

## ATIVIDADE ANTIOXIDANTE DE UM SUCO DETOX (GREEN SMOOTHIE) ADICIONADO DE PROBIÓTICO

Pesquisador(es): CHIELLE, Eduardo Ottobelli; BAUMGRATZ, Milena

Curso: Farmácia

Área: Ciências da Vida e Saúde

Resumo: O suco detox é considerado um alimento funcional, apresentando atividades antioxidantes e cardiometabólicas. Estes sucos são preparados com frutas, folhas verdes e líquido. A eles podem ser acrescentados probióticos, microrganismos vivos que fornecem benefícios para a saúde, devido a capacidade de produzirem substâncias antimicrobianas e por apresentarem atividade enzimática. Este estudo avaliou a atividade antioxidante em 20 voluntários sadios que ingeriram 200 mL do suco detox durante 30 dias. O suco detox foi preparado a partir de cepas liofilizadas das bactérias probióticas *Lactobacillus acidophilus* e em condições assépticas com abacaxi, maçã verde, chá verde, hortelã, gengibre e água estéril. O percentual de gordura, peso de gordura, peso da massa magra e as circunferências obtiveram uma diminuição. Já os marcadores antioxidantes mostraram redução na concentração de Espécies Reativas ao Ácido Tiobarbitúrico (TBARS) e aumento significativo da concentração sérica de vitamina C e da atividade da glutathione (GSH). Embora a ingestão do suco foi de somente 30 dias, os resultados mostraram que o suco detox probiótico melhorou a performance oxidativa dos voluntários, diminuindo as chances de desenvolvimento de comorbidades cuja mecanismo fisiopatológico é o desequilíbrio oxidativo. Para resultados mais conclusivos, há a necessidade de mais estudos para que a ação do suco seja melhor analisada, e sugere-se que sua ingestão seja associada com dieta e exercícios físicos.

Palavras-chave: Alimentos funcionais. Probióticos. Enzimas oxidantes. Dados antropométricos.

E-mails: [eduardo.chielle@unoesc.edu.br](mailto:eduardo.chielle@unoesc.edu.br), [milenabaumgratz@hotmail.com](mailto:milenabaumgratz@hotmail.com).

