

clínicos publicados em artigos científicos na PubMed relativos a efeitos de compostos fenólicos do café na saúde humana (descritores 'coffee phenolics AND health' e 'coffee phenolics AND health risk'; critérios de seleção – ensaios de intervenção em humanos relativos a efeitos de compostos fenólicos do café). **Resultados e Discussão:** Na PubMed foram encontrados 25 artigos, publicados entre 2003 e 2021, relativos a ensaios clínicos sobre o potencial efeito de compostos fenólicos do café,

sobretudo ácidos clorogênicos e seus metabolitos na saúde humana. Os potenciais efeitos benéficos destes compostos fenólicos incluem efeitos cardiovasculares, metabólicos e cognitivos. As principais limitações destes estudos resultam de interferências da cafeína. **Conclusão:** As evidências disponíveis sugerem que a ingestão de café poderá ter sobre efeitos benéficos na saúde. Os efeitos fisiológicos protetores são atribuídos principalmente a ácidos clorogênicos.

Palavras-chave: café, compostos fenólicos, efeitos benéficos, riscos de saúde.

Referências

- [1] International Coffee Organization, IOC. Exports of all forms of coffee by exporting countries to all destinations. June 2011. Disponível em: <https://www.ico.org/prices/m1-exports.pdf>
- [2] PortFIR, Plataforma de Informação Alimentar em Portugal. 2021. Composição de Alimentos. Café, infusão (valor médio, bica 60% e café de cafeteira, 40%). Disponível em: <http://portfir.insa.pt/foodcomp/food?21284>
- [3] Kolb, H., Kempf, K., Martin, S. Health Effects of Coffee: Mechanism Unraveled? *Nutrients*, 2020 Jun 20;12(6):1842. doi: 10.3390/nu12061842.

PO156

Papaia fermentada: estratégias para monitorizar e melhorar a fermentação das amostras

Mariana Leitão^{1,2,3}, Tatiana Ribeiro², Luísa Barreiros^{3,4}, Pablo García⁵, Patrícia Correia^{2,3}

¹Faculdade de Farmácia da Universidade de Salamanca, Salamanca, Espanha.

²Centro de Investigação em Saúde e Ambiente (CISA), Escola Superior de Saúde do Politécnico do Porto (ESS-P. Porto), Porto, Portugal.

³Escola Superior de Saúde do Politécnico do Porto (ESS-P-Porto), Instituto Politécnico do Porto, Porto, Portugal.

⁴LAQV, REQUIMTE, Departamento de Ciências Químicas, Faculdade de Farmácia, Universidade do Porto, Porto, Portugal.

⁵Departamento de Ciências Farmacêuticas, Faculdade de Farmácia - Universidade de Salamanca, Salamanca, Espanha.

Autor para correspondência: Mariana Leitão

*✉ marianaleitaofa@gmail.com

Resumo

Introdução: A fermentação é um processo central de metabolismo que converte os carboidratos em álcoois ou ácidos [1]. A papaia fermentada é conhecida como um nutracêutico, com uma composição única e vários benefícios na saúde humana [2]; [3]. No entanto, o processo fermentativo da papaia carece de controlo e de uniformidade em termos de processos. **Objetivos:** Realizar ciclos fermentativos com a papaia de modo a determinar quais as condições que contribuem para melhorar o teor de piruvato de sódio e verificar se existe alteração no seu teor após a sua conservação pelo processo de congelação. **Metodologia:** Lavou-se a papaia com água destilada e cortou-se em pequenos cubos. Colocou-se cerca de ¼ de cada papaia em matrizes estéreis e o volume foi completado até 100ml com água ultrapura. Os ensaios foram realizados em duplicado, alterando as condições fermentativas. Colocou-se os matrizes na estufa a incubar a 30°C. Agitou-se manualmente o matraz a cada 24 horas, retirou-se uma alíquota de 10mL para um tubo de Falcon®, mediu-se o pH e congelou-se a amostra a -20°C para

posterior análise de piruvato de sódio. No final de cada ciclo fermentativo, a amostra foi sujeita a centrifugação seguida de filtração por gravidade. As alíquotas foram descongeladas e determinou-se o pH e o teor de piruvato de sódio. Este último foi quantificado através de um método adaptado e validado por esta equipa de investigadores. **Resultados:** O teor mais alto de piruvato de sódio foi obtido no final do ciclo fermentativo onde se utilizou a fruta completa (polpa, casca e sementes). O teor mais baixo de piruvato de sódio foi obtido no terceiro dia do ciclo fermentativo onde apenas se utilizou a polpa da papaia. Além disto, também foi possível constatar que o pH não se altera com o processo de congelamento. **Conclusão:** Verificou-se que provavelmente as melhores condições fermentativas que promovem um maior teor de piruvato de sódio é utilizando a fruta completa, pelo que a casca e as sementes da papaia, devido à sua constituição fitoquímica, apresentam constituintes que melhoram o processo fermentativo, diminuindo-se, também, o desperdício alimentar.

