



## **Pesquisadores da USP criam sorvete que previne doenças**



Um sorvete com menos gordura e mais vitaminas, fibras e cálcio, capaz de prevenir doenças como raquitismo e osteoporose, incentivar o sistema imunológico e até combater a desnutrição. Esse é o resultado de uma pesquisa realizada na Esalq (Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz), da USP (Universidade de São Paulo) de Piracicaba.

Segundo a pesquisadora Marina Leopoldina Lamounier, que desenvolveu o produto durante sua tese de mestrado, a principal vantagem do sorvete é aumentar a ingestão de cálcio. A pesquisa mostra que 100 gramas fornecem quase três vezes a quantidade recomendada da substância para o dia.

“Este dado é de grande importância, uma vez que a única fonte de cálcio disponível para o ser humano vem da dieta, sendo o nutriente importante para o completo crescimento e maturação dos ossos. Além disso, ele pode diminuir as taxas de perda óssea na vida adulta”, informa.

De acordo com a nutricionista Cida Campos, o novo sorvete também seria uma alternativa para quem tem problemas para digerir lactose (por ter um teor reduzido desse tipo de açúcar em relação ao convencional) ou não gosta de produtos lácteos.

O produto desenvolvido por Marina é enriquecido com linhaça e probióticos, além de fibras. “Os probióticos se mostram eficientes também ao processo de absorção de cálcio, à síntese de vitamina A e à estimulação do sistema imune”, informou.

### **Menos gordura**

Além dos benefícios, o produto desenvolvido em Piracicaba possui menos gorduras, açúcares e sódio, produtos que, se consumidos em excesso, facilitam o desenvolvimento de doenças crônico-degenerativas.

No quesito gordura, por exemplo, o sorvete apresentou redução de 31% a 41% no teor em relação ao produto convencional, e pode ser considerado um produto de baixo valor energético. "O interesse principal é fazer com que o sorvete tenha múltiplas funções, pois o consumidor moderno deseja alimentos que satisfaçam e ao mesmo tempo sejam saudáveis", afirma Marina.

## **Processo**

O sabor do sorvete fica por conta da polpa de mangaba - fruta típica do cerrado brasileiro que é rica em vitamina C. Outros três sabores foram testados, mas esse foi o melhor avaliado.

Em uma escala de zero a dez, o produto recebeu sete pontos na análise que engloba, além do sabor, aspectos como aparência. O índice supera a média que indica os produtos com potencial de boa aceitação no mercado.

"A elaboração dos preparados em pó e dos sorvetes se constitui como forte potencial à comercialização, já que são ricos do ponto de vista nutricional e contemplam a demanda de todos os grupos biológicos desde crianças até idosos por serem atrativos e saudáveis", afirma a pesquisadora, que foi orientada pela professora Jocelem Mastrodi Salgado, do Departamento de Agroindústria, Alimentos e Nutrição da Esalq.

"O sorvete pode tornar-se uma opção saudável de alimento, principalmente para as pessoas que, por falta de hábito, gosto ou intolerância à lactose, têm a ingestão de laticínios aquém das quantidades recomendadas. O valor nutricional e as características de alta digestibilidade fazem deste produto um alimento ideal para todas as idades, associando nutrição e prazer", concluem as pesquisadoras. Mas vale ressaltar que o sorvete ainda não está disponível comercialmente.