

INSERÇÃO DE FRUTAS NATIVAS NO HÁBITO ALIMENTAR

SILVA, Jardenia. Maria. Pereira.¹; SILVA, Adilma. Maria.¹ SILVA, José. Lucas. Pereira.¹;
DIAS, Clóvis. Camilo.¹; LIMA, Renato. Lima.²

¹ Faculdade Nova Esperança (Facene). Av. Frei Galvão, 12 - Gramame, João Pessoa, Paraíba, Brasil. Postal Code 58067-698.; ² Faculdade Nova Esperança (Facene). Av. Frei Galvão, 12 - Gramame, João Pessoa, Paraíba, Brasil. Postal Code 58067-698.

RESUMO

O Brasil é o país com a maior biodiversidade do mundo devido a sua vasta extensão territorial e com grande variação climática, possuindo diversas variedades de frutíferas, principalmente de frutas nativas do bioma Mata Atlântica e Caatinga, que ainda são poucas comercializadas e que ainda tem-se uma visão limitada de como podem ser uma alternativa de alimento assim como as frutas mais convencionais, dessa maneira, acaba-se ocasionando uma baixa adesão dessas frutas. Porém, com a crescente demanda por alimentos saudáveis, a comercialização das frutas nativas pode se tornar cada vez mais possível, visto que aos poucos tenta-se agregar valor a essas frutas de forma a aumentar o consumo fornecendo uma maior diversificação dos padrões alimentares e fortalecendo a agricultura local. Além disso, o consumo regular de frutas tem sido amplamente recomendado e já foi associado à diminuição do risco de desenvolvimento de doenças crônicas como câncer, diabetes, doenças do coração e Alzheimer, devido à presença de compostos funcionais de flavonoides, antocianinas, terpenóides, taninos, compostos fenólicos, atividade antioxidante natural e antibacteriana que são comuns em frutas não-convencionais de umbu (*Spondias tuberosa*), de cajá (*Spondias mombin* L.), de jabuticaba (*Myciaria cauliflora*), de araçá (*Psidium cattleianum*) e de pitanga (*Eugenia uniflora*) trazendo efeitos benéficos à saúde e grande capacidade para o processamento agroindustrial. Dessa forma, este trabalho teve como objetivo reunir e apresentar o máximo de informações na forma de revisão bibliográfica sobre a necessidade das frutas nativas na alimentação humana como fontes de nutrientes, aromas, sabores e o seu potencial de comercialização.

Palavras-chave: Alimentação. Biodiversidade; Comercialização; Compostos funcionais; Saúde.

INTRODUÇÃO

As plantas nativas do Brasil são responsáveis pela riqueza da biodiversidade do país, com altas potencialidades em sabores, potencial comercial, aromas e ricas em nutrientes. Contudo, o Brasil nos últimos anos vem sofrendo cada vez mais com o desmatamento e desaparecimento de suas florestas nativas como a Mata Atlântica e a Caatinga, onde habitam grande parte das espécies de frutas nativas. Isso tem contribuído para a adoção de estratégias de valorização de produtos oriundos dessa biodiversidade.

As frutas oriundas das espécies consideradas não-tradicionais se configuram como um conjunto de produtos agrícolas nativos ou exóticos de uma determinada região, pouco conhecida nos mercados pelos consumidores (ULLOA; SUÁREZ, 2004).

Devido a sua grande desvalorização e baixo investimento científico, as espécies de frutíferas nativas em sua grande maioria não passaram por nem um processo de domesticação. Segundo Mielke et al. (1990), são muitas as espécies brasileiras silvestres comestíveis, as quais constituem um patrimônio genético e cultural de inestimável valor.

Há estudos científicos comprovaram que essas frutas possuem qualidades nutricionais, todavia seu aproveitamento ainda é muito baixo e seu acesso para consumo *in natura* é dificultado devido a sazonalidade e também a sua alta taxa de degradabilidade (CANUTO et al., 2010; FERREIRA et al., 2011; LOPES et al., 2007; RUFINO et al., 2010; SOUZA et al., 2012).

Algumas frutas nativas apresentam um grande potencial agroindustrial com grandes possibilidades de agregação de valor e geração de renda e carecem de estudos e divulgação a exemplo do umbu (*Spondias tuberosa*), cajá (*Spondias mombin* L.), jabuticaba (*Myciaria cauliflora*), araçá (*Psidium cattleianum*) e pitanga (*Eugenia uniflora*).

Estas frutas apresentam textura, aroma e sabor agradáveis e são comercializadas em mercados locais nas formas de frutas frescas, de polpas congeladas, de sucos, geleias, de licores e de sorvetes. Com a popularização dessas culturas, não somente geraria renda para beneficiar ainda mais populações onde essas plantas ocorrem em maior proporção, mas também pode resultar numa valorização das plantas nativas.

Estudos apontam que o consumo de frutas está relacionado com a prevenção de algumas doenças crônicas como câncer, diabete, doenças do coração e alzheimer pela presença de compostos fenólicos, como os flavonoides, em especial a antocianina, responsável pela coloração avermelhada, púrpura e violeta das frutas, além de vitaminas e outros compostos de ação antioxidante (Agnieszka e Borowska, 2008; LeiteLegatti et al., 2012; Pereira et al., 2013).

MATERIAL E MÉTODOS

O método utilizado para o desenvolvimento da presente pesquisa é a revisão de literatura, buscando fundamentá-la por meio de artigos científicos publicados em periódicos, livros e outros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante dos diversos estudos as frutas nativas tem se destacado assim, como as frutas convencionais em comparação com os níveis de compostos funcionais, vitaminas, potencial comercial, aromas e sabores, apresentando capacidade de contribuir com os setores medicinais e indústrias.

