

ACEITABILIDADE DE CUSCUZ TEMPERADO PARA PORTADORES DE HIPERTENSÃO ARTERIAL

Ágatha Maria Fric Americano da Costa*

Ivana da Cruz Sampaio*

Isaac Daniel Pires*

Lavínia Moura Brandão*

Manuela Barreto do Nascimento**

A 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial, define Hipertensão Arterial (HA) como uma condição clínica multifatorial que se caracteriza pela elevação sustentada dos níveis pressóricos ≥ 140 e/ou 90 mmHg. Dentre os fatores de risco podemos ressaltar o consumo excessivo de sódio que está diretamente associado a eventos cardiovasculares e renais. No Brasil, a alimentação inadequada juntamente com a Hipertensão são fatores de riscos que contribuem para as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), desencadeada devido aos maus hábitos alimentares e inatividade física. A Organização Mundial da Saúde (OMS), frisou a necessidade de adequar a alimentação dos padrões mundiais de alimentação, reduzir do consumo de alimentos ricos em gorduras saturadas e *trans*, sódio e açúcar refinado e de baixo teor nutricional. Ademais, observa-se no padrão alimentar da população brasileira o aumento do consumo de carnes, industrializados e redução do consumo de alimentos *in natura*. Objetiva-se com essa pesquisa elaborar uma preparação saudável e com baixa concentração de sódio e avaliar a aceitabilidade pela população em uma feira da agricultura familiar de um município do Recôncavo da Bahia. A preparação será elaborada com os seguintes ingredientes: farofa de cuscuz de milho com temperos frescos, cebola, pimentão, tomate, salsa, feijão tropeiro e queijo ricota, sem adição de sal de cozinha, cuja a preparação será a partir do cozimento a vapor da farinha de milho em flocos e posteriormente adicionado os demais ingredientes em diferentes cortes. Espera-se que a preparação apresente boa aceitação geral e quanto aos atributos sensoriais de cor, sabor, aparência, textura e odor, além de poder ser uma alternativa saudável e de baixo teor de sódio, em prol tanto da prevenção como do tratamento alimentar e adesão da dieta hipossódica. Por fim, é cabível a realização da mesma para uma análise sensorial com escala hedônica, bem como a percepção do sal na influência do sabor da mesma em favor da promoção da saúde.

Palavras-chave: Análise Sensorial; Alimentação Saudável; DCNT.

*Graduandos em Nutrição da Faculdade Maria Milza. agathaamericano@gmail.com, sampaio.ivana20@gmail.com, issac.danyel@hotmail.com; laviniasousa7@gmail.com

**Professora Mestre da Faculdade Maria Milza. manuelabarreto_n@hotmail.com