



POTENCIAL DO SUCO DE ARAÇÁ (*Psidium guineensis* Sw.) NO CONTROLE DO DIABETES

Balisteiro, Diully Mata¹; Genovese, Maria Inés¹

¹Departamento de Alimentos e Nutrição Experimental – Faculdade de Ciências dos Alimentos – Universidade de São Paulo, São Paulo, e-mail: genovese@usp.br

O araçá (*Psidium guineensis* Sw.) é um fruto nativo brasileiro da família das *Myrtaceae*, típica da Mata Atlântica e Amazônia, comumente consumida pela população rural na forma de sucos, sorvetes e doces. O fruto apresenta alto conteúdo de polifenóis, tais como, flavonoides e elagitaninos, e potente capacidade antioxidante e inibição das enzimas responsáveis pela metabolização dos carboidratos. A hiperglicemia tem sido associada com o aumento do risco de doenças cardiovasculares. O objetivo deste trabalho foi analisar o efeito da administração oral de suco de araçá clarificado sobre a glicemia pós prandial após consumo de 25 g de carboidratos disponíveis (provenientes de pão branco), em seres humanos. As refeições foram compostas de dois testes com pão branco acompanhado de 300 mL de água (controle) e um teste com pão branco acompanhado de suco de araçá clarificado (300 mL). As refeições foram oferecidas em ocasiões diferentes (23 voluntários saudáveis Idade média de 29 ± 6 anos (mínima de 23 anos e máxima de 43 anos) e índice de massa corporal (IMC) médio de 24 ± 3 Kg/m²). Foram determinados os níveis de glicemia capilar nos tempos 0, 15, 30, 45, 60, 90 e 120 minutos após a ingestão da refeição. A área abaixo da curva de glicemia foi calculada usando a regra trapezoidal para determinar a redução da resposta glicêmica. A redução da área abaixo da curva em relação ao controle foi de 43 ± 28 % para voluntários saudáveis. O suco de araçá clarificado apresentou diferença significativa na velocidade de incremento da glicose, adiando o tempo para se atingir a concentração sanguínea máxima de glicose. Concluímos que o suco de araçá clarificado pode ajudar a atenuar o impacto glicêmico de alimentos ricos em carboidratos.

Agradecimentos: FAPESP e CNPq.