Palavras-chave: papaia, fermentação, piruvato de sódio.

Referências

- [1] Maicas, S. (2020). The role of yeasts in fermentation processes. *Microorganisms*, 8(8), 1–8. <https://doi.org/10.3390/microorganisms8081142>.
- [2] Marotta, Franceso, Weksler, M., Naito, Y., Yoshida, C., Yoshioka, M., & Marandola, P. (2006). Nutraceutical supplementation: Effect of a fermented papaya preparation on redox status and DNA damage in healthy elderly individuals and relationship with GSTM1 genotype: A randomized, placebo-controlled, cross-over study. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1067(1), 400–407. <https://doi.org/10.1196/annals.1354.057>.
- [3] Logozzi, M., Di Raimo, R., Mizzone, D., Andreotti, M., Spada, M., Macchia, D., & Fais, S. (2020). Beneficial effects of fermented papaya preparation (FPP®) supplementation on redox balance and aging in a mouse model. *Antioxidants*, 9(2), 1–17. <https://doi.org/10.3390/antiox9020144>.

PO167

Importância da comunicação e do aconselhamento de dermofarmácia e cosmética em peles sensíveis

Ana Moreira^{1*}, Catarina Pinho^{1*}, Rita Ferraz de Oliveira^{1,2*}, Ana Isabel Oliveira^{1,2*}

¹Escola Superior de Saúde (ESS), Instituto Politécnico do Porto (IPP), Porto, Portugal.

²Centro de Investigação em Saúde e Ambiente (CISA), Escola Superior de Saúde (ESS), Instituto Politécnico do Porto (IPP), Porto, Portugal.

* As autoras contribuíram de igual forma na realização do trabalho.

Autor para correspondência: Ana Isabel Oliveira

*✉ aio@ess.ipp.pt

Resumo

Introdução: A aparência física e os cuidados inerentes à mesma apresentam-se como uma preocupação crescente do indivíduo. Desta forma, o aconselhamento em dermofarmácia e cosmética tem ganho relevância. A pele sensível, tratando-se de um estado de pele, caracteriza-se por uma reação inflamatória, que afeta a integridade da barreira cutânea. Torna-se fundamental que os profissionais de farmácia se encontrem aptos para aconselhar e comunicar da melhor forma. **Objetivo:** Delinear e implementar uma ação de formação sobre comunicação em saúde, no contexto do aconselhamento de dermofarmácia e cosmética em peles sensíveis. **Metodologia:** O estudo realizado foi um trabalho de campo implementado através de um webinar, onde se pretendeu compreender e aprofundar o conhecimento de comunicação e do aconselhamento de dermofarmácia e cosmética em peles sensíveis. Este foi realizado via Zoom, tendo sido aplicada uma ficha formativa no início e no final do webinar, para compreender a aferição de conhecimentos e a pertinência da temática. A análise estatística dos dados foi efetuada com recurso ao

programa informático Statistical Package for the Social Sciences® (SPSS), versão 27. Foi considerado o valor de significância, $p < 0,05$. **Resultados:** Foram recebidas 64 respostas à ficha formativa inicial e 50 à ficha formativa final. Após a análise comparativa entre os dois momentos de aferição de conhecimentos houve uma evolução de conhecimento ($p < 0,05$) entre o primeiro e o segundo momento. De notar, que a implementação deste webinar foi considerada muito útil (avaliação de 4 ou superior) por parte de 92% dos 50 participantes que responderam (avaliação, numa escala de 0 a 5, sendo que 72% selecionaram o grau 5, não havendo valores menores que 4). **Conclusão:** Em suma, pode concluir-se que a implementação do webinar foi bem conseguida, sendo que a temática abordada e adequação dos oradores foram referidos como aspetos relevantes para o decorrer da atividade. Este tipo de iniciativas pode apresentar-se como importantes no aperfeiçoamento de conhecimentos e competências no aconselhamento de dermofarmácia e cosmética, contribuindo para práticas adequadas no contexto de peles sensíveis.

Palavras-chave: pele sensível, comunicação, dermofarmácia, cosmética, aconselhamento.

Referências

- [1] Harris, D., Carr, A. T. (2001). Prevalence of concern about physical appearance in the general population. *British Journal of Plastic Surgery*, 54(3): 223-226. Doi: 10.1054/bjps.2001.3550
- [2] Pons-Guiraud, A. (2004). Sensitive skin: A complex and multifactorial syndrome. *Journal of Cosmetic Dermatology*, 3 (3): 145-148. Doi: 10.1111/j.1473-2130.2004.00082.x
- [3] Possamai, F. P., Dacoreggio, M. S. (2007). Habilidade de comunicação com o paciente no processo de atenção farmacêutica. *Trabalho, Educação e Saúde*, 5(3): 473-490. Doi: 10.1590/S1981-77462007000300008.