

# ALIMENTAÇÃO E CULTURA: ACEITABILIDADE DE DUAS PREPARAÇÕES À BASE DE FARINHA DE BABAÇU



Jorrana Oliveira de Almeida<sup>1</sup>

Alex Soares Feitosa<sup>2</sup>

Rafaelly Stéfani de Oliveira Silva<sup>3</sup>

Francisco Carlos Ribeiro<sup>4</sup>

Sabrina Daniela Lopes Viana<sup>5</sup>

**Resumo:** A ciência da nutrição busca estudar o alimento relacionado aos aspectos fisiológicos no corpo e o estudo dos elementos presentes neles. Porém, mais do que nutrir-se para sobrevivência, o homem necessita se relacionar com os demais. A alimentação é mais que a ingestão de nutrientes, envolve alimentos, combinações destes e dimensões socioculturais. **Objetivos:** Analisar a aceitabilidade de preparações culinárias com ingrediente da cultura nativa, contribuindo para valorização da diversidade cultural e incentivo a hábitos alimentares. **Método:** O ingrediente-chave foi a farinha de babaçu. A escolha das receitas foi baseada no livro *Receitas com farinha de babaçu*, de Atala, Gil e Rigo. Foram selecionadas duas receitas, uma doce e outra salgada. Foram realizadas a degustação com 25 participantes e a aplicação do teste de aceitabilidade e escala hedônica. **Resultados:** Ambas as receitas obtiveram uma porcentagem de aceitabilidade de 88% para o item gostei e adorei do quesito sabor. Os quesitos com menor pontuação foram textura, aparência e aroma. **Discussão:** As receitas submetidas à degustação atingiram porcentagens ideais de aceitabilidade em todos os quesitos. No momento em que, no mundo inteiro, culturas alimentares tradicionais vêm perdendo espaço e valor, torna-se cada vez mais importante que nossas melhores tradições sejam preservadas, pois essa preservação influencia beneficemente no perfil de saúde. **Conclusão:** A aplicação de farinha de babaçu nas preparações culinárias obteve aprovação na maioria dos itens da escala hedônica, sendo uma alternativa viável para a valorização de um ingrediente nativo e para difusão de hábitos alimentares saudáveis, diversificados e acessíveis à população.

**Palavras-chave:** alimentação; cultura; farinha de babaçu; teste de aceitabilidade.

## FEEDING AND CULTURE: ACCEPTABILITY OF TWO PREPARATIONS BASED ON BABASSU FLOUR

**Abstract:** The science of nutrition seeks to study food relating to physiological aspects in the body and the study of the elements present in them. However, more than being nourished for

.....

1 Jorrana Oliveira de Almeida, Bacharelado e pós-graduanda em Nutrição, Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo, Brasil. E-mail: jorrannaoliveira15@gmail.com

2 Alex Soares Feitosa, Bacharelado em Nutrição, Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo, Brasil. E-mail: asoares.12@hotmail.com

3 Rafaelly Stefani de Oliveira da Silva, Bacharelado em Nutrição, Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo, Brasil. E-mail: rafaelly.s.o.s@hotmail.com

4 Francisco Carlos Ribeiro, Mestre e Doutorando em História pela PUC-SP, Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo, Brasil. E-mail: fcr.professor@hotmail.com

5 Sabrina Daniela Lopes Viana, Mestrado em Saúde Pública, Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo, Brasil. E-mail: sabrina.viana@unasp.edu.br

survival, man needs to relate to others. Food is more than the intake of nutrients, it involves food, combinations of these and socio-cultural dimensions. **Objective:** Analyze the acceptability of culinary preparations with ingredients from the native culture, contributing to the appreciation of cultural diversity and encouraging eating habits. **Method:** The key ingredient was babassu flour. The choice of recipes was based on the book *Recipes with babassu flour*, by Atala, Gil and Rigo. Two recipes were selected, one sweet and one salty. The tasting with 25 participants and the application of the acceptability test and hedonic scale were performed. **Results:** Both recipes obtained an 88% acceptability percentage for the item I liked and loved the flavor item. The items with the lowest score were texture, appearance, and aroma. **Discussion:** The recipes submitted to the tasting reached ideal percentages of acceptability in all aspects. At a time when, throughout the world, traditional food cultures are losing space and value, it becomes increasingly important that our best traditions are preserved, as this preservation has a beneficial influence on the health profile. **Conclusion:** The application of babassu flour in culinary preparations was approved in most items on the hedonic scale, being a viable alternative for the valorization of a native ingredient and for the dissemination of healthy, diversified, and accessible eating habits to the population.

