

ANÁLISE DA COMPOSIÇÃO CENTESIMAL, DO VALOR CALÓRICO TOTAL DA QUINUA REAL (*CHENOPODIUM QUINOA WILLD*) E SEU PERFIL DE ÁCIDOS GRAXOS

Vilma Tereza de Moura Sampaio; Carlos Eduardo Nascimento Sassano (orientador)- Nutrição.

Vilma.sampaio@edu.ung.br

Palavras-chave: Tabela de composição centesimal. Perfil de ácidos graxos. Valor calórico. Quinoa.

O conhecimento da composição dos alimentos e o perfil de ácidos graxos são importantes para o estabelecimento de diversas ações na área da saúde: prescrição dietética individual, realização de estudos de balanço, avaliação do suprimento e consumo alimentar de um país, avaliação do estado nutricional de uma população, definição de padrões na indústria de alimentos, avaliação das relações entre dieta e doença, além de outras informações. A quinoa ou quinua é um pseudocereal originário dos Andes que tem desempenhado papel importante na alimentação. Nutricionalmente destaca-se em relação a muitos cereais, como o trigo, o milho e a cevada, por apresentar qualidade protéica comparável à caseína do leite e pela ausência de proteínas formadoras de glúten, portanto,

poderia ser consumida por pessoas portadoras da doença celíaca. Outras vantagens da quinoa em relação a outros cereais, que esta possui em sua composição quantidades elevadas de vitaminas como tiamina, riboflavina, niacina, piridoxina e minerais como magnésio, zinco, cobre, ferro, manganês e potássio. A quinoa também possui teores mais elevados de fibras comparados a outros cereais. Diante disso, o objetivo deste trabalho é fazer análise da composição da centesimal da quinoa, seu perfil de ácidos graxos e calcular o seu valor calórico.

Projeto elaborado com o apoio do Programa Institucional de Iniciação Científica da Universidade Guarulhos – PIBIC-CNPq (Rodada I-2013).