

Valor Nutricional de Espécies de Peixes da Lagoa Mundaú – AL

Menezes, M.E.S.¹(PG)^{*}; Lira, G.M.²(PQ); Omena, C.M.B.² (IC); Freitas, J.D.¹ (PG); Freitas, M.L.F.¹(IC); Goulart, H.F.(IC)¹; Sant'Ana, A.E.G.¹ (PQ).

¹Universidade Federal de Alagoas–CCEN–Dept. de Química–Maceió–AL–Br 101, Km 14–CEP 57.072.900.

²Universidade Federal de Alagoas–CCEN–Dept. de Nutrição–Maceió–AL–Br 101, Km 14–CEP 57.072.900.
memenezes_2@yahoo.com.br.

Palavras Chave: Peixes, composição centesimal, lipídeos e colesterol.

Introdução

Os peixes são um importante constituinte da dieta humana de inúmeros grupos populacionais, já que representam uma fonte de diversos componentes com significativo valor nutricional¹.

Este estudo teve como objetivo determinar a composição centesimal, o teor de colesterol e o valor calórico de duas espécies de peixes tainha (*Mugil cephalus* Linnaeus, 1758) e camurim (*Centropomus undecimalis* Bloch, 1792) da Lagoa Mundaú-AL.

Resultados e Discussão

Tabela 1: Composição Centesimal e Valor Calórico dos Peixes do *Habitat* Estuarino.

(g%)*	Tainha		Camurim	
	Base úmida	Base seca**	Base úmida	Base seca**
Umidade	78,40 (± 1,65)	-	79,62 (± 1,07)	-
Proteínas	20,85 (± 1,61)	97,03 ^a (± 10,27)	18,29 (± 1,16)	88,94 ^b (± 7,64)
Lipídeos	2,5 (± 0)	11,62 ^a (± 0,86)	2,5 (± 0)	12,53 ^b (± 1,02)
Cinzas	1,06 (± 0,13)	4,94 ^a (± 0,55)	1,09 (± 0,15)	5,40 ^b (± 0,75)
Calorias (Kcal)	105,91	-	95,66	-

* Média de 20 amostras analisadas em triplicata, com desvio-padrão entre parênteses.

** Obtida através de cálculo.

Valores na mesma linha com letras diferentes significam diferenças estatisticamente significativas (p< 0,05).

Os resultados obtidos nos filés das espécies de peixes estudados demonstraram que entre os peixes do *habitat* estuarino o que apresentou maior teor de umidade foi o camurim (79,62%). A tainha apresentou o maior valor de proteína (20,85%). Com relação às cinzas, as espécies estudadas apresentaram valores próximos em base úmida, o camurim de (1,09%) e a tainha de (1,06%). Os teores de lipídeos encontrados em todas as espécies foram similares, 2,5%. A tainha apresentou o maior valor calórico (105,91 Kcal) e o camurim o menor valor (95,66 Kcal). Confirmando os dados obtidos na literatura, em nenhuma das amostras foi detectado a presença de carboidratos.

Tabela 2: Teor de Colesterol dos Peixes no *Habitat* Estuarino.

Espécies	Colesterol (mg/100g)	
	Base úmida*	Base seca**
Tainha	188,00 (± 3,98)	876,42 ^a (± 66,56)
Camurim	187,52 (± 3,85)	922,37 ^b (± 47,72)

* Média de 20 amostras analisadas em triplicata, com desvio-padrão entre parênteses.

** Obtida através de cálculo.

Valores com letras diferentes significam diferenças estatisticamente significativa (p< 0,05).

Os teores de colesterol apresentaram valores similares em base úmida. Os teores de colesterol detectados nas amostras dos *habitas* analisadas estão abaixo do limite recomendado pela III Diretrizes Brasileiras sobre Dislipidemias (2001), que recomendam uma ingestão de colesterol menor que 300 mg por dia.

Conclusões

A tainha é a espécie mais saudável no ponto de vista nutricional devido aos teores lipídico-proteico.

O camurim foi à espécie que apresentou menor teor de colesterol.

Agradecimentos



¹ Badolato, E. S. G.; Carvalho, J. B. de; Amaral Mello, M. R. P. do; Tavares, M.; Campos, N.C.; Aued-Pimentel, S.; Moraes, C. de. – Composição centesimal, de ácidos graxos e valor calórico de cinco espécies de peixes marinhos nas diferentes estações do ano. Rev. Inst. Adolfo Lutz. 54(1): 27-35, 1994.