



# 2º SIMPÓSIO NACIONAL

Promoção de uma  
Alimentação Saudável e  
Segura

Qualidade Nutricional e  
Processamento Alimentar



Instituto Nacional de Saúde  
"Dr. Ricardo Jorge"



## PLANTAS TRADICIONAIS PORTUGUESAS: O POTENCIAL ANTIOXIDANTE DA UTILIZAÇÃO DE EXTRATOS FENÓLICOS

Natália Martins (1,2), Lillian Barros (1), Isabel C.F.R. Ferreira (1)

(1) Centro de Investigação de Montanha (CIMO), ESA, Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, Apartado 1172, 5301-855 Bragança, Portugal

(2) CEB, Centro de Engenharia Biológica, LIBRO–Laboratório de Investigação em Biofilmes Rosário Oliveira, Universidade do Minho, 4710-057 Braga, Portugal

**Introdução:** A utilização de plantas para fins medicinais constitui uma prática milenar, sendo hoje oficialmente reconhecidas as suas inúmeras potencialidades. Contudo, com os avanços tecnológicos a sua aplicação tem sido ultrapassada pela utilização de produtos obtidos por síntese química. Por outro lado, tem-se observado uma alteração significativa de hábitos alimentares e de estilo de vida da população, com o conseqüente aumento da prevalência de doenças crónicas. O processo de envelhecimento prematuro parece também estar relacionado com os fatores anteriormente mencionados. Tendo em conta os inúmeros benefícios das plantas medicinais, urge promover a sua utilização com vista à promoção da qualidade de vida e alimentação saudável da população Portuguesa.

**Objetivo:** O objetivo do presente trabalho foi avaliar a atividade antioxidante de diferentes extratos ricos em compostos fenólicos (infusão, decocção, extrato hidrometanólico) obtidos a partir de plantas tradicionais portuguesas.

**Materiais e Métodos:** O potencial antioxidante foi avaliado através de ensaios de inibição da peroxidação lipídica, poder redutor e neutralização de radicais livres), e correlacionado com a composição fenólica, determinada por HPLC-DAD/ESI-MS.

**Resultados e Discussão:** *Salvia officinalis* L. (salva) evidenciou o maior potencial antioxidante, seguido de *Thymus vulgaris* L. (tomilho) e *Origanum vulgare* L. (orégão). Analisando por tipo de extrato utilizado, e relacionando com a composição fenólica, a decocção e o extrato hidrometanólico da salva apresentaram uma maior atividade antioxidante e uma concentração mais elevada de compostos fenólicos, seguidos da decocção do tomilho e orégão. O ácido rosmarínico e a luteolina, apigenina e hispudulina (salva), foram respetivamente o ácido fenólico e os flavonoides mais abundantes em todas as amostras testadas.

**Conclusão:** São necessários mais estudos para aprofundar o potencial medicinal destas e outras plantas tradicionais portuguesas. A divulgação do seu potencial benéfico e a sua conseqüente reintrodução na dieta alimentar, seja sob a forma de infusões, condimento e mesmo a utilização dos seus princípios ativos em produtos alimentares, poderão constituir estratégias promissoras.

À Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT – Portugal) pela bolsa de doutoramento de N. Martins (SFRH/BD/87658/2012), pelo contrato de L. Barros “Programa Compromisso com Ciência – 2008” e pelo projecto estratégico do CIMO PEst-OE/AGR/UI0690/2014.