

DESENVOLVIMENTO DE PRODUTO INOVADOR: DOCE FUNCIONAL DE MORANGO, CHOCOLATE E CHIA

INNOVATIVE PRODUCT DEVELOPMENT: FUNCTIONAL STRAWBERRY, CHOCOLATE AND CHIA SWEETS

**CAMARGO, Camile.
ESKUSINSKI, Eduarda.
SANTOS, Fabiana.
NICOLAO, Laryssa.
CASTANHEIRA, Letícia Aparecida.
GUZI, Eleone Aparecida Tozo.**

RESUMO: Este artigo visa apresentar os benefícios e propriedades do doce funcional de chocolate, morango e chia criado para pessoas que buscam uma alimentação mais saudável e/ou diabéticas que não podem consumir uma quantidade excessiva de açúcar, considerando por hora, que não há disponibilidade deste produto no mercado. As principais características deste produto são os ingredientes, pois oferece, além de um doce com baixo teor de açúcar, uma sobremesa saudável que contribui com as dietas elaboradas para quem busca uma alimentação mais sadia. Após a preparação do produto, o mesmo foi bem aceito pelos consumidores na fase de teste realizado no laboratório de nutrição da instituição, e apresentou características próprias ao produto, apresentando facilidade, inovação e muitos benefícios para a saúde de quem o consome.

PALAVRAS-CHAVE: Doce funcional; saudável; alimentação.

ABSTRACT: This article seeks to present the benefits and properties of the functional chocolate, strawberry and chia candy created for people who seek a healthier diet and/or diabetics who cannot consume an excessive amount of sugar, considering that this product is not available for now. in the market. The main features of this product are the ingredients, as it offers, in addition to a sweet with low sugar content, a healthy dessert that contributes to the diets made for those looking for a healthier diet. After preparing the product, it was well accepted by consumers in the test phase carried out in the institution's nutrition laboratory, and presented characteristics specific to the product, presenting ease, innovation and many benefits for the health of those who consume it.

KEYWORDS: Functional candy; healthy; food.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com estudos feitos, por dia, a população brasileira consome em média 18 colheres de chá de açúcar (80g de açúcar/dia) correspondendo cerca de 50% acima da quantidade recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que seriam no

máximo 12 colheres para um adulto. Ainda relacionado a estes números, 64% deste açúcar consumido está diariamente adicionado a bebidas e alimentos, já que 85,4% dos brasileiros adicionam açúcar em suas refeições, já a outra parte está presente em alimentos processados e ultraprocessados (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

O alto consumo de açúcar é responsável pelo aumento de doenças crônicas não transmissíveis, está relacionado ao ganho de peso, obesidade, diabetes tipo 2, cárie dentária e até mesmo doenças cardiovasculares. Nos últimos anos, houve um aumento significativo nos casos de diabetes, 54% nos homens e 28,5% nas mulheres. Assim como a diabetes, a obesidade que também está ligada ao consumo de açúcar aumenta e atinge cerca de 25% da população adulta do país (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Em contrapartida, médicos e nutricionistas afirmam que para que essa questão seja amenizada, a diminuição da sacarose pela indústria alimentícia não deve ser compensada com um aumento no uso de adoçantes, e sim em uma mudança de hábitos por parte da população, principalmente substituindo alimentos processados e com muita adição de açúcar por alimentos minimamente processados ou in natura (VEJA SAÚDE, 2021).

Com base nestes estudos apresentados, esse projeto foi idealizado como uma forma alternativa e saudável para que o consumo de doce seja mantido para aqueles que não abrem mão, mas também prezam por produtos com menor índice glicêmico. Além de todos os benefícios do fruto morango in natura, a chia aumenta o tempo de digestão dos alimentos, promovendo a saciedade, sendo uma ótima opção para auxiliar no emagrecimento, e o chocolate meio amargo que é preparado a base de cacau torrado, pouco açúcar e nada de leite, estabilizando o colesterol e a glicose.

