

Composti chimici: **POLIFENOLI**

Tratto da "WIKIPEDIA"
Traduzione di: Marco Turazza

I polifenoli sono un gruppo di sostanze chimiche trovate nelle piante. Tali sostanze sono caratterizzate dalla presenza, nella loro molecola, di uno o più gruppi fenoli.

I polifenoli vengono generalmente suddivisi in tannini, fenilpropanoidi (lignine) e flavonoidi.

Chimica.

La suddivisione dei polifenoli in tannini, lignine e flavonoidi può essere fatta sulla varietà di semplici unità polifenoliche derivanti dal metabolismo secondario delle piante oppure sulla divisione classica basata sulla relativa importanza di ogni composto base su diversi campi di studio.

La chimica dei tannini origina dall'acido tannico nell'industria dei tannini; le lignine dalla chimica del suolo e dalla struttura delle piante; i flavonoidi dalla chimica dei metaboliti secondari delle piante per la loro difesa e per i colori dei fiori (ad es. le antocianine).

I polifenoli sono anche raggruppati e classificati a seconda del tipo e del numero di subcomponenti fenolici presenti. In un dato polifenolo possono essere presenti più subcomponenti.

L'unità fenolica può spesso essere esterificata o metilata. Si può anche trovare dimerizzata o polimerizzata, creando una nuova classe di polifenoli.

Ad esempio l'acido ellagico è un dimero di acido gallico e forma la classe degli elagitannini; oppure una catechina ed una gallo catechina possono combinarsi per formare un composto rosso di nome teaflavina, processo che può anche portare alla grande classe delle tearubigine, composti di colore marrone presenti nel tè.

Cibi.

Importanti fonti di polifenoli sono: tè, birra, vino, olio di oliva, cioccolato, cacao, noci, arachidi, nonché altra frutta e verdura.

Alte quantità di polifenoli possono generalmente essere reperite nella buccia della frutta.

Salute.

Varie ricerche indicano che i polifenoli possono avere caratteristiche antiossidanti con potenziali benefici alla salute. Essi possono ridurre il rischio di malattie cardiovascolari e tumorali.