

**Os efeitos benéficos do extrato do alho envelhecido e da coenzima Q10 na elasticidade vascular e função endotelial: Experiência clínica randomizada *FAITH***

Vahid Nabavi Larijani M.D., Naser Ahmadi M.D., M.S., Irfan Zeb M.D., Faraz Khan B.S

**Resumo**

**Objetivo:** Extrato de alho envelhecido (AGE) está associado a uma diminuição significativa na progressão da placa aterosclerótica e melhora da função endotelial. Da mesma forma, a coenzima Q10 (CoQ10) tem efeitos benéficos significativos na função endotelial. Um estilo de vida estressante é um fator de risco conhecido para a presença e progressão da aterosclerose. Este estudo investigou o efeito de AGE com CoQ10 sobre a elasticidade vascular medida pela velocidade da onda de pulso (VOP) e a função endotelial medida pelo monitoramento digital térmico (DTM) em bombeiros.

**Métodos:** Sessenta e cinco bombeiros de Los Angeles que preencheram os critérios de elegibilidade foram incluídos neste estudo randomizado duplo-cego controlado com placebo. Os bombeiros foram submetidos a quatro comprimidos de AGE (300 mg/comprimido) mais CoQ10 (30 mg/comprimido), ou placebo. Os participantes foram submetidos a visitas quadrimestrais e 1 ano de “follow-up”. PVO e DTM foram medidos no início do estudo e no 1 ano de “follow-up”.

**Resultados:** Não houve diferenças significativas na idade, fatores de risco cardiovasculares, VOP e DTM entre o AGE/CoQ10 e placebo no início do estudo ( $P > 0,5$ ). Em 1 ano, VOP e DTM melhoraram significativamente no AGE/CoQ10 em comparação com o grupo placebo ( $P < 0,05$ ). Após o ajuste para fatores de risco cardiovasculares e terapia com estatina, a diminuição média da rigidez vascular (PVO) foi de 1,21 m/s na AGE/CoQ10 em comparação com o grupo placebo ( $P = 0,005$ ). Do mesmo modo, o aumento médio na área sob a curva da temperatura, o índice de DTM da função endotelial, foi de 31,3 em AGE/CoQ10 em comparação com o grupo placebo ( $P = 0,01$ ).

**Conclusão:** A combinação do AGE e CoQ10 foi independentemente associada com efeitos benéficos significativos na elasticidade vascular e função endotelial em bombeiros com alto estresse ocupacional, destacando o importante papel de ambos na prevenção de aterosclerose de tais indivíduos.