

**ESTUDO AMERICANO**

Vinho tinto é um elixir da juventude

■ Um dos ingredientes do vinho tinto, o reverastrol, permite que o envelhecimento do organismo humano se proceda de forma lenta, actuando especialmente no coração, ossos, olhos e músculos, revela uma investigação.

Segundo o estudo realizado pela Escola Médica de Harvard, nos Estados Unidos, os animais de laboratório alimentados pelo composto da uva tiveram ossos mais fortes, um melhor equilíbrio e coordenação dos movimentos e corações mais saudáveis comparativamente com os animais que não receberam o composto alimentar. Os animais que receberam o composto tiveram menos cataratas.

O reverastrol é um polifenol que pode ser encontrado principalmente na casca de sementes das uvas pretas e no vinho tinto. Quanto mais intensa for a cor, quer do vinho quer das uvas, maior o seu conteúdo em polifenóis. ■C.S.