**Keywords:** feeding; culture; babassu flour; acceptability test.

A ciência da nutrição busca estudar o alimento relacionado aos aspectos fisiológicos no corpo e o estudo dos elementos presentes neles. Porém, mais do que nutrir-se para sobrevivência, o homem necessita se relacionar com os demais, tornando-se valioso ter um olhar para os aspectos culturais que estão por trás da preparação e consumo dos alimentos (ZUIN; ZUIN, 2009). A alimentação é mais que a ingestão de nutrientes, envolve alimentos, combinações destes e dimensões socioculturais que influenciam a saúde e o bem-estar (BRASIL, 2014).

As culturas brasileiras são distintas e modernas. Na era pré-moderna, a identidade cultural era dada a tribos; a religião e a região local, porém, com o passar do tempo, foram repassadas para a sociedade ocidental, a cultura nacional. A construção da cultura nacional auxiliou na padronização da alfabetização global, criando uma só cultura educacional, sendo um ponto crucial da industrialização na modernidade (HALL, 2006). É a cultura que define as variações do que é comestível e as proibições alimentares que eventualmente eles discriminam dos outros grupos sociais (GARINE, 1987).

Alimentos específicos e preparações culinárias que resultam da combinação e preparo desses alimentos e modos de comer particulares constituem parte importante da cultura de uma sociedade e, como tal, estão fortemente relacionados com a identidade e o sentimento de pertencimento social das pessoas, com a sensação de autonomia, com o prazer propiciado pela alimentação e, conseqüentemente, com o seu estado de bem-estar (BRASIL, 2014).

As nossas crenças, tabus, religião, entre outros fatores influenciam diretamente a escolha dos nossos alimentos diários. Desse modo, a alimentação humana parece estar muito mais vinculada a fatores espirituais e exigências tradicionais do que às próprias necessidades fisiológicas. Muitos preceitos religiosos e culturais determinaram os costumes existentes nos dias de hoje. O encontro dessas diferentes culturas resultou num cardápio bastante rico e variado (RECINE; RADAELLI, 2016).

A importância da alimentação cultural tem diferentes dimensões além do aspecto comum da sobrevivência, é também um comportamento simbólico e cultural. Sendo assim, “Comida não é apenas uma substância alimentar, mas é também um modo, um estilo e um jeito de alimentar-se. E o jeito de comer define não só aquilo que é ingerido como também aquele que ingere” (DAMATTA, 1986, p. 37).

Os símbolos e significados que compõem a cultura agem sobre a alimentação. Discute-se a distinção entre o que é alimento e o que é comida. Trata-se das preferências alimentares não apenas como substância alimentar, mas, sobretudo, como um modo, um estilo, um jeito de se alimentar (BRAGA, 2004).

Com vista a assegurar o direito humano à alimentação adequada, o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN) institui a Política Nacional de Segurança Alimentar (PN-SAN), estabelecendo diretrizes e objetivos para garantia do direito (BRASIL, 2010). Proteger e promover o direito humano à segurança para uma alimentação adequada respeitando as diversidades culturais constituem parte dos objetivos específicos da PNSAN.

O babaçu (*orbignya oleifera*) é uma planta nativa brasileira disseminada por todo o interior do país, desde o estado do Amazonas ao estado de São Paulo, sendo sua produção mais expressiva no Maranhão. O coco do babaçu pertence à família das palmeiras e pode ser utilizado para a geração de energia, artesanato, produção da farinha de babaçu e fabricação de óleos (PORTO, 2004; SUDRE; SANTOS; MOREIRA, 2014).

O fruto, denominado coco do babaçu, têm quatro partes: epicarpo, mesocarpo, endocarpo e amêndoas. O mesocarpo é constituído de água, carboidratos (amido e celulose), proteínas, lipídios e minerais. É a partir do mesocarpo que é produzida a farinha (CAVALCANTE NETO *et al.*, 2016) utilizada na culinária popular, mas pouco divulgada no território brasileiro.

O objetivo do presente estudo foi analisar preparações culinárias com ingrediente da cultura nativa, contribuindo para a valorização da diversidade cultural e incentivo a hábitos alimentares saudáveis.

