

UTILIZAÇÃO DE FLAVONÓIDES NOS PROCESSOS ANTIOXIDANTES

Bianca Raissa Viana de Mélo - Faculdade Integrada Cete, Brasil. E-mail: biancaviana488@gmail.com

Gabrielly de Araújo Nascimento - Faculdade Integrada Cete, Brasil. E-mail: gn66090@gmail.com

Guilherme da Silva Ferreira de Mattos - Faculdade Integrada Cete, Brasil. E-mail: guisilvamattos2016@gmail.com

Maria Clara Ramos de Almeida - Faculdade Integrada Cete, Brasil. E-mail: mmariaclara564@gmail.com

Prof. Liderlanio Almeida - Faculdade, Integrada Cete, Brasil. E-mail: liderlanioalmeida@gmail.com

RESUMO

Introdução: Os flavonóides são compostos bioativos essenciais para a saúde, encontrados em diversos alimentos, como vegetais, frutas, cereais, sementes e bebidas. Eles desempenham um papel importante na manutenção da saúde e no combate a doenças devido às suas propriedades antioxidantes, antivirais e cicatrizantes. A presença de flavonoides na alimentação é benéfica, pois ajudam a retardar o envelhecimento, fortalecem o sistema imunológico e previnem doenças degenerativas e cardiovasculares. Antioxidantes atuam inibindo ou reduzindo o processo de oxidação, o que protege as células contra danos e patógenos. Para que esses compostos atuem de forma eficaz, é necessário que sua estrutura química permita a troca de elétrons, o que reverte a oxidação.

Objetivo: Investigar a importância dos flavonoides como compostos bioativos, destacando sua ação antioxidante e potencial terapêutico na prevenção e tratamento de doenças relacionadas ao estresse oxidativo. **Métodos:** Revisão bibliográfica de artigos publicados entre 2020 e 2024, com foco nas propriedades terapêuticas dos flavonoides e seu potencial antioxidante. Foram consultadas as bases de dados BVS e Google Acadêmico. **Resultados:** O estudo demonstrou que os flavonoides que são compostos bioativos, ao serem incluídos na alimentação oferecem significativos benefícios à saúde, principalmente por seu potencial antioxidante que pode ser explorado para diversos benefícios terapêuticos. Estudos recentes mostram que eles podem atuar no tratamento de doenças neurodegenerativas, ajudando a reduzir o estresse oxidativo. Além disso, no ramo farmacêutico da fitoterapia vem sendo muito abordado pois esse composto bioativo pode ser utilizado para impulsionar determinados tratamentos por um meio natural e com isso acabar diminuindo o uso excessivo e prejudicial dos medicamentos convencionais, reforçando a necessidade de mais estudos para explorar seus efeitos no combate a doenças e melhorar a saúde humana de forma natural. **Conclusão:** Conclui-se que os flavonoides, com suas propriedades antioxidantes, são promissores na prevenção e tratamento de doenças relacionadas ao estresse oxidativo, como as neurodegenerativas e cardiovasculares. Sua inclusão na rotina, por meio de alimentos ou fitoterápicos, pode promover benefícios à saúde. Contudo, mais estudos são essenciais para validar sua eficácia e segurança em diferentes aplicações terapêuticas, abrindo caminho para alternativas farmacêuticas mais naturais.

Palavras-chave: Flavonóides. Antioxidantes. Estresse Oxidativo. Capacidade Antioxidante.