



# CONEPE 2017

## IV CONGRESSO DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO



Conhecimento, escolhas  
e transformação

INSTITUTO  
FEDERAL  
Fluminense  
Campus  
Campos Guarus

ISSN 2525-975X

### O PODER ANTIOXIDANTE DA UVA NA DIETA DO MEDITERRÂNEO

**KARINA COSTALONGA, TAMARA RIQUIERI CREVELARI, MARIANA CECILIOTTI MENDES,  
PATRÍCIA MIRANDA DOS SANTOS e MICHELE PEREIRA ULIANA**

O interesse pela dieta mediterrânea originou-se na década de 50 quando foi verificado que em regiões que margeiam o Mar Mediterrâneo, a taxa de mortalidade por doenças cardiovasculares era muito baixa. A base da dieta mediterrânea é composta por alimentos como cereais integrais; macarrão; pão; amido e batata, devendo ser consumidos com moderação. Logo, tem-se os grupos alimentares representados pelas oleaginosas, leguminosas, frutas e hortaliças. O vinho é um dos componentes da dieta mediterrânea considerado crucial por reduzir o risco de doenças cardiovasculares. Nessa dieta, há um elevado consumo de frutas, sendo uma delas a *Vitis Vinifera L.* (Uva) e seus derivados, como sucos e vinhos. Este trabalho teve como objetivo preparar um produto farmacêutico, sendo este a farinha da casca da uva. Sua metodologia se baseou na pesquisa e preparo desta farinha. Para isso foi usado o laboratório de alimentos da instituição. Foi realizada análises do produto para fim de controle de qualidade do alimento sendo estes: quantidade de Água, Compostos nitrogenados, Sais Minerais, ceras, ácidos orgânicos, antocianos, e substâncias aromáticas. A farinha da casca da uva é uma fórmula farmacêutica diferenciada, que tem como objetivo diminuir os resíduos desprezados da fabricação dos vinheiros, sendo que esses resíduos ricos em compostos polifenólicos. O resveratrol, componente encontrado na farinha, reportam sobre suas propriedades antioxidantes relacionadas à prevenção de doenças cardiovasculares, anti-cancerígenas e propriedades anti-inflamatórias. Este trabalho conclui que essa dieta não exclui nenhuma classe de alimentos, mas sim, seleciona os que devem ser consumidos com maior frequência, como cereais integrais, frutas, hortaliças e leguminosas, e os que devem ser consumidos com menor frequência, como carnes vermelhas. A *Vitis Vinifera L.*, possui diversos componentes que beneficiam o funcionamento do organismo, sendo o resveratrol um importante antioxidante natural, que auxilia na prevenção de diversas doenças. A farinha da casca e semente de uva serve como uma nova opção no auxílio da dieta do mediterrâneo, visto que se trata de um produto farmacêutico que seleciona os benefícios da uva e propõe uma alternativa aos adeptos a dieta. Ela pode ser usada adicionada a um copo de água, shakes e sucos. Além disso, também pode ser utilizada em receitas de pães e biscoitos.

Palavras-chave: RESVERATROL. DIETA DO MEDITERRÂNEO . Ação Antioxidante.