

EFEITO DO USO DA CASCA DE MARACUJÁ NA REDUÇÃO DA GLICEMIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Letícia de Oliveira Reis,

Universidade Positivo, leticia.oliveira.reis@hotmail.com

Caroline Franciele Wur,

Universidade Positivo, carolinewur@hotmail.com

Jéssica Cristine Cavichiolo Kampa,

Universidade Positivo, jessicakampa@hotmail.com

Thais Nascimento Vaz,

Universidade Positivo, thais_nvaz@hotmail.com

Raissa Maria Fadel,

Universidade Positivo, raissafadel@hotmail.com

Thais Regina Mezzomo,

Universidade Positivo, thaismezzomo@yahoo.com.br

Resumo

Os alimentos funcionais estão entre os grandes avanços conseguidos pelo homem no intuito de promover e proporcionar saúde com qualidade de vida e estão amplamente disponíveis na natureza para consumo humano. Dentre os alimentos funcionais fontes de fibras, destaca-se a casca do maracujá (*Passiflora*), rica em pectina, fibra solúvel que retarda o esvaziamento gástrico e o trânsito intestinal, aumenta a saciedade e auxilia na normalização dos níveis de insulina, da glicemia e contribui para a saúde da microbiota intestinal. As cascas podem ser desidratadas e transformadas em produtos alimentícios, como a farinha de casca de maracujá que apresenta aproximadamente 65% de fibra dietética, sendo 26,2% de fibras solúveis. Considerando a composição nutricional da farinha obtida pela casca de maracujá e a necessidade de grande consumo de fibra por indivíduos com diabetes mellitus (DM), este estudo teve o objetivo de avaliar a evidência dos benefícios do consumo da casca de maracujá amarelo (*Passiflora edulis*) por

indivíduos diabéticos tipo 2 (DM2). Estudo de revisão integrativa da literatura realizado nas bases de dados PubMed, Bireme e Scopus utilizando a seguinte pergunta norteadora: “É possível obter redução significativa da glicemia com o uso da farinha da casca de maracujá?”. Para tal, foram utilizados os descritores “passiflora” e “diabetes mellitus” conforme os Descritores em Ciências da Saúde. Os critérios de inclusão adotados foram ensaios clínicos envolvendo indivíduos com DM2. Foram excluídos estudos experimentais em animais. Foram encontrados três estudos envolvendo a suplementação de farinha de casca de maracujá e seres humanos com DM2. O primeiro estudo encontrado data de 2008 e foi do tipo ensaio clínico fase II realizado em Campina Grade Paraíba, BR, com 43 voluntários. A intervenção realizada foi de 30g de farinha de casca de maracujá consumida com alimentos e bebidas ao longo do dia por 60 dias. Observou-se redução significativa ($p < 0,05$) da glicemia, sendo 14,6% e 25,5% de redução em 30 e 60 dias de estudo, respectivamente. A hemoglobina glicosilada também foi mensurada e reduziu 13,2% em 60 dias ($p = 0,032$).⁵ O segundo estudo, do mesmo grupo de trabalho que a pesquisa citada anteriormente data de 2012, também realizado na Paraíba, BR. Este estudo traz novos resultados sobre a população avaliada anteriormente e descreve redução nos níveis de insulina de 19,6% apenas no sexo masculino no período de 60 dias. Já os níveis de HOMA-IR diminuíram significativamente apenas na população feminina ($p < 0,05$). Em relação ao índice HOMA-beta, esse trabalho sugeriu melhora na sensibilidade à insulina em 60 dias de suplementação em ambos os sexos ($p < 0,05$). O terceiro estudo foi um ensaio clínico randomizado realizado em Redenção, Ceará, Brasil, pelo grupo de Araújo et al. (2017). Este trabalho avaliou 54 indivíduos com DM2, com idade entre 18 e 65 anos, de ambos os sexos. Os indivíduos do grupo intervenção receberam 12g de farinha de casca de maracujá para ser consumido antes das três principais refeições por oito semanas. Este estudo não observou redução significativa na glicemia capilar, na glicemia de jejum e na hemoglobina glicada dos indivíduos ($p > 0,05$) e sugere que a ausência de randomização pode causar superestimação de

resultados anteriormente publicados. Poucos são os estudos em humanos que avaliaram o efeito da farinha de casca de maracujá na glicemia de indivíduos DM2. Dentre esses estudos, dois mostraram evidências positivas, porém, estudo mais robusto envolvendo randomização dos participantes não encontraram resultados positivos. As doses utilizadas foram discrepantes, o que ressalta a necessidade de novos estudos para responder se a farinha de casca de maracujá pode reduzir a glicemia de indivíduos com DM2.

Palavras-chave: Taxa Glicêmica. Casca de Maracujá. Alimentos funcionais.