



VII

CONGRESSO  
DE NUTRIÇÃO E  
ALIMENTAÇÃO

CENTRO DE CONGRESSOS DA ALFÂNDEGA PORTO 28\_29 MAIO



Associação Portuguesa  
dos Nutricionistas

# CARACTERIZAÇÃO DO TEOR EM POLIFENÓIS E CAPACIDADE ANTIOXIDANTE DE CHOCOLATES NEGRO EXISTENTES NO MERCADO PORTUGUÊS

Vânia Ribeiro, Ana Carvalho, Ana Gomes

Escola Superior de Biotecnologia, Universidade Católica Portuguesa,  
Rua Dr. António Bernardino de Almeida, 4200-072 Porto – Portugal

**Introdução:** Os flavonóides entre outros antioxidantes têm sido apontados como capazes de impedirem a oxidação das lipoproteínas de baixa densidade, um dos elementos chave no desenvolvimento da aterosclerose. As frutas e os vegetais, os cereais e os “frutos secos” são fontes privilegiadas de flavonóides e de outros compostos fenólicos. Mais recentemente inúmeros estudos científicos revelaram o chocolate como uma fonte recheada de antioxidantes polifenólicos de elevada qualidade e capacidade – flavonóides semelhantes àqueles encontrados nas frutas, nos vegetais e no vinho tinto, que os cientistas apontam como capazes de reduzir o risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, bem como detentores de outros potenciais benefícios físicos. Destacam-se o seu papel na diminuição da pressão sanguínea, manutenção do fluxo sanguíneo através do controlo da reactividade plaquetária e a manutenção da integridade dos vasos sanguíneos. É reconhecido que nem todos os chocolates possuem o mesmo teor de flavonóides; este dependerá das condições de cultivo, de pós-colheita, de formulação e de processamento do cacau.

**Objectivos:** Assim, o presente estudo teve como objectivo a avaliação do teor em fenólicos totais e capacidade antioxidante de chocolates disponíveis comercialmente no mercado português, com uma percentagem de cacau de 70% ou mais, distribuídos por 2 categorias: chocolate de culinária e chocolate negro. **Métodos:** Após extracção adequada o poder antioxidante total foi determinado pelo método do radical catião ABTS, expresso em miligramas de equivalentes de ácido ascórbico por grama de amostra, enquanto o doseamento do conteúdo fenólico foi obtido pelo método espectrofotométrico de Folin-Ciocalteu, expresso em miligramas de equivalentes de ácido gálico por grama de amostra. Os dados foram tratados estatisticamente usando o pacote SPSS versão 16.0.0 Windows (SPSS Inc., Chicago, USA) de modo a identificar diferenças significativas entre as diferentes categorias e diferentes marcas de chocolate analisadas.

**Resultados e Conclusão:** Uma análise comparativa dos resultados revelou diferenças significativas na capacidade antioxidante equivalente e teor em polifenóis totais entre chocolates de marcas diferentes com teores de cacau equivalentes.

**Palavras chave:** chocolate negro, antioxidantes, polifenóis