## DESENVOLVIMENTO

Trata-se de um estudo experimental que foi realizado a partir de testes de aceitabilidade de receitas que incluam a farinha de babaçu. O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do UNASP sob o parecer 3.960.853. O trabalho foi dividido em: teste da receita para a construção da ficha técnica; realização da degustação; aplicação do questionário; tabulação de dados e análise dos dados que foram obtidos.

A escolha das receitas foi baseada no livro *Receitas com farinha de babaçu* (ATALA; GIL; RIGO, 2019), que traz uma variedade de preparações feitas com a farinha de babaçu como ingrediente principal. Foram selecionadas duas receitas, sendo elas: torta salgada de legumes e bolo de cenoura com farinha de babaçu.

Houve a realização de testes das receitas de acordo com as normas da vigilância sanitária (Resolução RDC, n.º 216, de 15 de setembro de 2004). Foram verificados o sabor, a textura e o aroma, porém, por questões de paladar, a torta salgada de legumes permaneceu, e o bolo de cenoura com farinha de babaçu foi excluído, sendo substituído pela mistura para bolo (ou mingau) de babaçu com cacau, que obteve uma melhor aceitação pelo trio responsável pela pesquisa.

A ficha técnica é um instrumento indispensável em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN), utilizado para contribuir na elaboração e padronização de receitas, fornecendo desde lista de ingredientes, custos de preparações, modo de preparo ao valor nutricional (MENEZES; SANTANA; NASCIMENTO, 2018). Por isso as duas receitas foram transformadas em fichas técnicas.

As duas receitas foram avaliadas pela degustação e aplicação de um questionário (anexo 2) com uma escala hedônica de cinco pontos para análise de aparência, sabor, textura, aroma e o processo da degustação, além de informações de idade, sexo e naturalidade. O público-alvo foi composto por 25 estudantes universitários de uma instituição de ensino superior. Os critérios de participação foram: ambos os sexos, maiores de 18 anos e que estivessem matriculados na instituição.

Por se tratar de um público de estudantes, o convite aos participantes ocorreu em sala de aula previamente agendado. Aqueles que aceitaram participar da pesquisa, receberam para ler e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo 1).

Os participantes receberam o alimento preparado, e junto dele foi entregue um copo de água e uma unidade de bolacha de água e sal para que assim pudessem "limpar" o paladar para que resíduos de sabores anteriores não interferissem na degustação do alimento testado, sendo o mesmo processo para a próxima degustação (TEIXEIRA, 2009).

No dia 18/09/2019, foi realizada a degustação no laboratório de técnica dietética, somando 25 voluntários universitários (cursos da área da saúde), selecionados aleatoriamente em salas de aulas para realizar o teste de aceitabilidade. A faixa etária variou entre 18 e 40 anos de idade com média de 21 anos, sendo participantes de várias naturalidades do Brasil.

O laboratório contava com duas portas, A e B, e quatro cabines próprias para degustações. Os participantes entravam em grupos de quatro pela porta A e se dirigiam para suas respectivas cabines, onde iam provar primeiramente a preparação salgada e, em seguida a doce, sem nenhuma interferência dos realizadores da degustação.

Na cabine, provavam o alimento e respondiam ao questionário do teste de aceitabilidade e escala hedônica; após esse processo, retiravam-se da cabine, saindo pela porta B, levando consigo um folder com as duas receitas, caso queiram reproduzi-las em casa, e, conseqüentemente, não tendo nenhuma espécie de contato com outros participantes.

A tabulação de dados foi realizada pelo software Excel, disponível no pacote Microsoft Office 2013. Foram consideradas como aceitas as preparações que obtiveram no mínimo 70% do total nos itens gostei e/ou adorei, respeitando os critérios estabelecidos pelas referências (TEIXEIRA; MENERT; BARBERTA, 1987).

Foi escolhido o método sensorial-afetivo, que é a escala hedônica. Há dois tipos, o teste de aceitação e o de preferência, e para o presente estudo foi escolhido o teste de aceitação.


## RESULTADOS

As receitas sofreram algumas modificações em relação às originais, extraídas do livro *Receitas com farinha de babaçu* (Atala, Gil e Rigo, 2019), por conta da consistência da massa da torta, que não era a ideal para obtenção de um bom resultado no forneamento. Já a receita do bolo sofreu uma pequena modificação (acrescentou-se uma cobertura de chocolate) para que ele ficasse com uma aparência mais atrativa, portanto as fichas técnicas foram baseadas nas receitas modificadas e testadas.

