

## **DESENVOLVIMENTO DE UMA RECEITA PARA INDIVÍDUOS COM HIPERCOLESTEROLEMIA**

LONGUI, Marina Vagaes \*  
Orientador(a): TOBAL, Thaise Mariá

As doenças coronarianas vêm se destacando como uma das principais causas de morte em diversos países, sendo as dislipidemias consideradas um problema de saúde pública. Sendo assim, foi desenvolvida uma receita dietoterápica voltada à problemática de hipercolesterolemia para pacientes com necessidade de adequação de sua alimentação, além de oferecer um produto saboroso e adequado às suas necessidades. A receita desenvolvida foi uma panqueca integral com linhaça e a farinha de trigo integral, que são fontes ricas de fibras, pois a ingestão destes nutrientes ajuda a diminuir os níveis de colesterol sanguíneo. Já o leite desnatado foi usado por ser um produto com redução significativa de gordura, assim como a ricota, especialmente pobre em gordura. O espinafre foi acrescido na receita, pois é uma fonte de betacaroteno, um antioxidante com propriedades de redução de riscos de doenças cardiovasculares. Para avaliar sua aceitação foi aplicado um teste para 29 provadores, sendo estes alunos e funcionários da FUNEC. O teste de aceitação utilizando uma escala hedônica estruturada de nove pontos avaliou a aceitação quanto aos atributos cor, aroma, sabor e aparência geral. Após análise dos dados obteve-se as médias de aceitação de 9,0 para cor, aroma e aparência geral, e 8,5 para sabor. Sendo assim, além de ser uma receita saudável pode-se concluir que foi muito bem aceita pelos consumidores.

Palavras-chave: Hipercolesterolemia. Receita. Análise sensorial.

---

\* FUNEC, [marinavgl@hotmail.com](mailto:marinavgl@hotmail.com)