

O Brasileiríssimo

GUARANÁ

Um ingrediente cheio de energia

A crescente busca por qualidade de vida e longevidade influencia cada vez mais o comportamento dos consumidores e coloca em foco produtos e serviços relacionados à saúde e bem-estar. Seguindo essa tendência mundial, na busca por benefícios que vão além das funções nutricionais básicas, a indústria alimentícia utiliza cada vez mais ingredientes naturais com funções fisiológicas estabelecidas para desenvolvimento de alimentos e bebidas funcionais.

Na literatura, inúmeros estudos comprovam o papel-chave da alimentação saudável na prevenção e tratamento de doenças. Ações benéficas ao organismo são cada vez mais correlacionadas com o consumo de produtos de origem natural que são fontes de vitaminas, minerais, ácidos graxos, fibras, além de metabolitos secundários bioativos, como polifenóis, alcalóides, entre outros.

O Guaraná (*Paulinia cupana*) é uma planta nativa da região amazônica, cuja descoberta e utilização por povos indígenas precede a conquista da América. Devido a sua ação estimulante, tônica e afrodisíaca, os povos Maués consideravam a espécie sagrada e tão valiosa quanto o ouro. Com sabor levemente amargo, adstringente e ácido, o pó de guaraná, dissolvido em água, foi considerado pela sabedoria popular indígena o elixir para obtenção de uma vida longa.

O primeiro relato da utilização do guaraná como bebida ocorreu em 1669, durante uma expedição jesuíta à Amazônia. A partir de então, devido a suas ações fisiológicas, passou a ser comercializado como planta medicinal com ação fortificante, estimulante, tônico, antídoto para febre e para o tratamento de diarreia. Atualmente, está presente em diversas farmacopéias, como as do Brasil, EUA, México e de alguns países da Europa.

As sementes de guaraná consti-

tuem a parte comercialmente mais atrativa da planta, por conter as substâncias ativas, responsáveis pela ação estimulante. A partir das sementes, são obtidos xaropes, extratos e destilados.

Dentre os compostos bioativos mais conhecidos presentes na semente do guaraná, estão as metilxantinas, principalmente cafeína, que é associada ao aumento de função cognitiva e gasto energético. Em menor quantidade, estão presentes a teobromina e teofilina (< 0,2%) que são considerados marcadores de autenticidade. O conteúdo de cafeína nas sementes de guaraná (de 2% a 7,5%) é significativamente superior ao presente no café - aproximadamente quatro vezes mais. Quando comparado a outras bebidas estimulantes, como cacau e chá verde, possui teor de cafeína 30 vezes maior.

Além das metilxantinas, dados na literatura demonstram que as sementes de guaraná são também fontes de polifenóis, amido (60%), pectina, entre outros.

Seus efeitos benéficos à saúde não são atribuídos somente à cafeína, mas também estão relacionados com seu alto potencial antioxidante, principalmente devido a presença de taninos (12%), componentes que garantem a característica adstringente do produto. Os taninos constituem um grupo de compostos fenólicos capazes de formar complexos com várias outras moléculas. No Guaraná, a formação desses complexos com a cafeína resulta em um efeito estimulante até duas vezes mais prolongado do que em uma bebida equivalente, como chá ou café.

As catequinas, taninos condensados presentes nas sementes do Guaraná, também atuam como antioxidantes, protegendo o organismo contra os efeitos dos radicais livres, auxiliando na prevenção de doenças cardiovasculares, diabetes e envelhecimento acelerado.

COMO O GUARANÁ AGE NO NOSSO ORGANISMO

Ação do Guaraná

Estimula a circulação sanguínea;



Fornece sensação de bem-estar geral;



Proporciona fluxo mais claro do pensamento;



Reduz a Fadiga;





O Brasil é o maior produtor de Guaraná do mundo, com 96% das plantações concentradas nos estados do Amazonas e Bahia. Devido a seus compostos bioativos, o Guaraná tem atraído um interesse considerável como ingrediente para o desenvolvimento de alimentos funcionais, suplementos alimentares, medicamentos e cosméticos.

O maior valor econômico está relacionado à produção de bebidas. Em alimentos, o extrato de semente de Guaraná é o aroma base utilizado em uma das bebidas carbonatadas mais populares no Brasil. Além disso, é muito utilizado pela indústria de bebidas energéticas. Também pode ser aplicado em suplementos alimentares, snacks, barra de cereais, gomas de mascar e balas.

A aplicação de processos combinados para aumentar o perfil de metilxantinas e polifenóis e subsequente valorização dos resíduos de Guaraná tem resultado em inúmeros estudos para maximizar o teor de constituintes bioativos e, conseqüentemente, os benefícios para a saúde.

Em conexão com os movimentos crescentes dos consumidores em busca de naturalidade, saúde e bem-estar na alimentação, a Duas Rodas, que nasceu

em meio à diversidade do maior bioma do mundo e é pioneira na fabricação de óleos essenciais de plantas tropicais no Brasil, oferece amplo portfólio de aromas, desidratados e extratos naturais nas formas pó e líquida.

Líder brasileira no fornecimento de aromas e ingredientes para as indústrias de alimentos e bebidas, a empresa conta, em sua plataforma de ingredientes naturais, com a Fruittion Botanicals, uma linha exclusiva inspirada pela diversidade da botânica latino-americana,

que contém em seu portfólio extratos padronizados em diferentes compostos ativos, para atender diversos públicos e aplicações. Dentre eles, estão presentes extratos de guaraná padronizados em diversas concentrações de cafeína.

Como a maior produtora mundial independente de extrato natural de Guaraná, a Duas Rodas é reconhecida por selos e certificados que atestam o cuidado e a preocupação com segurança de alimentos e a preservação ambiental, como FSSC 22000, Orgânico, Kosher e Halal.

REFERÊNCIAS

SCHIMPL, F. C.; SILVA, J. F.; GONÇALVES, J. F. C.; MAZZAFERA, P. Guarana: Revisiting a highly caffeinated plant from the Amazon. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 150, n. 28, p. 14-31, 2013.
MARQUES, L. L. M.; FERREIRA, E. D. F.; PAULA, M. N.; KLEIN, T.; MELLO, J. C. P.

Paullinia cupana: a multi purpose plant – a review. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v. 29, p. 77-110, 2019.
SILVA, C. P.; SOARES-FREITAS, R. A. M.; SAMPAIO, R. R.; CAMARGO, A. C.; TORRES, E. A. F. S. **Guarana as a source of bioactive compounds. Journal of Food Bioactives**, v. 6, p. 1-5, 2019.

*Karina Luize da Silva, Especialista em Pesquisa e Desenvolvimento de Extratos e Desidratados da Duas Rodas; Tailyn Zermiani dos Santos, Analista em Pesquisa e Desenvolvimento de Extratos e Desidratados da Duas Rodas.



Duas Rodas Industrial Ltda.
Tel.: 0800 707 9500
duasrodas.com