## Ficha técnica 1: Bolo de chocolate com farinha de coco babaçu

	<b>PREPARAÇÃO:</b>			
	<b>BOLO DE BABAÇU COM CACAU</b>			
	Rendimento	850g		
	N.º de porções	14 fatias		
	Tam. da porção	60g		
Ingredientes	Per capita (g/ml)			Medida caseira
	PB (g)	PL (g)	FC	
Massa pronta para bolo de babaçu com cacau	500,00	500,00	1,00	1 pacote
Ovos	150,00	135,00	1,11	3 unidades
Óleo vegetal de soja	100,00	100,00	1,00	½ xícara
Fermento em pó	10,00	10,00	1,00	1 colher de sopa
Água	200,00	200,00	1,00	1 xícara
<b>MODO DE PREPARO</b>				
1. Em um liquidificador, bata todos os ingredientes, com exceção do fermento em pó.				
2. Em seguida, acrescente o fermento e despeje em uma forma untada.				
3. Leve ao forno pré-aquecido à 180 °C e deixe assar por 40 minutos.				
<b>Informações nutricionais (porção de 60g — 1 fatia)</b>			Aceitabilidade	
Valor energético	239 kcal			
CHO	23g	em 100g	Método	Escala hedônica de 5 pontos
PTN	4,2g	em 100g	N.º de pessoas	31
LIP	14g	em 100g	Porcentagem	88%
FIB	2,7g	em 100g	Data	18/09/2019
PB= Peso bruto; PL= Peso líquido; FC= Fato de correção (PB ÷ PL)				

## Ficha técnica 2: Torta salgado com farinha de babaçu

				PREPARAÇÃO	
				TORTA COM FARINHA DE BABAÇU	
				Rendimento	1080g
				Nº de porções	39 fatias
				Tam. da porção	60g
Ingredientes	Per capita (g/ml)			Medida caseira	
	PB (g)	PL (g)	FC		
Farinha de babaçu	90,00	90,00	1,00	1 xícara	
Farinha de mandioca	150,00	150,00	1,00	1 xícara e ½	
Queijo muçarela ralado	190,00	190,00	1,00	1 e ¾ de xícara	
Ovos	150,00	150,00	1,00	3 ovos	
Óleo de soja	100,00	100,00	1,00	½ xícara	
Leite	100,00	100,00	1,00	1 xícara	
Sal	10,00	10,00	1,00	1 colher de chá	
Fermento químico	10,00	10,00	1,00	1 colher de sopa rasa	
Vagem picada	98,70	70,00	1,41	2 colheres de sopa	
Cenoura picada	81,90	70,00	1,17	2 colheres de sopa	
Abobrinha	75,81	57,00	1,33	4 colheres de sopa	
Cogumelo	27,00	27,00	1,00	1 colher de sopa	
Ervilha em conserva	57,00	57,00	1,00	1 e ½ colher de servir	
Milho em conserva	57,00	57,00	1,00	1 e ½ colher de servir	
Azeitona em conserva s/ caroço	24,00	24,00	1,00	1 colher de sopa	
Cebola picada	33,00	30,00	1,10	2 colheres de sopa	
Alho	10,40	8,00	1,30	2 unidades	
MODO DE PREPARO					
1. Pique os legumes e refogue-os.					
2. Bata no liquidificador as farinhas de babaçu e de mandioca, duas colheres de queijo ralado, os ovos, o óleo, o leite e o sal.					
3. Coloque o fermento e misture.					

4. Unte a forma com farinha de babaçu e coloque metade da massa.				
5. Acrescente o recheio e cubra com o restante da massa.				
6. Espalhe o queijo ralado por cima.				
7. Leve ao forno pré-aquecido à 180 °C e deixe assar por 40 minutos, até a massa ficar firme e dourada.				
<b>Informações nutricionais (porção de 60g — 1 fatia)</b>				
Valor energético	155 kcal		<b>Aceitabilidade</b>	
CHO	13,4g	em 100g	Método	Escala hedônica de 5 pontos
PTN	4,4g	em 100g	N.º de pessoas	31
LIP	2,0g	em 100g	Porcentagem	88%
FIB	13,4g	em 100g	Data	18/09/2019
PB= Peso bruto; PL= Peso líquido; FC= Fato de correção (PB ÷ PL)				

Conforme a Tabela 1 participaram da degustação 25 estudantes universitários de idades e naturalidades diferentes. O gênero feminino predominou com 84% (n=21) do total de voluntários. A idade variou entre 18 e 40 anos de idade, sendo que a média foi de 21 anos (DP=6). Houve prevalência de participantes naturais de São Paulo, com 44% (n=11).