Muitos trabalhos vêm mostrando a relação positiva entre a capacidade antioxidante e os conteúdos de compostos fenólicos em tecidos vegetais (Amarante et al., 2017; Li et al., 2014; Oliveira et al., 2011; Canuto et al., 2010).

De acordo com (Manica apud Damiane et al., 2012), o Araçá possui água e é rico em sais minerais, ácido málico, açúcares e celulose. Além de possuir elevado teor de Vitamina C, compostos fenólicos e antioxidantes e alto teor de fibras, onde 100g representam 20% da ingestão diária recomendada com base numa dieta de 2000kcal (SILVA et al., 2014).

A casca é adstringente, útil contra diarreia e irritação da pele. Também tem indicações na medicina popular como antiasmáticas, na inflamação dos intestinos e hemoptise (BOARI et al., 2008).

As investigações mais recentes abordam, principalmente, a composição química das folhas, nas quais foram identificados flavonoides, cumarinas, taninos, antraquinonas, terpenos, esteróides e saponinas (Fiuza et al., 2008; Cecílio et al., 2012). Muito utilizada na medicina tradicional brasileira para o tratamento de diarreia e disenteria, gripe, parasitas intestinais, febre, hipertensão e como calmante e diurético.

CONCLUSÕES

O Brasil é um país com vasta representatividade vegetal, no entanto em pleno século XXI ainda há invisibilidade e desqualificação das frutas nativas. Pois além de haver pouco

incentivo para o cultivo e inserção alimentar das mesmas, há uma desinformação dos benefícios proporcionados pelas frutas nativas. Por isso é importante incentivar a buscar pelo conhecimento por meio de novas pesquisas para aproveitar os benefícios nutricionais e aumentar o consumo desses vegetais essenciais que fornecem compostos bioativos benéficos para a saúde humana.

REFERÊNCIAS

- ULLA, J. Z.; SUÁREZ, H. R. De México al mundo: importância y perspectivas de los productos no tradicionales. *Revista Claridades Agropecuárias*, Mexico, n.132. 2004.
- MIELKE, J. C.; FACHINELLO, J. C.; RASEIRA, A. Fruteiras nativas – Características de 5 mirtáceas com potencial para exploração comercial. *Hortisul*, Pelotas, v.1, n.2, p.32-36. 1990.
- CANUTO, G. A. B.; XAVIER, A. A. O.; NEVES, L. C.; BENASSI, M. T. Caracterização físico-química de polpas de frutos da Amazônia e sua correlação com a atividade anti-radical livre, *Revista Brasileira de Fruticultura*, Jaboticabal, v.32, n.4, p.1196-1205, 2010.
- FERREIRA, P. R. B.; MENDES, C. S. O.; REIS, S. B.; RODRIGUES, C. G. O. Morphoanatomy, Histochemistry and Phytochemistry of *Psidium guineense* Swartz (Myrtaceae) Leaves, *Journal of Pharmacy Research*, v.4, p942-944, 2011.
- LOPES, T. J.; XAVIER, M. F.; QUADRI, M. G. N.; QUADRI, M. B. Antocianinas: uma breve revisão das características estruturais e da estabilidade, *Revista Brasileira de Agrociência*, v.13, n.3, p.291-297, 2007.
- RUFINO, M. do S. M.; ALVES, R. E.; BRITO, E. S. de; PÉREZ-JIMÉNEZ, J.; SAURACALIXTO, F.; MANCINI-FILHO, J. Bioactive compounds and antioxidant capacities of 18 non-traditional tropical fruits from Brazil, *Food Chemistry*, Barking, v.121, n.4, p.996-1002, 2010.
- SOUZA, V. R.; PEREIRA, P. A. P.; QUEIROZ, F.; BORGES, S. V.; CARNEIRO, J. D. S. Determination of bioactive compounds, antioxidant activity and chemical composition of Cerrado Brazilian fruits, *Food Chemistry*, v.134, n.1, p.381-386, 2012.
- AGNIESZKA, S.; BOROWSLA, E. J. 2008. Bioactive compounds and health-promoting properties of berry fruits: a review. *Plant Foods for Human Nutrition* 63(4): 147-156.
- LEITE-LEGATTI, A.V. et al. 2012. Jaboticaba peel: Antioxidant compounds, antiproliferative and antimutagenic activities. *Food Research International* 49(1):596-603.
- PEREIRA, M. C. et al. 2013. Characterization, bioactive compounds and antioxidant potential of three Brazilian fruits. *Journal of Food Composition and Analysis* 29(1):19-24.

AMARANTE, C. V. T. do et al. 2017. Phenolic content and antioxidant activity of fruit of Brazilian genotypes of feijoa. *Pesquisa Agropecuária Brasileira* 52(12):1223-1230.

OLIVEIRA, D. S. et al. 2011. Vitamina C, carotenoides, fenólicos totais e atividade antioxidante de goiaba, manga e mamão procedentes da Ceasa do Estado de Minas Gerais. *Acta Scientiarum (Brasil)* 33(1):89-98.

CANUTO, G. A. B. et al. 2010. Caracterização físico-química de polpas de frutos da Amazônia e sua correlação com a atividade anti-radical livre. *Revista Brasileira de Fruticultura* 32(4):1196-1205.

Addinsoft (2014). XLSTAT 2014 (trial version). France: Addinsoft.
<http://http://www.xlstat.com/en/download.html//>. Download em maio de 2015.