



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA  
CENTRO DE CIÊNCIAS EXATAS E TECNOLÓGICAS  
DEPARTAMENTO DE TECNOLOGIA DE ALIMENTOS

*Campus Universitário – Viçosa, MG – 36570-900 – Telefone (31)3612-6705/6760 - E-mail: tca@ufv.br*

---

**TAL 797 – Seminário**

**22/07/2020**

## **POTENCIAIS BENEFÍCIOS DO CACAU À SAÚDE**

**Aluna:** Mariane Sampaio da Silveira de Souza

**Orientador:** Paulo Cesar Stringheta

O cacau (*Theobroma cacao* L.) é amplamente cultivado na América, Ásia e África, no passado o fruto já era associado à melhoria da saúde, tanto que seu nome científico é originado das palavras gregas theo (Deus) e broma (bebida). Diversos produtos podem ser produzidos com os grãos de cacau, dentre eles, o chocolate ganha destaque pelo sabor e popularidade. Na cultura moderna, a importância dos grãos de cacau está crescendo devido ao seu valor econômico e as pesquisas dos possíveis benefícios à saúde encontrados em seus compostos químicos. Esses benefícios estão associados ao teor de flavonoides presentes no cacau, principalmente procianidinas, catequinas e antocianinas. Estes compostos parecem atuar de forma eficaz reduzindo o risco de doenças crônicas não transmissíveis como câncer, doenças cardíacas, diabetes, doenças neurodegenerativas entre outros. Inúmeros mecanismos têm sido propostos para explicar os benefícios do consumo de produtos de cacau, que incluem a estimulação de genes supressores de tumores, indução de sinalização de óxido nítrico (NO) e ativação da via da insulina, atividade antioxidante, entre muitos outros. Para o sistema cardiovascular, os benefícios da ingestão regular de alimentos e bebidas que contenham cacau, incluem, efeitos na pressão sanguínea, resistência à insulina e melhoria na função vascular. Apesar dos estudos demonstrarem tais melhorias na saúde, vale ressaltar que o processamento de cacau pode diminuir de forma significativa o teor de flavonoides nos produtos derivados do fruto, logo se faz necessário determinar a precisa composição (tipo e conteúdo) destes compostos e a sua biodisponibilidade. Futuras pesquisas ainda são necessárias para melhor elucidação completo do potencial do cacau na prevenção e/ou tratamento de doenças crônicas.

## Referências bibliográficas

ARANAZ, P.; ROMO-HUALDE, A.; NAVARRO-HERRERA, D.; ZABALA, M.; LÓPEZ-YOLDI, M.; GANZÁLEZ-FERRERO, C.; GIL, A. G.; MARTÍNEZ, J. A.; VIZMANOS, J. L.; MILAGRO, F. I.; GONZÁLEZ-NAVARRO, C. J. Low doses of cocoa extract supplementation ameliorate diet-induced obesity and insulin resistance in rats. **Food & Function**, 2019.

EFRAIM, P.; ALVES, A. B.; JARDIM, D. C. P. Revisão: Polifenóis em cacau e derivados: teores, fatores de variação e efeitos na saúde. **Braz. J. Food. Technol.**, Campinas, v. 14, n.13, p. 181-201, 2011.

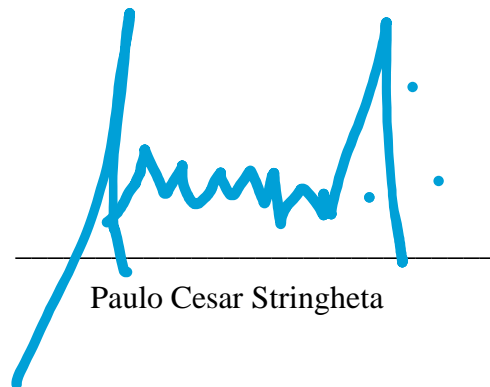
MARTÍN, M. A.; RAMOS, A. Cocoa polyphenols in oxidative stress: Potential health implications. **Journal of Functional Foods**, v. 27, p. 570-588, 2016.

MEHRABANI, S.; ARAB, A.; MOHAMMADI, H.; AMANI, R. The effect of cocoa consumption on markers of oxidative stress: A systematic review and meta-analysis of interventional studies. **Complementary Therapies in Medicine**, v. 48, 2020.

*Mariane Sampaio da Silveira de Souza*

---

Mariane Sampaio da Silveira de Souza



---

Paulo Cesar Stringheta