Tabela 1 – Características sociodemográficas dos participantes da pesquisa, São Paulo, 2019

Variáveis	N	%
<b>Gênero</b>		
Masculino	4	16%
Feminino	21	84%
<b>Idade (anos)</b>		
18-29	21	84%
30-39	2	8%
40-49	1	4%
Não responderam	1	4%
<b>Estado de naturalidade</b>		
São Paulo	11	44%
Maranhão	2	8%
Pará	2	8%
Bahia	1	4%
Rio de Janeiro	1	4%
Rio Grande do Sul	1	4%
Roraima	1	4%
Não responderam	6	24%



De acordo com os resultados obtidos no teste de aceitabilidade descritos na Tabela 2, relacionada à receita do bolo de farinha de babaçu, 88% (n=22) aprovaram a preparação expressando gostei e adorei quanto à variável sabor. Não havendo pontos para detestei e não gostei. O quesito textura foi o que obteve menor aceitação com 72% de aprovação. As características como aparência e aroma foram os principais aspectos atribuídos como indiferença.

Tabela 2 – Teste de aceitabilidade por escala hedônica do bolo de farinha de babaçu

Quesito	Detestei	Não gostei	Indiferente	Gostei e adorei	Não responderam	Total
Aparência	0 (0%)	0 (0%)	5 (20%)	20 (80%)	0 (0%)	25 (100%)
Aroma	0 (0%)	1 (4%)	4 (16%)	20 (80%)	0 (0%)	25 (100%)
Sabor	0 (0%)	1 (4%)	2 (8%)	22 (88%)	0 (0%)	25 (100%)
Textura	0 (0%)	1 (4%)	2 (8%)	18 (72%)	4 (16%)	25 (100%)

A receita da torta salgada teve a aprovação de 88% (n=22) no critério sabor, e o critério com menor aceitação foi a aparência, com 64% (n=16), conforme Tabela 3:

Tabela 3 – Teste de aceitabilidade por escala hedônica da torta de legumes

Quesito	Detestei	Não gostei	Indiferente	Gostei e adorei	Não responderam	Total
Aparência	1 (4%)	7 (28%)	1 (4%)	16 (64%)	0 (0%)	25 (100%)
Aroma	0 (0%)	1 (4%)	6 (24%)	18 (72%)	0 (0%)	25 (100%)
Sabor	0 (0%)	3 (12%)	0 (0%)	22 (88%)	0 (0%)	25 (100%)
Textura	0 (0%)	0 (0%)	1 (4%)	20 (80%)	4 (16%)	25 (100%)

## DISCUSSÃO

O uso de fichas técnicas facilita o controle e diminuição dos custos. Ajuda também na padronização das receitas, fazendo com que elas possam ser reproduzidas por qualquer indivíduo, sendo ele profissional da área de preparo de alimentos ou não. As fichas técnicas são uma espécie de tutorial para reproduções das receitas em grande escala. Deve-se lembrar que a ficha técnica também carrega consigo informações nutricionais auxiliando no momento da escolha, podendo ela ser mais saudável e direcionada para um indivíduo específico (MENEZES; SANTANA; NASCIMENTO, 2018).

O teste de aceitabilidade é o conjunto de procedimentos metodológicos, cientificamente reconhecidos, destinados a medir o índice de aceitabilidade da alimentação. O teste de aceitabilidade faz parte da análise sensorial de alimentos, que evoca, mede, analisa e interpreta reações das características de alimentos e materiais como são percebidas pelos órgãos da visão, olfato, paladar, tato e audição (SCARPARO; BRATKOWSKI, 2017).

