

## **E. Ciências Agrárias - 7. Ciência e Tecnologia de Alimen - 3. Tecnologia de Alimentos**

### **Microrganismos probióticos e prebióticos: Efeitos sobre a saúde humana e aceitabilidade dos consumidores**

Ana Lúcia Lourenço<sup>1</sup>

Roberta Hilsdorf Piccoli<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Especialização em Processamento e Controle de Qualidade de Carnes, Leite e Ovos) – UFLA

<sup>2</sup> Prof. Adjunto – Orientador – Departamento de Ciência do Alimentos -UFLA

#### **RESUMO:**

Por apresentar benefícios à saúde e para nutrição humana, os probióticos que são microrganismos vivos administrados em quantidades adequadas, conferem benefícios à saúde do hospedeiro. A maioria deles são bactérias ácidos lácticas (gram positivas) ocupam um papel central acelerando e conduzindo o processo fermentativo. As bactérias empregadas com maior frequência como suplementos probióticos para alimentos são pertencentes aos gêneros *Lactobacillus* e *Bifidobacterium* e menor escala *Enterococcus faecium*. Os prebióticos são atualmente definidos como ingredientes seletivamente fermentáveis que possibilitam modificações específicas na composição, os mais utilizados como ingredientes funcionais produtos lácteos fermentados são os frutanos tipo de inulina e os frutooligossacarídeos (FOS) que estimulam predominância de bifidobactérias no cólon obtidos na forma natural em sementes e raízes e alguns vegetais como chicória, cebola, alho, cevada, grão de soja. A sobrevivência das bactérias probióticas no produto alimentício é fundamental necessitando alcançar populações suficientemente elevadas (acima de  $10^6$  ufc/ml ou g) para ser de importância fisiológica ao consumidor. São vários os produtos comerciais que essas culturas incluem sobremesas como sorvetes, iogurte, fermentados, queijos, produtos não lácteos como produtos probióticos e os grãos de kefir, microrganismos utilizados na elaboração de produtos e assemelha ao iogurte natural quanto ao sabor, aroma e consistência e possui inúmeras indicações terapêuticas. Esses microrganismos promovem equilíbrio na microbiota intestinal, reduzem o risco de câncer e de intolerância à lactose, diminuem o colesterol sérico, reforça a imunidade e aliviam sintomas alérgicos em crianças.

Palavras-chave: probióticos, *Lactobacillus*, *Bifidobacterium*, *Enterococcus faecium*, prebióticos, ingredientes funcionais, inulina, frutooligossacarídeos, culturas, importância fisiológica.

