

A Presença de Nutrientes e Minerais em Frutas Exóticas e na Castanha do Pará

Keila Oliveira Camargo Barros, Ritiele Cardoso de Oliveira, Suelen Sedano de Menezes orientadores: .

João Bosco Rasslan Câmara e Greicy Menezes

Escola Estadual José Maria Hugo Rodrigues – Campo Grande - MS

suellensedano@outlook.com , ritielyoliveira@yahoo.com.br , boscoquimica@ig.com.br, greicymenezes@yahoo.com.br

Palavras-chave: nutrientes, minerais, frutas exóticas.

químicas e suas quantidades em cada uma das frutas exóticas escolhidas por nós, e a castanha do Pará.

Introdução

Para Queiroz, Abreu e Oliveira (2012) a *Litchi chinensis*, a Lichia, apresenta elevados potenciais nutricionais, porém deve ser consumida de forma controlada para que não apresente fatores antinutricionais, para que não prejudique o organismo. Para Cordeiro, Pinto e Ramos (2000) também apresentam artigo que traz informações sobre componentes químicos presentes na *Annona Squamosa*, mais popularmente conhecida como Fruta do Conde, que contém propriedades medicinais encontradas em diferentes partes da planta da Fruta do Conde como raízes, sementes, folhas e frutos. Segundo a literatura do SEBRAE a, *Bertholletia excelsa*, popularmente conhecida como Castanha do Pará, além de ser muito conhecida apresenta um teor muito grande em vitaminas, lipídios e proteínas. Os objetivos deste estudo são: demonstrar os benefícios e malefícios dos componentes químicos presentes nas frutas exóticas e na castanha do Pará, e para melhor e compreensão aplicamos toda pesquisa em duas tabelas encontradas logo abaixo.

Metodologia

Tabela 1

Composição Químicas De Frutas Exóticas e na Castanha do Pará			
Composição Químicas	Castanha -do- Pará	Fruta-do- Conde	Lichia
Fibras	8 g	2,4 g	1,3 mg
Cálcio (Ca)	160 mg	27 mg	5 mg
Proteína	14 g	2,8 g	0,83 mg
Ferro (Fe)	2,4 mg	0,3 mg	0,3 mg
Potássio (K)	653 mg	283 mg	171 mg
Selênio (Se)	4000 mcg	0 g	0 g
Riboflavina	0 g	0 g	0,065 mg
Ácido Fólico	5mcg	0 g	0 g
Zinco (Zn)	6,9mg	250 mcg	0,28 mg
Magnésio (Mg)	376 mg	21 mg	10 g
Fósforo (P)	0 g	46 mg	31 mg
Sódio (Na)	3 mg	1 mg	1 mg
Niacina	0 g	0 g	0,6 mg
Energia	656 Kcal	69 Kcal	66 kcal
Gorduras	66 g	0,3 g	0,44
Carboidrato	12 g	56g	17 g

Partimos inicialmente para uma pesquisa em artigos de cunho científico, livros e outros materiais que retratam o estudo aplicado aos componentes das frutas. Estudamos cada composição química envolvendo a Litchi chinensis, Annona Squamosa e Bertholletia excelsa e por fim, construímos uma tabela com as respectivas substâncias

Tabela 2

Vitaminas Presentes nos Componentes Químicos e na Castanha do Pará

	Castanha do Pará	Fruta do Conde	Lichia
Vitamina A	25 mg	0 mg	0 mg
Vitamina B1	1,09 mg	0,11 mg	0,05 mg
Vitamina B2	0,12 mg	0,15 mg	0,07 mg
Vitamina B3	7,8 mg	1,28 mg	0,5 mg
Vitamina B6	0,1 mg	0,2 mg	0,1 mg
Vitamina C	10 mg	35 mg	50 mg
Vitamina D	0 mg	0 mg	0 mg

Análise e Discussão

A *Litchi chinensis* é uma fruta que contém uma substância química que é capaz de proteger a pele contra os danos do raio ultravioleta chamada **Hidroquinona**, na qual a sua fórmula estrutural é um benzeno, cujo qual segue logo abaixo:



1,4 Dihidroxi-Benzeno
P-Di-Hidroxi-Benzeno

Analizamos a *Bertholletia excelsa* e verificamos que nela há uma grande quantidade de Selênio, que se consumida exageradamente pode causar intoxicação. A *Annona Squamosa* é totalmente reaproveitável para o uso medicinal.

Conclusão

Há índices de substâncias químicas em frutas exóticas capazes de ajudar na prevenção de algumas doenças. Ainda falta investigar onde as substâncias químicas, estão localizadas nestas frutas, para o consumo das partes úteis.

Referências

- CORDEIRO, Maria. C. R.; PINTO, Alberto C. Q.; RAMOS, Victor H. V. *O Cultivo da Pinha, Fruta-do-Conde ou Ata no Brasil*. Disponível em: http://www.espacodoagricultor.rj.gov.br/pdf/frutas/o_cultivo_da_pinha.pdf Acessado em 28/07/2015.
- QUEIROZ, Estela R.; ABREU, Celeste, M. P.; OLIVEIRA, Kelly S. *Constituintes químicos das frações de lichia in natura e submetidas à secagem: potencial nutricional dos subprodutos*. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbf/v34n4/26.pdf> Acessado em 28/07/2015
- SOUZA, Manoel de. *Manual da Natureza de Frutíferas: volume 1 / Coordenação*. 2011. São Paulo: Editora Europa. Disponível em: <http://www.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/O-cultivo-e-o-mercado-da-castanha-do-brasil> Acessado em 30/07/2015.