



USP ESALQ – ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO

Site: Agência USP de Notícias

Data: 24/04/09 (sexta-feira)

Link: <http://www.usp.br/agen/UOLnoticia.php?nome=noticia&codntc=23814>

Assunto: Abacate contém substâncias que previnem e controlam dislipidemias

Abacate contém substâncias que previnem e controlam dislipidemias

O óleo de abacate possui, em sua composição, substâncias bioativas capazes de prevenir e controlar as dislipidemias (presença de níveis elevados ou anormais de lipídios e/ou lipoproteínas no sangue). A constatação foi feita num estudo realizado no Departamento de Agroindústria, Alimentos e Nutrição da Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz (Esalq), da USP de Piracicaba. A pesquisa, publicada na Revista Ciência e Tecnologia de Alimentos, avaliou o potencial do óleo para o consumo humano e os processos de extração e refino da substância para utilização na indústria alimentícia.

"Os abacates foram colhidos no seu estado de maturação quando ainda se apresentavam firmes", conta a professora Jocelem Mastrodi Salgado, da Esalq, coordenadora do trabalho. "Logo após, foram armazenados à temperatura ambiente, até atingirem seu ponto de maturação, ou seja, quando os frutos amolecem e cedem à leve pressão feita com os dedos". A variedade Margarida foi selecionada por encontrar-se facilmente disponível no mercado brasileiro e apresentar teor de matéria graxa ao redor de 20%.

Os resultados mostraram que os processos de extração e refino do óleo a partir dessa variedade do abacate são tecnicamente viáveis, o que o torna excelente matéria-prima para a indústria de alimentos. Além disso, possui um perfil de ácidos graxos e esteróis muito semelhante ao perfil do azeite de oliva, podendo desta forma, substituir o óleo de soja e ser utilizado juntamente com o azeite de oliva nos óleos mistos, oferecendo ao consumidor brasileiro um produto de qualidade superior e com menor custo.

Vitamina

Concluiu-se ainda que o óleo de abacate, da variedade estudada, é uma boa fonte de vitamina E, pois 30 mililitros (ml) deste óleo atendem a 18% das necessidades diárias de um adulto. Segundo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), que estabelece diretrizes para os alimentos que utilizam informação nutricional complementar, para ser considerado alimento rico ou com alto teor de uma determinada vitamina, o mesmo precisa oferecer no mínimo 15% do valor correspondente ao previsto na tabela de Ingestão Diária Recomendada (IDR). Portanto, caso esse óleo venha ser comercializado no varejo, é possível utilizar essa alegação em sua rotulagem.

Os resultados confirmam a possibilidade de utilizar o óleo de abacate em substituição ao azeite de oliva ou como matéria-prima para a indústria alimentícia, pois suas composições nutricionais são muito semelhantes. "No entanto, são necessários mais estudos para melhorar o sabor e o aroma deste óleo", pondera Jocelem Salgado.

Para executar a pesquisa, separou-se a polpa das outras partes da fruta. A polpa fresca foi seca em estufa e, posteriormente, moída para a obtenção de um farelo. O óleo obtido do farelo foi extraído e caracterizado. O experimento foi realizado nos laboratórios de Bromatologia e Óleos e Gorduras da Esalq e foram utilizados frutos de abacate da variedade Margarida, provenientes da região de Piracicaba (interior de São Paulo).

(Com informações da Assessoria de Comunicação da Esalq)

Mais informações: (19) 3447-8613 / 3429-4485