O fruto morango possui potássio, vitamina C e antioxidante. Tem poucas calorias e grandes quantidades de fibras e água, aumenta a saciedade, e vem sendo muito utilizado em dietas e em prevenções de doenças como colesterol, câncer e Alzheimer, além de equilibrar os níveis de açúcar no sangue. Essa fruta possui grandes benefícios para a saúde, como, por exemplo, o fortalecimento do sistema imune por suas propriedades antioxidantes e prevenindo assim várias infecções e doenças, ajuda no combate das inflamações e evita o desenvolvimento de células cancerosas. Controle da pressão arterial, eliminando o excesso de sódio, ajudando a manter a pressão controlada. Esta fruta retarda a glicose, fazendo com que o nível de açúcar permaneça estável no sangue. (ZANIN, 2022)

A chia é uma semente rica em minerais que mantém a saúde e fortalecem os ossos, como magnésio, cálcio e potássio, ajudando a evitar situações como osteopenia, osteoporose, quedas e fraturas. Além disso, a chia possui fibras que formam uma espécie de gel no estômago, aumentando o tempo de digestão dos alimentos promovendo a saciedade, sendo, por isso, ótima opção para auxiliar no emagrecimento.(ZANIN, 2022).

O chocolate meio amargo, além de saboroso, tem muitos benefícios à saúde. Ele é fonte de magnésio, cobre, ferro e manganês, e também estão presentes, potássio, zinco e selênio. Além das propriedades antioxidantes, ajuda a acelerar o metabolismo. Ele é feito de cacau torrado, pouco açúcar e nada de leite. Quanto maior a concentração do cacau, menor a quantidade de açúcar e mais benefícios. Os mais comuns são os de 60 e 70%, mas já encontramos até 99% de cacau. Além de todas essas propriedades, o chocolate amargo ainda tem o benefício de estabilizar o colesterol e glicose, e ajuda a controlar a pressão arterial (OSWALDO CRUZ, s.d).

Este trabalho tem por objetivo apresentar um produto inovador que possa auxiliar na dieta de indivíduos diabéticos e que buscam uma alimentação mais saudável, tendo em vista que os mesmos, por algum motivo, não podem consumir uma quantidade excessiva de açúcar.

2 DESENVOLVIMENTO

O projeto foi desenvolvido no período de 19/09/2022 a 31/09/2022 durante as aulas da disciplina de Tecnologia de Alimentos do curso de Farmácia, pelos alunos do 4º período. Os produtos foram encaminhados ao laboratório de nutrição do Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz – FAG. Após realizada a lavagem dos morangos, separação da chia em um recipiente avulso e os tabletes de chocolate cortados, foi então dado início a preparação do doce funcional de morango, chia e chocolate.

Para o desenvolvimento deste produto foi utilizado a seguinte formulação:

- Colheres;
- Garfo;
- Forma;
- Papel manteiga;
- Vasilhas (três);
- Morango;
- Chia;
- Chocolate meio amargo.

Amassar os morangos com um garfo até sair a água da fruta; acrescentar chia. Com uma colher, espalhar em forma de bolinhas no papel manteiga e levar para congelar; colocar o chocolate em uma das vasilhas e aquecer o mesmo no micro-ondas até derreter. Após o

congelamento do morango, cobrir o fruto com o chocolate derretido e esperar formar a casca de chocolate ao redor.

