

ANÁLISE DE FIBRA ALIMENTAR: UM BREVE HISTÓRICO

XI Encontro de Práticas Docentes / V Seminário Institucional de Iniciação à Docência

Adriana Camurca Pontes Siqueira, Renata Carmo de Assis, Carla Soraya Costa Maia, Eveline de Alencar Costa, Ana Erbênia Pereira Mendes, Adriana Camurca Pontes Siqueira

O presente trabalho visa descrever um breve histórico sobre a análise de fibra alimentar e seus métodos, utilizando-se de uma revisão de literatura. Muitos cientistas definiram o termo fibra ao longo da história. No século XVII o termo fibra foi usado nas substâncias de origem vegetal e no século XVIII, a fibra bruta foi associada à qualidade alimentar. Em 1953 introduziu-se a terminologia fibra alimentar e somente em 2008 surgiu a sua primeira definição. São glicídios com 10 ou mais monômeros, não hidrolisados por enzimas endógenas no intestino delgado (Codex Alimentarius, 2009). Podem ser classificadas em fibras solúveis e insolúveis (Mattos, 2000). A ingestão de elevados teores de fibras promove benefícios no combate a doenças cardíacas, sistema digestivo, desordens metabólicas e previnem obesidade (Mello, 2009). As fontes de fibras solúveis são as frutas, vegetais e aveia. Os cereais integrais possuem um maior teor de fibras insolúveis, e os legumes são fontes de ambos os tipos de fibras (Mello, 2009). Por volta de 1976 foram desenvolvidas técnicas para determinar a fibra alimentar nos alimentos, sendo a principal limitação, a disponibilidade comercial de enzimas digestivas similares as do ser humano. Procura-se reproduzir a metodologia em laboratórios com precisão aceitável e aplicável a diversas matrizes alimentares. Em 1985, foi reconhecido o primeiro método oficial para determinação de Fibra Alimentar Total, o Método Enzimático-Gravimétrico. Depois outras adaptações surgiram com o objetivo de aperfeiçoar e simplificar os métodos existentes (Mineiro, 2014). Os princípios analíticos para quantificação de fibras são: análise das paredes celulares das plantas; químico; e enzimático-gravimétrico, sendo estes usados, dependendo do objetivo, na avaliação da fibra alimentar total ou pelos constituintes, em fibras solúveis e insolúveis (Freitas, 2011). Pode-se concluir que os métodos de quantificação de fibra alimentar caracterizam-se por sua complexidade.

Palavras-chave: metodologia. fibra. revisão. análise.