Considerou-se o sabor como uma experiência multiforme, mas unitária de sensações olfativas, gustativas e táteis observadas ao decorrer da degustação. Seu fundamento ocorre a partir da identificação de produtos químicos por células especializadas, sendo identificado, basicamente, ao longo dos sentidos do gosto e olfato, também persuadido pelos efeitos táteis, térmicos e dolorosos (STRAPASSON *et al.*, 2011).



As duas receitas submetidas à degustação atingiram porcentagens ideais de aceitabilidade (gostei e adorei) em todos os quesitos, visto que a pontuação está acima do mínimo exigido pelos critérios estabelecidos pelas referências (TEIXEIRA; MENERT; BARBERTA, 1987), de obter pelo menos 70% do total nos itens gostei e/ou adorei, critério este que foi aplicado ao público universitário, alvo desta pesquisa. Todos os participantes responderam ao item sabor na pesquisa realizada. A receita foi bem aceita, pois todos os quesitos obtiveram aprovação. No entanto, em relação às outras variáveis (aparência e textura), necessita haver uma melhora, dado que as pontuações respectivas foram menores se comparadas aos outros quesitos.

Nem todos os alimentos que o nosso organismo consegue digerir são biologicamente aceitos pelo metabolismo humano. Os alimentos precisam ser aceitos pela sociedade, pois não basta o alimento ser comestível, precisa ser culturalmente aceito. O aspecto sensorial é um importante fator que leva às escolhas alimentares, o sentimento que aquele alimento proporciona pode fazê-lo parecer melhor que outros. Diante disso, os consumidores enxergam funções alimentares, como utilitária, hedônica, simbólica, ética e espiritual. No entanto, o sabor é o quesito mais importante que influencia o consumo de alimentos (ALVARENGA *et al.*, 2019).

O sabor é uma particularidade que há muito tempo tem potencial de diferenciar os alimentos entre si. Nos primórdios, ele foi o responsável por despertar o interesse de aprimorar a arte de comer e beber. Uma combinação de alimentos e ingredientes podem trazer à tona uma imensidão de sabores. O sabor pode ser definido como a fatura que o paladar aliado ao olfato possibilita (ADITIVOS & INGREDIENTES, 2020).

A importância do sabor consiste também no fato de que ele assegura que uma pessoa alterne entre os alimentos de acordo com sua preferência ou até de acordo com as necessidades metabólicas individuais. A percepção das particularidades de um alimento é afetada por diversas condições exclusivas daquele indivíduo que abrangem atributos sensoriais que interagem com fatores psicológicos, comportamentais e cognitivos dos consumidores (STRAPASSON *et al.*, 2011). Isso explica o motivo de os participantes da pesquisa não terem aprovado positivamente com tanta exatidão os outros quesitos (aparência e textura), pois as percepções alimentares são muito particulares e exclusivas daquele sujeito, e as novidades podem não ser recebidas com tanta hospitalidade, mas havendo uma reeducação alimentar o objetivo pode ser alcançado facilmente.

Saber lidar e entender as percepções alimentares é uma habilidade muito importante, pois ajuda na detecção de alimentos que podem ser prejudiciais à saúde. Mais especificamente, alimentos contaminados, fora do prazo de validade ou em outras condições que o impossibilitem de ser consumidos têm sabor, odor e textura característicos de um alimento inviável (ALVES; DANTAS, 2014).

Outro elemento significativo é o consumo de ingredientes disponíveis na região em que se vive. Pois, propicia a obtenção de produtos mais frescos e de qualidade, pois se trata de um alimento produzido com as características do território, como também auxilia na preservação do meio-ambiente, por ser possível evitar em grande parte o deslocamento de alimentos pelo país (MULLER; AMARAL; REMOR, 2010).

A aparência do alimento pode exercer efeito estimulante ou inibidor do apetite. A alimentação, por ser um ato necessário para a preservação da vida, tem que proporcionar sensações prazerosas e de bem-estar. Por essa razão, o setor alimentício preocupa-se tanto

com a aplicação de cores e obtenção de alimentos que agradem aos olhos do consumidor (CONSTANT; STRINGHETA; SANDI, 2002).

Por sua vez, o aroma dos alimentos constitui um dos principais impulsionadores da aceitação pelos consumidores. Sua caracterização representa um grande desafio para a indústria de alimentos (NASCIMENTO; RIBEIRO; BATISTA, 2014).

