



COMPARAÇÃO DO ÍNDICE DE PARTES COMESTÍVEIS – IPC DE HORTALIÇAS: COM O USO E SEM O USO DE PARTES NÃO CONVENCIONAIS

Resumo

Karina Liu
Valdeti Roco Ferencz

O índice de partes comestíveis (IPC) é um parâmetro muito utilizado para avaliar o desperdício das hortaliças e/ou frutas, na qual analisa a razão entre o peso bruto e o peso líquido do alimento. Toneladas de recursos alimentares são desperdiçados, de maneira que uma boa fração é ocasionado pela perda das partes não convencionais dos alimentos, como casca, talo, rama, folha e semente, ao longo do processo de produção, desde a colheita e distribuição até o armazenamento e manipulação. Tendo em vista o cenário atual, a fome vem crescendo nas últimas décadas, segundo a pesquisa de 2020 da Rede Brasileira de Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional (PENSSAN), cerca de 19 milhões de brasileiros passam fome. Por conseguinte, o incentivo do aproveitamento integral no preparo do alimento pode ser uma possível solução para minimizar ao máximo o nível de desperdício, como também, atingir a homeostase entre a alta demanda e pouca oferta de alimento, para assim, reduzir o índice de fome. O presente estudo, de caráter exploratório, tem por finalidade comparar o IPC de hortaliças com o uso e sem o uso de partes não convencionais. Para isso, foi selecionado sete hortaliças, sendo eles: couve manteiga, brócolis, couve-flor, beterraba, chuchu, abóbora cabotiá e abóbora moranga, na qual a aquisição dos mesmos foi realizado em estabelecimentos comerciais como supermercados, sacolões e feiras orgânicas. Foi coletado pelo menos três amostras de peso bruto e de peso líquido com e sem as partes não convencionais de cada hortaliça citada anteriormente para realizar o cálculo do IPC e em seguida, obter a média entre eles. Após a análise dos dados, foi verificado uma grande diferença entre os resultados de IPC usando e não usando as partes não convencionais. Dentre eles, o brócolis se destacou, sendo obtido IPC = 2,78 quando não se usa as partes não convencionais (36% aproveitado), em contrapartida, o IPC com o uso das partes não convencionais chegou no placar de 1,17 (85% aproveitado), desse modo, atingindo 49% a mais do aproveitamento. A partir dessa pesquisa, conclui-se que a prática do aproveitamento integral do alimento utilizando as partes não convencionais do mesmo, pode contribuir para sanar o problema do desperdício causado pela falta de conhecimento no preparo, além de diminuir os custos e aumentar o valor nutritivo. Porém, por conta da escassez de pesquisas nesse âmbito, é importante que sejam realizados mais estudos para explorar o assunto, a fim de elaborar critérios educacionais, principalmente orientações em relação ao manuseio correto no preparo, ao estabelecimento de tabelas comparativas, como também no desenvolvimento de receitas que tenha como ingrediente principal essas partes não convencionais.

Palavras-chave: índice de partes comestíveis; alimentos não convencionais; desperdício de alimentos; aproveitamento integral de alimentos.