολικά συστατικά, φλαβονοειδή, ρεσβερατρόλη, χρόνιες ασθένειες, βιολογικές δράσεις.

ABSTRACT

The purpose of this dissertation is the study of the phenolic components of wine and their association with human health benefits. The methodology followed included searching for research papers and literature review papers in the databases of Google Scholar and Scopus. The phenolic components are classified into two main categories: flavonoid phenols and non-flavonoid phenols. Flavonoid phenols include anthocyanins, tannins, flavonols, flavanones, flavanonols, and catechins, while non-flavonoid phenols include phenolic acids and stilbenes. The presence of phenolic compounds in wines has been associated with a plethora of beneficial properties such as anticancer, antidiabetic, antimicrobial, anti-aging, antioxidant, and cardiovascular properties. Resveratrol, proanthocyanidins, flavonols, and tannins are the phenolic components of wine with proven biological actions. Among these, the action of resveratrol stands out due to its strong antioxidant and anti-inflammatory properties. Additionally, resveratrol has been closely linked with inhibitory actions against cancer, diabetes, and various heart diseases. In conclusion, wine is a rich source of phenolic components, whose biological actions have been extensively studied, and clear mechanisms of action have been proposed.

Keywords: wine, phenolic components, flavonoids, resveratrol, chronic diseases, biological actions.