

## AVALIAÇÃO DA AÇÃO FUNCIONAL DA FARINHA DE MARACUJÁ EM PESSOAS COM SOBREPESO

Emanuelly Martins Camelo; Nayara Eneias Souza; Raquel Kethy Patrício Cardoso e  
Tais Ferreira da Silva<sup>1</sup>; Vanusia Cavalcanti França Pires<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Alunas do curso Química Industrial, <sup>2</sup>Prof. Orientador, Centro de Ciências e Tecnologia – CCT,  
Universidade Estadual da Paraíba – UEPB [emanuellymartins.c@gmail.com](mailto:emanuellymartins.c@gmail.com)

**RESUMO:** A farinha de maracujá (FM) tem tido destaque na mídia como um alimento funcional, mas os estudos ainda são controversos. O maracujá (*Passiflora edulis*), na forma de farinha, é obtido a partir do processamento (secagem e moagem) do albedo e das cascas, é rico em fibras solúveis e seu consumo pode favorecer a redução e controle do peso corpóreo. Este trabalho visa analisar o impacto do consumo da FM em voluntários com sobrepeso, bem como, fornecer informações como a alimentação é a responsável pelo bem estar geral da população. Foram selecionados 25 voluntários entre alunos, professores e funcionários da UEPB. Foram aplicados questionários para obtenção de dados sobre as condições de saúde dos voluntários, bem como o preenchimento de fichas para anotações da mensuração de peso, circunferência abdominal e altura, os quais foram repetidos após 15 dias, e seguirão tomados até o total de 60 dias, com exceção da altura. O Índice de Massa Corpórea foi calculado dividindo-se o peso (kg) pela altura ao quadrado (m<sup>2</sup>), utilizando-se das faixas do IMC, adotadas pela Organização Mundial da Saúde para classificação do estado nutricional. Os voluntários receberam 15 unidades da FM acondicionada em embalagens plásticas, contendo cada uma delas 20 gramas, e foram orientados quanto às formas de consumo. Os resultados obtidos mostraram que o consumo regular da FM, mesmo em pouco tempo [apenas quinze dias], promoveu a redução da circunferência abdominal e a perda de peso em sete voluntários, sendo quatro do sexo feminino e o restante do sexo masculino. A desistência de sete voluntários evidencia a dificuldade da mudança de hábitos, em especial, na introdução do consumo de alimento não convencional.

**Palavras-chave:** alimento funcional, fibras alimentares, orientação alimentar.

### INTRODUÇÃO

A farinha de maracujá (FM) tem se destacado com possível promotora de efeitos benéficos à saúde classificando-a como alimento funcional.

Alimento funcional é definido como alimento ou ingrediente que, além das funções nutricionais básicas, produz efeitos metabólicos, fisiológicos e/ou efeitos benéfico à saúde. Ele deve ser seguro para o consumo sem supervisão médica quando consumido na dieta habitual, porém a eficácia e a segurança desses alimentos devem ser asseguradas por estudos científicos (BRASIL, 1999).

A FM é rica em pectina, substância de grande importância na alimentação, visto que uma de suas propriedades é a de adsorção de ácidos biliares, podendo promover uma redução desses ácidos no ciclo entero-hepático (diminuindo a reabsorção e aumentando a excreção fecal) e interferindo, assim, no metabolismo do colesterol e da glicemia (METZGER; BARNES; RED, 2009; MOHNEN, 2008). Ichimura et al. (2006) comprovaram a ação hipotensiva da FM em modelo animal com ratos hipertensos.

A pectina apresenta uma extensa cadeia de moléculas parcialmente esterificadas de ácido galacturônico e metil galacturônico e são solúveis em água. É uma fibra estrutural encontrada na parede celular e na camada intracelular de vegetais e sua solubilidade está associada ao grau de maturidade do vegetal. Tem alta capacidade de reter água e formar gel, é completamente fermentada no cólon e pode se unir a íons e material orgânico, como a bile (MOHNEN, 2008).

Este trabalho apresenta os resultados parciais da ação da Farinha de Maracujá (FM) em voluntários com sobrepeso que foram selecionados entre alunos, professores e funcionários do Campus I da UEPB [Campina Grande – PB].

## **METODOLOGIA**

A Farinha de Maracujá foi adquirida em empório de produtos naturais e o fracionamento e pesagem foram realizados no laboratório do NUPEA (DQ/UEPB).

Os voluntários receberam quinze unidades da FM acondicionada em embalagens plásticas, contendo cada uma delas 20 gramas, e foram orientados para que o consumo, ao longo do dia, seja juntamente com sucos, frutas e leite.

As tomadas de peso, altura e medida da circunferência abdominal foram realizadas na Clínica de Enfermagem do CCBS da UEPB no início do projeto e após 15 dias. O Índice de Massa Corpórea foi calculado dividindo-se o peso (kg) pela altura ao quadrado ( $m^2$ ), utilizando-se das faixas do IMC, adotadas pela Organização Mundial da Saúde (1998) para classificação do estado nutricional. A medida do perímetro da cintura foi aferida logo acima da cicatriz umbilical, com fita métrica não extensível.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram desse projeto 25 voluntários, com faixa etária de 19 a 58 anos, sendo 10 do sexo masculino e 15 do feminino. Fotos da pesagem da FM estão na Fig. 1.



FIGURA 1 – Fotos do fracionamento e pesagem da FM.

Após os 15 dias iniciais do projeto permaneceram na pesquisa 11 do sexo feminino e apenas 7 do masculino.

Três voluntários do sexo masculino tiveram redução de peso [0,5 a 1,2 kg], um aumentou [0,7 kg] e os demais permaneceram com o peso inalterado, e com relação a circunferência abdominal houve redução entre 1,0 a 2,0 cm nos que tiveram redução de peso.

Apenas quatro voluntários do sexo feminino tiveram redução de peso [0,2 a 2,5 kg] e de circunferência abdominal [1,0 a 8,0 cm] e duas apresentaram ganho de peso [0,6 e 1,5 kg] e, esta última, teve aumento de 2 cm na circunferência abdominal.

Então, cerca de 28 % apresentaram redução de medidas e 12 % aumentaram de peso, entretanto 28 % abandonaram o projeto alegando a não aceitação do consumo regular da FM.

## CONCLUSÃO

O consumo regular da FM, mesmo em pouco tempo [apenas quinze dias], promoveu a redução da circunferência abdominal e a perda de peso em sete voluntários, sendo quatro do sexo feminino e o restante do sexo masculino.

A desistência de sete voluntários evidencia a dificuldade da mudança de hábitos, em especial, na introdução do consumo de alimento não convencional.

## REFERÊNCIAS

BRASIL, Resolução RDC nº 19, de 30 de abril de 1999. Dispõe sobre o regulamento de procedimentos para o registro de alimento com alegação de propriedades funcionais e ou de saúde em sua rotulagem. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), 1999.

ICHIMURA, T. et al. Antihypertensive effect of an extract of *Passiflora edulis* rind spontaneously hypertensive rats. *Biosci Biotech Bioch*, v. 70, p. 718-721, 2006.

METZGER, B. T.; BARNES, D. M.; REE D. J. D. A comparison of pectin, polyphenols, and phytosterols, alone or in combination, to Lovastatin for reduction of serum lipids in familial hypercholesterolemic swine. *Journal of Medicinal Food*. v. 12, n. 4, p. 854 - 860, 2009.

MOHNEN, D. Pectin structure and biosynthesis. *Curr Opin Plant Biol* v. 11, 2008.

## AGRADECIMENTOS

Ao Programa de Extensão [PROBEX – cota 2015.2016] da UEPB.