

Chocolate, Polifenoles y Protección a la Salud

Buenaventura Alfredo GUTIÉRREZ MAYDATA *

*Departamento de Ciencias Fisiológicas,
Instituto Superior de Ciencias Médicas "Zerafín Ruíz de Zárate Ruíz",
Carretera de Acueducto y Circunvalación, Santa Clara, Cuba.*

RESUMEN. El chocolate y los productos derivados del cacao se han considerado por siglos únicamente como exquisitas golosinas. Sólo recientemente se han reconocido como fuentes de compuestos fitoquímicos con potenciales efectos favorables a la salud. El chocolate está entre los alimentos concentrados en polifenoles, particularmente en flavonoides como procianidinas, catequinas y epicatequinas. Un grupo creciente de evidencias sugieren que el consumo regular de los productos del cacao o el uso de sus principios activos como agentes terapéuticos podrían influir favorablemente en la lucha contra las enfermedades cardiovasculares e incluso en otras patologías como el cáncer. Sin embargo se hacen necesarias investigaciones futuras para definir la magnitud real de estos beneficios y elucidar sus posibles mecanismos de acción.

SUMMARY. "Chocolate, Polyphenols and Health protection". Chocolate and cocoa derived products had only been assumed as exquisite niceties for centuries. Nevertheless chocolate has recently been admitted as an important source of phytochemicals with potential beneficial health effects. Chocolate is one of the foods with more concentrated polyphenol content, mainly those of the flavonoid class such as procianidins, chatequins and epichatequins. Increasing evidences suggest that cocoa products could be useful against cardiovascular diseases or cancer; either as food or in the field of therapeutic products. Nonetheless much more research is needed to define the real profit of chocolate consumption for human health and to determine with precision the implicated mechsansim for chocolate polyphenols actions.

PALABRAS CLAVE: Antioxidantes, Chocolate, Cacao, Polifenoles.

KEY WORDS: Antioxidants, Chocolate, Cocoa, Polyphenols.

* E-mail: bioquim@capiro.vcl.sld.cu