

PROTEÍNA HIDROLISADA DO ARROZ: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Camila de Souza Maia*

Flávia Helen de Souza Nascimento*

Paloma Souza da Conceição*

Rayssa Pereira Barreto*

Vanessa de Oliveira Almeida**

O arroz (*Oryza sativa*) é um dos cereais mais produzidos e consumidos no mundo, caracterizando-se como principal alimento para mais da metade da população mundial. Sua importância é destacada principalmente em países em desenvolvimento, tais como o Brasil, desempenhando papel estratégico em níveis econômico e social. A proteína hidrolisada do arroz é obtida através de métodos de processamento, possuem inúmeras vantagens nutricionais e funcionais e são utilizadas principalmente como fonte hipoalergênica, componentes de suplementos de esportistas e ingredientes para indústrias alimentícias. O presente trabalho teve como objetivo comparar entre diversos estudos a importância da proteína hidrolisada do arroz e suas respectivas vantagens na alimentação. Foi realizado um levantamento bibliográfico a partir da seleção de artigos, referente aos anos de 2012 a 2018, contendo o mesmo tema e estando em português, tendo como bases de dados o Scielo e o google acadêmico por meio das palavras chave: proteína hidrolisada, arroz e saúde. Após a contextualização pode-se observar que a utilização da proteína hidrolisada do arroz é bastante inovadora visto que é uma boa opção na alimentação de indivíduos que possuem dificuldades em absorver proteínas, como é o caso de crianças com diarreia, idosos e portadores de fibrose cística. Portadoras de síndromes como a fenilcetonúria podem utilizar da proteína hidrolisada do arroz para reposição de suplementação proteica. Estudos recentes demonstram que não há uma grande diferença no crescimento de bebês que consomem a proteína hidrolisada do arroz em substituição a algumas proteínas alergênicas como é o caso das proteínas do ovo e do leite. Nota-se também a grande eficiência desse nutriente quando relacionado a nutrição esportiva onde vem sendo utilizada para o relaxamento do músculo liso da parede dos vasos sanguíneos, dilatando-os, permitindo o aumento do fluxo sanguíneo e conseqüentemente o aumento de ganho muscular. Diante das informações expostas conclui-se que a proteína do arroz é uma ótima alternativa principalmente para nutrição de crianças e idosos com casos de patologias e o que indica uma qualidade satisfatória desse nutriente.

Palavras chave: *Oryza sativa*. Nutrição. Suplementação proteica;

*Graduanda do curso de Nutrição, Faculdade Maria Milza - FAMAM, Governador Mangabeira, BA; k_milla55@hotmail.com; flavia.hsn@hotmail.com; palomaconceicao19@outlook.com; rayluansantana@hotmail.com.

** Doutora em Ciências Agrárias, Docente da Faculdade Maria Milza (FAMAM). voagro@gmail.com