

E. Ciências Agrárias - 7. Ciência e Tecnologia de Alimen - 1. Ciência de Alimentos

COMPOSIÇÃO DE INULINA EM ALIMENTOS

Rafaela Corrêa Pereira¹

Michel Cardoso de Angelis Pereira¹

1. Universidade Federal de Lavras

RESUMO:

A inulina é um frutooligossacarídeo com propriedades bifidogênicas, imunológicas e bioquímicas que tem importância na manutenção da saúde do indivíduo quando consumida nas concentrações recomendadas. Contudo, as informações sobre concentração nos alimentos e forma de utilização da inulina ainda são escassas na literatura. O presente trabalho objetivou a busca de dados em fontes científicas que indicam teores de inulina em alimentos e a elaboração de uma tabela contendo estes valores visando fornecer dados para profissionais da área de Nutrição e Ciência dos Alimentos bem como informar à população as principais fontes deste composto. Os dados coletados foram organizados em uma tabela contendo: nome do alimento e respectivo nome científico, teor de inulina em $\text{mg } 100^{-1}$, média e desvio padrão dos valores e citação bibliográfica de onde a informação foi encontrada. Constatou-se que a inulina ocorre naturalmente em vegetais como alho, chicória e alcachofra e em cereais como trigo, cevada e centeio, contudo sua concentração é variável devido às diferentes metodologias empregadas, espécie do vegetal, época de colheita, período de maturação, região de plantio do alimento dentre outros fatores. Entre os alimentos que apresentaram maior teor de inulina estão o yacon ($0,85$ a $27 \text{ g } 100\text{g}^{-1}$), a alcachofra (22 a $74 \text{ g } 100\text{g}^{-1}$) e a chicória (24 a $79 \text{ g } 100\text{g}^{-1}$). Torna-se, portanto, importante o conhecimento do teor de inulina nos alimentos para posteriores aplicações na indústria de alimentos, recomendações e otimização de processos de extração.

Palavras-chave: Frutooligossacarídeos, Prebióticos, Alimentos Funcionais.