**EFEITOS DA INGESTÃO DE KEFIR NO INFARTO AGUDO DO MIOCÁRDIO E NA ATEROSCLEROSE: UMA REVISÃO DA LITERATURA**

ASSIS, Renata Lira de - Biotecnologista pela Universidade Federal da Paraíba  
RIBEIRO, Joseanne Daniele Cezar - Aluna especial de Doutorado em Psicologia Social da UFPB

**Introdução:** De acordo com a Organização Mundial de Saúde, estima-se um total de 17,7 milhões de mortes provocadas por doenças cardiovasculares em 2015. O infarto agudo do miocárdio (IAM) é uma das doenças que mais se destacam nesse grupo e sua principal etiologia está ligada à obstrução inflamatória das artérias coronárias denominada aterosclerose. Um dos efeitos do kefir é a melhora dos componentes do sistema cardiovascular, de maneira que algumas doenças, como o IAM e a aterosclerose, podem ser prevenidas e tratadas com a ingestão dessa bebida. **Objetivo:** Avaliar os efeitos da ingestão de kefir no infarto agudo do miocárdio e na aterosclerose. **Revisão:** Para realizar este estudo, foram pesquisados, em setembro de 2020, nas bases de dados PubMed e Google Scholar, trabalhos escritos em inglês e publicados no período de 2015-2020, utilizando os descritores "kefir", " acute myocardial infarction" e "atherosclerosis" com o operador booleano “and”. Inicialmente, foram obtidos 159 resultados e, após análise e exclusão dos estudos repetidos e que não se adequaram ao critério de metodologia e à relação entre o kefir e as doenças descritas, permaneceram 3 artigos. Segundo a American Heart Association (AHA), em 2016, o IAM ocorre com o dano ou morte de parte do músculo cardíaco devido a uma isquemia que priva o coração de oxigênio e nutrientes. Em 2017, complementando sobre a etiologia do IAM, a AHA afirmou que na aterosclerose ocorre a deposição de colesterol, substâncias gordurosas, resíduos celulares, cálcio e fibrina. O kefir, com sua ação cardiovascular, apresenta grande potencial como alimento funcional por conter diversos microrganismos benéficos e compostos bioativos (ROSA, 2017). Ao administrar kefir em animais antes da indução de um IAM por isoproterenol, Mert e col. (2018) verificaram que o kefir foi capaz de proteger o coração de dano tóxico gerado pelo infarto devido a sua função antioxidante. A ação do kefir na aterosclerose foi estudada por Santanna e col. (2016) que encontraram que a administração crônica de uma fração não bacteriana solúvel de kefir, em camundongos hipercolesterêmicos knockout para o receptor de LDL, reduziu a deposição de lipídios. Em seguida, Tung e col. (2020), observaram que a ingestão de kefir, por camundongos knockout para a apolipoproteína E com dieta rica em gordura, apresentou um efeito antiaterosclerótico. De acordo com o estudo, essa atividade ocorre devido à entrada dos peptídeos do kefir na corrente sanguínea e, por meio da capacidade de modulação imunológica, influenciam o desenvolvimento aterosclerótico. **Conclusão**: Diante do exposto, é verificado que o kefir é um produto promissor que atua na prevenção de doenças como o infarto agudo do miocárdio por meio da proteção cardíaca promovida pelo seu efeito antioxidante e auxilia na aterosclerose através de modulação imunológica e redução do depósito de lipídeos.

**Palavras-chave:** Kefir. Infarto do miocárdio. Aterosclerose.