A textura pode ser considerada uma demonstração das propriedades reológicas de um alimento e constitui um atributo importante de qualidade. Tem influência nos hábitos alimentares, na preferência do consumidor, afeta o processamento e o manuseio dos alimentos, influenciando na quantidade a ser consumida (MACHADO; PEREIRA, 2010).

Todos têm direito a uma alimentação saudável, acessível, de qualidade, em quantidade suficiente e de modo permanente. Isso é segurança alimentar e nutricional. Ela deve ser totalmente baseada em práticas alimentares promotoras da saúde, sem nunca comprometer o acesso a outras necessidades essenciais. Tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que seja ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentável. Esse é um direito do povo brasileiro, um direito de se alimentar devidamente, respeitando particularidades e características culturais de cada região (BRASIL, 2010).

No momento em que, no mundo inteiro, culturas alimentares tradicionais, baseadas no consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados, em preparações culinárias e em refeições compartilhadas, vêm perdendo espaço e valor, torna-se cada vez mais importante que nossas melhores tradições sejam preservadas, pois essa preservação influencia beneficemente no perfil de saúde das pessoas (BRASIL, 2014).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Uma alimentação com boa aceitação e saudável é benéfica para aumentar o conhecimento dos estudantes, de modo que amplie também o índice de aprovação nas escolas, melhorando o rendimento em sala de aula e promovendo a formação de hábitos alimentares saudáveis.

A pesquisa pode contribuir para a inclusão e valorização de um ingrediente nativo que é mais saudável e contribuirá mais ainda para as reservas energéticas do metabolismo humano e, conseqüentemente, para a diminuição do consumo da farinha de trigo refinada, cujo excesso é relacionado ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.

É possível, por meio dos alimentos, promover o fortalecimento de hábitos alimentares saudáveis e enriquecer a cultura alimentar nativa, que traz consigo uma variedade de cores, sabores e aromas, e ainda de fácil acesso à população, fazendo com que o consumo possa ser aumentado e causando a diminuição do consumo de alimentos ultraprocessados, interferindo assim na conseqüente melhoria da saúde dos consumidores.

## REFERÊNCIAS

ADITIVOS & INGREDIENTES (ed.). **A evolução do sabor nos alimentos**. 1. ed. [S. l.: s. n.], 2020. 11 p.

ALVES, L. M. T.; DANTAS, R. O. Percepção de sabores em pessoas normais: Flavor perception in healthy volunteers. **GED gastroenterol. endosc. dig**, Ribeirão Preto - SP, v. 3, n. 33, p. 102-105, 6 fev. 2014.

ALVARENGA, M. FIGUEIREDO, M.; TIMERMAN, F.; ANTONACCIO, C. **Nutrição comportamental**. 2. ed. Barueri/SP: Manole, 2019.

ATALA, A.; GIL, B.; RIGO, N. **Receitas com farinha de babaçu**: da floresta para a merenda. Pará: Origens Brasil, 2019. 22 p.

BRAGA, V. Cultura alimentar: contribuições da antropologia da alimentação. **Saúde em Revista**, Piracicaba, v. 13, n. 6, p. 37-44, jan. 2004. Disponível em: [http://plataforma.redesan.ufrgs.br/biblioteca/pdf\\_bib.php?COD\\_ARQUIVO=3387#:~:text=%E2%80%9320ANTROPOLOGIA%20DA%20ALIMENTA%C3%87%C3%83O.&text=m%202003%2C%20o%20combate%20%C3%A0,para%20a%20erradica%C3%A7%C3%A3o%20da%20fome](http://plataforma.redesan.ufrgs.br/biblioteca/pdf_bib.php?COD_ARQUIVO=3387#:~:text=%E2%80%9320ANTROPOLOGIA%20DA%20ALIMENTA%C3%87%C3%83O.&text=m%202003%2C%20o%20combate%20%C3%A0,para%20a%20erradica%C3%A7%C3%A3o%20da%20fome). Acesso em: 12 maio 2019.

BRASIL. Lei nº 7.272, de 25 de agosto de 2010. Regulamenta a Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006, que cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SISAN com vistas a assegurar o direito humano à alimentação adequada, institui a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - PNSAN, estabelece os parâmetros para a elaboração do Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, e dá outras providências. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, ano 164, n. 2.200, p. 1, 26 ago. 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. 1. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 158 p.

