



# 4<sup>o</sup> Simpósio Nacional de Fruticultura

Faro, 29 a 30 de novembro de 2018

## Livro de Resumos



Patrocinadores  
PLATA



COFIN



FINANZE



APÓLOS



978-972-8936-33-4

Organização



## **FICHA TÉCNICA**

**Livro de Resumos do 4º Simpósio Nacional de Fruticultura**

**Grande Auditório da Universidade do Algarve  
29 a 30 de novembro 2018**

### **Propriedade e edição**

Associação Portuguesa de Horticultura (APH)  
Rua da Junqueira, 299, 1300-338 Lisboa  
Tel. 213623094  
<http://www.aphorticultura.pt>

### **Coordenação**

Amílcar Duarte

**Grafismo da capa:** Ludovico Silva | Gabinete de Comunicação da Universidade do Algarve

**Impressão:** Netcópia - Centro de impressão e fotocópias

**Tiragem:** 250 exemplares

**ISBN:** 978-972-8936-33-4

**Ano:** 2018

14:00 **Sessão 4 – Biotecnologia e saúde**

Moderador: *Anabela Romano*

**Um olhar sobre a investigação genómica em espécies fruteiras** (comunicação por convite)

*José Leitão*

14:30 Amêndoa: uma fonte de compostos bioativos

*Elsa Ramalhosa, Agostinho Magalhães & José Alberto Pereira*

Diferenças na composição fenólica e furânica de licores de alfarroba elaborados através de diferentes métodos de extração

*Raquel Rodríguez-Solana, Efrén Pérez Santín & Anabela Romano*

A importância do projeto Pervermac II no uso sustentável de pesticidas em fruticultura e seu impacto na saúde humana na Macaronésia. O caso dos Açores.

*David Lopes, Andreia Aguiar, Ana Dias, Maria Bettencourt, Paulo Fernandes & Reinaldo Pimentel*

Perfil volátil e efeito da torrefação em frutos de cultivares regionais e estrangeiras de amendoeira (*Prunus dulcis* (Mill.) D. A. Webb)

*Ivo Oliveira, Ricardo Malheiro, Anne Meyer, José Alberto Pereira & Berta Gonçalves*

15:45 Café

16:00 **Sessão 5 – Espaço das empresas**

Moderadora: *Amílcar Duarte*

Produzir e nutrir com consciência

*António Coelho (Fitolivos)*

Sistema de rega para abacates e citrinos; satisfazer as necessidades da cultura.

*António Gastão (Magos)*

Dinamismo, tecnologia e sustentabilidade – TROPS, o futuro do abacate

*Enrique Colilles (TROPS)*

16:45 **Mesa Redonda 2 - Desafios da fruticultura perante as novas tendências de consumo**

Moderadora: *Maria do Carmo Martins*

Participantes:

*Gonçalo Andrade* (Portugal Fresh)

*João Bento* (Madre Fruta)

*Torres Paulo* (TriPortugal)

*Sílvia Neves* (Frutalgoz)

*Henrique Gomes* (Biofrade)

*Ana Arsénio* (In loco)

18:00 **Sessão de Encerramento**

## O-26 | Amêndoa: uma fonte de compostos bioativos

Elsa Ramalhosa\*, Agostinho Magalhães e José Alberto Pereira

Centro de Investigação de Montanha (CIMO), ESA, Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal. \*[elsa@ipb.pt](mailto:elsa@ipb.pt)

### Resumo

Desde a antiguidade, a amêndoa (*Prunus dulcis* (Mill.) D. A. Webb) tem sido muito apreciada, pelo seu excelente sabor, textura e valor nutricional. No presente trabalho discute-se a composição química da amêndoa e seu efeito na saúde, sendo apresentados e discutidos diversos trabalhos realizados neste fruto seco, nos últimos 20 anos.

Em termos gerais, a amêndoa é um alimento rico em energia, resultado do teor elevado em gordura, cerca de 50%, o principal componente, seguido da proteína (17-24%) e hidratos de carbono (14-27%). Pelo contrário, os teores de cinzas e água são geralmente inferiores a 5%. Outro ponto positivo da composição da amêndoa é a sua gordura ser predominante insaturada (mono e polinsaturada), e constituída principalmente pelos ácidos gordos oleico (C18:1) e linoleico (C18:2), com teores apreciáveis do ácido gordo saturado esteárico (C18:0). Além disso, este fruto seco é uma excelente fonte de  $\alpha$ -tocoferol (Vitamina E), manganês, magnésio, cobre, fósforo, fibra e riboflavina. Embora a amêndoa tenha um alto teor em gordura, a ingestão de 4 g/dia deste fruto seco não acarreta ganho de peso e reduz em 1% a concentração das lipoproteínas de baixa densidade (LDL), lipoproteínas associadas ao transporte do colesterol no corpo humano. É também conhecida a acção benéfica da amêndoa como anti-inflamatória, e com bons resultados em pacientes com diabetes mellitus tipo 2. Outras propriedades interessantes têm sido reportadas como o facto da amêndoa finamente triturada (sem película) apresentar um índice prebiótico superior aos fruto-oligosacarídeos. Nesta comunicação dá-se conta dos avanços recentes no tema e do que está em desenvolvimento no âmbito do projecto ValNuts, encontrando-se neste momento a serem caracterizadas diversas variedades de amêndoa existentes na região de Trás-os-Montes em termos físico-químicos.

**Palavras-chave:** *Prunus dulcis*; composição química; macronutrientes; efeitos na saúde.

**Agradecimentos:** Os autores agradecem o financiamento ao Projeto ValNuts (PDR2020-101-030756), no âmbito de uma iniciativa comunitária promovida pelo PDR2020 e cofinanciada pelo FEADER, Portugal 2020, e à Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT, Portugal) e ao FEDER no âmbito do programa PT2020 pelo apoio financeiro ao CIMO (UID/AGR/00690/2013).