¹ Acadêmica do Curso de Farmácia. E-mail: camileecamargo@gmail.com

² Acadêmica do Curso de Farmácia. E-mail: eskusinski@hotmail.com

³ Acadêmica do Curso de Farmácia. E-mail: Laryssa.nicolao@outlook.com

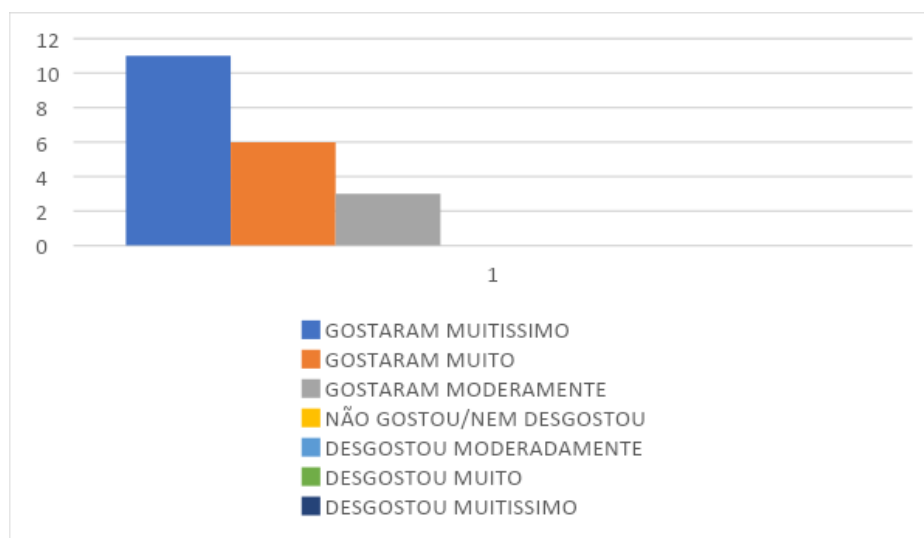
⁴ Acadêmica do Curso de Farmácia. E-mail: fabyiana@hotmail.com

⁵ Acadêmica do Curso de Farmácia. E-mail: leticiamcastanheira@gmail.com

⁶ Professora do Curso de Farmácia. E-mail: eleoneguzi@yahoo.com.br

Foi distribuído aos degustadores do doce uma ficha para impressões, (APÊNDICE A), quanto ao sabor e textura, assim como houve espaço para descrição acerca dos mesmos. Das 20 fichas recebidas como retorno da pesquisa, 90% dos entrevistados ressaltaram que o que mais gostaram foi da combinação de morango com chocolate, 55% disseram que gostaram muitíssimo, 35% que gostaram muito e apenas 15% gostaram moderadamente, não houve impressões negativas, contudo, nos comentários, 20% consideraram a consistência líquida ou inadequada.

Gráfico 1-Considerações sobre sabor e textura



Fonte: Elaborado pelos autores (2022).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os doces funcionais apresentaram diferenças marcantes em relação aos doces tradicionais, inclusive em conteúdos sólidos e solúveis, açúcares totais e de açúcares

redutores. Os atributos sensoriais que mais se diferenciam entre as amostras foram cor e consistência. O desenvolvimento do doce funcional foi bem aceito pelos consumidores e apresentou características próprias ao produto, apresentando praticidade, inovação e diversos benefícios tanto à saúde de quem o consome, quanto pela benesse dos ingredientes e seus benefícios trazidos.

5 REFERÊNCIAS

O esforço nacional pela redução no consumo de açúcar. **Veja Saúde**, 2021. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/coluna/com-a-palavra/o-esforco-nacional-pela-reducao-no-consumo-de-acucar/>. Acesso em: 12 de novembro de 2022.

Saúde promove conscientização sobre o consumo de açúcar em webinar. **Ministério da Saúde**, 2022. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/noticia/15359#:~:text=Estudos%20mostram%20que%20o%20consumo,a%C3%A7%C3%BAcar%20a%20alimentos%20e%20bebidas>. Acesso em: 12 de novembro de 2022.

8 Benefícios do chocolate amargo. **Laboratório Oswaldo Cruz**, s.d. Disponível em: <https://www.oswaldocruz.com/site/dicas-de-saude/dicas-de-saude/8-beneficios-do-chocolate-amargo>. Acesso em: 4 de setembro de 2022.

ZANIN, Tatiana. 10 benefícios da chia e como consumir (com receitas). **Tua Saúde**, 2022. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/beneficios-da-chia/>. Acesso em: 8 de setembro de 2022.

ZANIN, Tatiana. 9 benefícios do morango para a saúde. **Tua Saúde**, 2022. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/beneficios-do-morango/>. Acesso em: 8 de setembro de 2022.

