**FLORES COMESTIVEIS E SEU POTENCIAL ANTIOXIDANTE NA PREVENÇÃO AO CANCÊR**

Diego Ricarte da Silva; Elyda Custodio de Oliveira Cavalcante; Maria Eduarda Gomes Elias de Souza; Vanessa Meira Cintra

Centro universitário faculdades integradas de patos (UNIFIP), Paraíba (PB), Brasil.

**Palavras-chave:** Flores; alimentos funcionais; antioxidantes

**INTRODUÇÃO:** As flores comestíveis têm um potencial bioativo pois possuem em sua composição compostos fenólicos que atuam como antipatogênicos nas plantas, geralmente responsáveis por coloração, aroma e estabilidade, esses compostos tem a capacidade de evitar a oxidação dos radicais livres, agindo de forma também de forma preventiva ao estresse oxidativo que pode resultar em patologias como câncer. A ideia de utilizar flores na alimentação é algo que vem desde muito tempo, o consumo tem se expandido para países que tem menor hábito desta prática, essa expansão muito se deve, pela beleza natural e visual que estas acrescentam as preparações, o que tem atraído restaurantes gourmet, cuja a culinária é mais requentada, algumas flores já são consumidas sem que as pessoas tenham essa percepção , como acontece com couve-flor e a alcachofra (HOFFMANN et al. 2018; MACHADO; AZEVEDO; JACQUES, 2019; GONÇALVES; SILVA; CARLOS, 2019)

**OBJETIVO:** Este trabalho tem como objetivo de identificar a relação de flores comestíveis e seu potencial antioxidante, observando seu efeito modulador do câncer.

**MATERIAIS E MÉTODOS**: Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, fundamentado na busca de artigos científicos originais pelo método de PICO (SANTOS; PIMENTA; NOBRE, 2007) com busca nos bancos de dados SciELO e Google Acadêmico através dos descritores analisados do DECS: “Flores”, “Alimentos funcionais”, “Antioxidantes”. A amostra foi composta por 8 artigos científicos, produzidos no período de 2015 a 2019, dos quais 3 foram excluídos por não abordarem a proposta temática, totalizando 5 artigos científicos.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Quanto ao arranjo nutricional das flores comestíveis podemos dividi-las em três componentes: o pólen, que apesar de aparecer em pequena quantidade é bastante rico em proteínas, carotenoides e flavonoides, porém, pode provocar alergia em alguns consumidores exigindo um cuidado maior; o néctar é um liquido que engloba uma mistura de açucares e aminoácidos lipídios, sais minerais e compostos fenólicos; As pétalas possuem quantidades consideráveis de vitaminas, minerais e compostos antioxidantes (FERNANDES et al. 2016)

Os compostos fenólicos, flavonoides e as ancitocinas possuem ação antioxidante, estão presentes em todos as plantas, com maior predominância nas flores com coloração mais intensa, as ancitocinas são corantes naturais responsáveis por dar algumas colorações e se presentes na dieta podem ser preventivas ao câncer (SANTOS; SAGGIOMO; SILVA, 2017)

Estudos demonstraram que se tratando de evitar a oxidação de radicais livres, os compostos fenólicos são um dos principais participantes desta capacidade, por tanto, os alimentos como as flores, que são ricas nestes compostos, são indicadas na modulação de patologias provocadas por estresse oxidativo, que contribui no desenvolvimento do câncer, podendo ser acrescentadas na dieta de forma in natura ou como componente de uma preparação (MACHADO; AZEVEDO; JACQUES, 2019)

**CONCLUSÕES:** Acrescentar flores a alimentação pode ser uma estratégia produtiva na prevenção do câncer, é comprovada a presença de compostos bioativos em sua composição e sua eficácia ao evitar oxidação dos radicais livres causadores desta patologia, porém, vale ressaltar que as quantidades de flores presentes na alimentação são pequenas, assim estas devem ser usadas como complementação ás refeições, pois sozinhas não são capazes de suprir as necessidades humanas.

**REFERENCIAS:**

FERNANDES, Luana et al. Uma perspectiva nutricional sobre flores comestíveis. **Acta Portuguesa de Nutrição**, n. 6, p. 32-37, 2016. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S2183-59852016000300006 Acesso em: 02/10/2019

GONÇALVES, Joelma; SILVA, Gabriela Conceição Oliveira; CARLOS, Lanamar Almeida. COMPOSTOS BIOATIVOS EM FLORES COMESTÍVEIS. **Biológicas & Saúde**, v. 9, n. 29, 2019. Disponível em: http://www.seer.perspectivasonline.com.br/index.php/biologicas\_e\_saude/article/view/1719 Acesso em: 03/10/2019

HOFFMANN, Tuany Gabriela et al. Flores Comestíveis como Fonte de Substâncias Antioxidantes. **International Journal of Nutrology**, v. 11, n. S 01, p. Trab415, 2018. Disponível em: https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/html/10.1055/s-0038-1674712 Acesso em: 03/10/2019

MACHADO, Ana Luísa Figueredo; AZEVEDO, Miriane Lucas; JACQUES, Andressa Carolina. ATIVIDADE ANTIOXIDANTE EM FLOR DE MALVAVISCO (MALVAVISCUS ARBOREUS). **Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão**, v. 10, n. 2, 2019. Disponível em: http://seer.unipampa.edu.br/index.php/siepe/article/view/40547 Acesso em: 03/10/2019

SANTOS, Adriane Costa dos; SAGGIOMO, Guilherme Marques; SILVA, Priscilla Barbosa Mello da. **Compostos bioativos em iogurte adicionado de flores comestíveis**. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso. Disponível em: http://www.repositorio.furg.br/handle/1/7847 Acesso em: 02/10/ 2019

SANTOS, Cristina Mamédio da Costa; PIMENTA, Cibele Andrucioli de Mattos; NOBRE, Moacyr Roberto Cuce. The PICO strategy for the research question construction and evidence search.**Rev. Latino-Am. Enfermagem**,  Ribeirão Preto ,  v. 15, n. 3, p. 508-511,  June  2007 .