

## IMPORTÂNCIA DE MUCILAGENS EM NUTRIÇÃO

FERREIRA, G.V.R.; MASTRO, N.L.D.

gabrielvictorrf@outlook.com

Uninove / IPEN / CNEN/ USP

Apoio: PIBIC/CNPq

A ciência aplicada às áreas de saúde, tecnologia de alimentos e biotecnologia tem buscado formas de obter materiais menos prejudiciais aos organismos e que tragam algum benefício funcional, os pesquisadores buscam sempre inovar a forma de produzir produtos e incluir coisas naturais em suas mercadorias (UTPOTT, 2012). A mucilagem, no sentido botânico é uma secreção rica em polissacarídeos hidrocolóides. É uma substância vegetal, viscosa que aumenta de volume sob a ação da água, ficando com consistência gomosa com consequentes propriedades adesivas e espessantes. As mucilagens são utilizadas como reguladoras do trânsito intestinal, como emolientes e como veículo de misturas com substâncias sólidas. Retém a água aumentando de volume. Encontra-se, em alta concentração, em raízes aquáticas para sua proteção, envolvendo algumas sementes etc. No sentido farmacológico, é uma substância viscosa resultante da solução de determinadas matérias em água. Grande grupo de polissacarídeos complexos, frequentemente presentes nas paredes celulares das plantas aquáticas e nos tegumentos de algumas outras espécies. Mucilagem é rígida quando seca e pegajosa quando húmida. Tem possivelmente uma função protetora e de âncora nas plantas. (Hine, 2005) O objetivo deste trabalho é definir e apresentar as características que as mucilagens possuem, suas aplicações, propriedades reológicas, tecnológicas e funcionais e onde elas podem ser encontradas. O método de elaboração foi por meio de revisão bibliográfica. Trabalhos com a mucilagem mostraram-se interessante na área de nutrição, como por exemplo, na substituição do glúten em pães e bolos realizados por Zambrano et al. (2017) com psyllium. Vantagem essa, que dá a possibilidade de pacientes com doença celíaca usufruírem de massas que antes contavam com glúten e os restringiam. A mucilagem pode contornar isto, pois suas características reológicas de viscosidade e extensibilidade fizeram o papel do glúten. Pode-se concluir que a mucilagem no sentido nutricional e funcional se tornou uma ferramenta excelente em preparações, ainda mais para pessoas que possuem restrições ao glúten. Em alguns artigos, é possível destacar a prevenção do câncer de cólon relacionado com a mucilagem. As fibras mucilaginosas mais utilizadas para sua extração são as de Linhaça, Chia, Inhame e psyllium. Ainda há muito o que explorar nesta área, e os resultados realizados nos trabalhos são promissores e abrem margem para novas modalidades de utilização da mesma.

**Palavras-chave:** Mucilagem. Fibras mucilaginosas. Benefícios funcionais. Reologia. Nutrição.