CAVALCANTE NETO, A. A.; SOARES, J. P.; PEREIRA, C. T. M.; GOMES, M. S. S. O.; SRUR, A. U. O. S. Utilização de farinha de mesocarpo de babaçu (*Orbignya sp.*) no preparo de massa alimentícia fresca tipo talharim. **Brazilian Journal of Food Research**, Campo Mourão, v. 7, n. 1, p. 105-115, jan./abr. 2016.

CONSTANT, P. B. L.; STRINGHETA, P. C.; SANDI, D. Corantes alimentícios. **B. CEPPA**, Curitiba, v. 20, n. 1, p. 203-220, 1 dez. 2002.

DAMATTA, R. A. **O que faz o Brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: Rocco; 1986.

GARINE, I. Alimentación, cultura y sociedad. **El Correo UNESCO**, Paris, v. 40, n. 5, p. 4-7, 1987.

HALL, S. **A identidade cultural na pós-modernidade**. 11. ed. Rio de Janeiro: Dp&a Editora, 2006. 102 p.

MENEZES, R. O. S.; SANTANA, E. M.; NASCIMENTO, M. O. L. Elaboração de fichas técnicas das preparações oferecidas em serviço de alimentação e nutrição de hospital público de Salvador, BA. **Higiene Alimentar**, Salvador/BA, v. 32, p. 284-285, 1 out. 2018.

MACHADO, A. V.; PEREIRA, J. Perfil reológico de textura da massa e do pão de queijo: Rheological profile of the texture of dough and cheese bread. **Ciênc. Agrotec**, Lavras/MG, v. 34, n. 4, p. 1009-1014, 29 mar. 2010.

MULLER, S. G.; AMARAL, F. M.; REMOR, C. A. Alimentação e cultura: Preservação da gastronomia tradicional. In: **Anais do Seminário de Pesquisa em Turismo do Mercosul**. Saberes e fazeres no turismo: Interfaces, VI, 2010. Caxias do Sul: Universidade de Caxias do Sul, 2010. 16 p.

NASCIMENTO, K. O.; RIBEIRO, D. F.; BATISTA, E. Reconhecimento de aromas e aplicação de testes afetivos como forma de aprendizado: Recognition of aroma and application testing as a means of learning affective. **E-Xacta**, Belo Horizonte, v. 7, n. 1, p. 139-145, 31 maio 2014.

PORTO, M. J. F. **Estudo preliminar de dispositivo de quebra e caracterização dos parâmetros físicos do coco babaçu**. 2004. 61 f. Dissertação (mestrado em engenharia mecânica) — Faculdade de Engenharia Mecânica, Universidade Estadual de Campinas, São Luís, 2004.

RECINE, E.; RADAELLI, P. **Alimentação e cultura**. Brasília: TV Cultura, 2016.

STRAPASSON, G. C. ; LOPEZ, A. C. M.; BOSSO, T.; SANTOS, D. F.; MULINARE, R. A.; WILLE, G. M. F. C.; BARREIRA, S. W. Percepção de sabor: uma revisão: perception of flavor: a review. **Visão Acadêmica**, Curitiba, v. 12, n. 1, p. 65-73, 1 jun. 2011.

SCARPARO, A. L. S.; BRATKOWSKI, G. R. (Orgs.). **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**. 2. ed. rev. e aum. Brasília/DF: Ministério da Educação, 2017. 43 p.

SUDRE, K. J. F.; SANTOS, A. M. C. M.; MOREIRA, L. R. M. O. Avaliar a composição química do mesocarpo de babaçu (*Orbignya oleifera*) in natura no município Raposa-MA. **Eclética Química**, Raposa/MA, v. 39, p. 216-226, 1 jan. 2014.

TEIXEIRA, L. V. Análise sensorial na indústria de alimentos: Sensory analysis in the food industry. **Rev. Inst. Latic. "Cândido Tostes"**, Minas Gerais, v. 64, n. 366, p. 12-21, 1 fev. 2009.

TEIXEIRA, E.; MENERT, E. M.; BARBERTA, P. A. **Análise sensorial de alimentos**. Florianópolis: UFSC, 1987. 180 p.

ZUIN, L. F. S.; ZUIN, P. B. Alimentação é cultura — aspectos históricos e culturais que envolvem a alimentação e o ato de se alimentar. **Nutrire: Rev. Soc. Bras. Alim. Nutr**, São Paulo/SP, v. 34, n. 1, p. 225-241, 2009.