

DESENVOLVIMENTO E ANÁLISE SENSORIAL DE EMPADA FUNCIONAL DE AVEIA COM TILÁPIA PARA INDIVÍDUOS HIPERTENSOS E OBESOS

Denise Barbosa de Melo RIBEIRO*
Caline Nogueira Inácio dos SANTOS**

RESUMO

Introdução: A alimentação exerce um papel fundamental na promoção da saúde e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis como obesidade, hipertensão e diabetes. O aumento dessas condições tem sido associado a hábitos alimentares inadequados, incluindo o consumo excessivo de sódio, gorduras e alimentos ultraprocessados, além do sedentarismo. Diante desse cenário, emerge a necessidade de desenvolver produtos alimentícios mais nutritivos, que contribuam para uma alimentação saudável e sejam viáveis para o consumo cotidiano. **Objetivo:** Desenvolver e descrever o processo de elaboração de empadas saudáveis, utilizando farinha de aveia com recheio de tilápia, como alternativa nutricional mais equilibrada e funcional quando comparada aos alimentos ultraprocessados. **Metodologia:** Serão recrutados 50 indivíduos adultos, de forma voluntária, com idade igual ou superior à 18 anos, selecionados por conveniência. Será desenvolvida uma empada funcional com a massa de farinha de aveia com recheio de tilápia e, aplicado o teste sensorial, utilizando a escala hedônica de 9 pontos e o teste de intenção de compra, avaliando sabor, textura, aroma e aparência. O produto será desenvolvido e testado no laboratório de Técnica e Dietética do Unifunec, considerando as Boas Práticas de Manipulação e Produção de Alimentos. Para a análise sensorial, o projeto será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa. **Resultados:** Quanto ao desenvolvimento do produto, a massa apresentou certa fragilidade, tornando-se mais espessa e de difícil manuseio, enquanto o recheio de tilápia demonstrou textura densa e menor cremosidade que a desejada. Apesar dessas limitações, o produto mostrou potencial como alternativa saudável, com alto valor proteico e menor teor de gordura, podendo ser aprimorado em textura e aceitabilidade sensorial. **Conclusão:** Espera-se que o desenvolvimento dessa empada funcional, seja uma estratégia viável para substituir o elevado consumo de alimentos com menor teor nutritivo e contribua para adoção de práticas alimentares mais saudáveis.

Palavras-chave: desenvolvimento de produto; alimentação saudável; farinha de aveia, tilápia; empada funcional.

* Discente de Nutrição do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. denisebarbosademr@gmail.com

** Orientadora, Mestre, Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. calinenog03@gmail.com