

ALIMENTAÇÃO E DOENÇAS CRÔNICAS: DIABÉTICOS PODEM FAZER INGESTÃO DE DOCES.

Camila Cimadon¹, Elisabete Ferreira¹, Jhullye Sampaio¹, Karen Benevides¹, Claudia Regina Schuh Amaral²

¹Graduanda do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), ²
Docente do Curso de Nutrição do UNIVAG

O Diabetes como é denominado na atualidade é considerado uma doença de epidemia mundial, segundo dados da Sociedade Brasileira de Diabetes, estima-se que até 2025 haverá 10 milhões de novos portadores da doença. O diabetes está fortemente associado com fatores ocorridos depois da transição demográfica e nutricional, onde a mudança do campo para a cidade fez com que as pessoas nos centros urbanos tivessem acesso a alimentos com alto valor calórico. Esta pesquisa visou desenvolver um produto inovador, de baixo índice glicêmico, para todos os tipos de diabetes tanto congênita quanto adquirida. Foram preparados brigadeiros utilizando-se 500g de inhame, 1 colher de sopa de óleo de coco, 2 colheres de sopa de cacau em pó, 150g chocolate meio amargo ou amargo. Os ingredientes homogeneizados foram concentrados em fogo até consistência de enrolar a massa com a mão. Após modelados os doces foram decorados cacau em pó e o chocolate picado. A pesquisa revela um alimento com baixo índice glicêmico (carboidratos 4 g e valor calórico por porção de 20 g igual a 22,5 kcal), que pode ser consumido por portadores de diabetes sem que os mesmos aumentem os picos de hiperglicemia no sangue. O inhame apresentou-se como uma excelente matéria prima base para o desenvolvimento do produto, por ter baixo índice glicêmico e suas excelentes propriedades nutricionais.

Palavras-chave: Brigadeiro. Diabetes. Inhame. Cacau.

Keywords: Brigadeiro. Diabetes. Yam. Cocoa.