

Butiá: DO SABOR AO SABER, A CIÊNCIA, POR TRÁS DA FRUTA.

NICOLLY LIMA DE ALMEIDA¹; ELISA DOS SANTOS PEREIRA²; MARJANA RADUNZ³; TATIANE KUKA VALENTE GANDRA⁴; MARIANA GIARETTA MATHIAS⁵; CHIRLE DE OLIVEIRA RAPHAELLI⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – nikelima.almeida@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – lisaspereira@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – marjanaradunz@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – tkvgandra@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – mathias.mariana@ufpel.edu.br

⁶Universidade Federal de Pelotas – chirle.raphaelli@ufpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

O gênero *Butia* (Becc.) Becc. tem sua distribuição estendendo-se do sudeste da Bahia e Goiás até o Uruguai, Paraguai e Argentina (ESLABÃO et al., 2017). O butiá (*Butia* spp), fruto de palmeiras nativas do Sul do Brasil, é uma fruta com altas propriedades nutricionais ainda pouco explorada, carregada de histórias e sabores regionais. As frutas butiá tem formato ovoide ou globular caracterizados por uma coloração que varia do amarelo claro ao laranja avermelhado, com mesocarpo suculento de sabor ácido e adocicado (VERBES et al., 2015).

Além de fazer parte da cultura gaúcha e de comunidades tradicionais, essa frutinha amarela e aromática esconde um tesouro de compostos bioativos que podem ajudar a prevenir doenças crônicas, tão comuns no mundo moderno, como hipoglicemia, doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, inflamações e envelhecimento precoce (HOFFMANN et al., 2014).

Estudos recentes têm demonstrado o potencial terapêutico do butiá. Segundo Oliveira (2020), a fruta de sabor doce e ácido, cor amarelada, apresenta uma combinação única de nutrientes e compostos fenólicos com ação antioxidante e anti-inflamatória. A polpa de butiá é rica em fibras, vitaminas e minerais essenciais para o metabolismo humano (EMBRAPA, 2021)

Sabe-se que o consumo regular de frutas, verduras e legumes se associam com a redução de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como câncer, diabetes, dislipidemias, hipertensão arterial e outras.

Em um cenário onde a obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares e inflamações avançam, alimentos naturais e regionais, como o butiá, surgem como aliados da saúde. Este estudo busca investigar como o consumo regular do butiá pode contribuir para a prevenção dessas condições, unindo conhecimento científico e valorização da biodiversidade brasileira.

Com base no exposto, objetiva-se identificar os principais nutrientes e compostos bioativos da fruta e relacioná-los com a prevenção de doenças crônicas, bem como explorar formas de consumo que preservem seus benefícios à saúde (sucos, farinhas, polpa desidratada, etc.).

2. METODOLOGIA

A pesquisa foi desenvolvida através de revisão de literatura, utilizando bases de dados científicas como SciELO, PubMed e Google Acadêmico. Foram selecionados artigos publicados entre 2015 e 2025 que abordassem a composição nutricional do butiá e seus efeitos na saúde humana.

Os critérios de inclusão foram: estudos que avaliaram compostos bioativos do butiá, pesquisas sobre sua ação em modelos de doenças crônicas, e trabalhos que investigaram formas de processamento que preservam suas propriedades nutricionais. Os dados foram organizados em tabelas comparativas e analisados de forma crítica.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As frutas nativas do sul do Brasil apresentam uma ampla diversidade de compostos bioativos e nutrientes que contribuem para a promoção da saúde.

A polpa de butiá contém ácidos fenólicos, como o gálico, elágico e p-hidroxibenzoico, além de flavonoides como quercetina e kaempferol, e vitaminas C e E. Também são encontrados carotenoides, especialmente β -caroteno e luteína, que exercem papel fundamental na proteção ocular. Estes compostos estão relacionados com ação antioxidante, anti-inflamatória e pela capacidade de inibir enzimas digestivas, como α -amilase e α -glicosidase, auxiliando no controle da glicemia pós-prandial (HOFFMANN et al., 2014; VINHOLES et al., 2017).

Tabela 1. Síntese de evidências que relacionam o butiá à redução de riscos de doenças:

Forma de apresentação da fruta	Doença relacionada	Benefícios encontrados	Referência
Fruta <i>in natura</i>	Diabetes Tipo 2	Baixo índice glicêmico e alto teor de fibras que controlam a liberação de açúcar no sangue	OLIVEIRA, 2020
Extrato de butiá	Diabetes Tipo 2	Controlam a liberação de açúcar no sangue	DUTRA et al., 2021
Fruta <i>in natura</i>	Doenças Cardiovasculares	Potássio e fibras regulam a pressão arterial e reduzem o colesterol LDL ("ruim")	(EMBRAPA, 2021)
Extrato hidroalcoólico da Fruta <i>in natura</i>	Câncer: glioma humano	Redução na viabilidade, proliferação, formação de colônias, espécies reativas de oxigênio e níveis de nitrito após exposição ao extrato às células de glioma. Aumento no conteúdo de sulfidril e na atividade da superóxido dismutase e catalase após exposição ao extrato às células de glioma	(SARAIVA et al., 2024)

Além disso, as fibras alimentares, tanto solúveis quanto insolúveis, contribuem para o controle glicêmico, regulam o trânsito intestinal e auxiliam na redução do

colesterol, reforçando o impacto positivo dessas frutas na saúde metabólica (OLIVEIRA, 2020; DUTRA et al., 2021). Já os minerais, como potássio, magnésio e zinco, estão envolvidos em funções essenciais, incluindo a regulação da pressão arterial e a atuação como cofatores em diversas reações enzimáticas (EMBRAPA, 2021; SANTOS, 2019). Na tabela 1 é possível verificar que a fruta *in natura* e o extrato de butiá já foram reportados com propriedades bioativas frente à algumas doenças.

Estudos em animais demonstram que extratos de butiá podem melhorar a sensibilidade à insulina (DUTRA et al., 2021). Isso pode ser devido ao potencial de inibição da enzima α -amilase, que hidrolisa as ligações glicosídicas α -1,4 e da α -glicosidase, que é responsável pela hidrólise dos dissacarídeos, liberando duas moléculas de glicose para serem absorvidas na corrente sanguínea. A inibição destas enzimas auxilia no potencial hipoglicêmico (WILLIAMSON, 2009).

Vitamina C e polifenóis, que são encontradas na composição do butiá, estão relacionados com o combate aos radicais livres, reduzindo assim o estresse oxidativo, atenuando inflamações e envelhecimento precoce (SANTOS, 2019). Tanto na polpa quanto no néctar do butiá contém o ácido clorogênico ácido hidroxibenzoico, rutina, catequina e epicatequina além de ácido ferúlico, quercetina e hesperetina (HOFFMANN et al., 2014).

O consumo do fruto *in natura*, a produção de sucos, licores, geleias, sorvetes, bolos, bombons e sobremesas são as principais formas de uso da fruta para consumo. Com as folhas e a polpa do fruto são realizados trabalhos artesanais, que são expostos em feiras ou as folhas para ornamentar jardins e quintais. Além da manutenção do uso tradicional da planta pela população da rota dos butiazais, produtos inovadores a partir do butiá vêm sendo desenvolvidos. Existe um grande potencial de utilização da fruta, na culinária, na produção de doces, geleias, suco e licor (BÜTTOW, M. V. et al., 2009).

4. CONCLUSÕES

Este trabalho evidenciou que o butiá representa uma importante fonte de compostos bioativos com potencial para prevenção e auxílio no tratamento de diversas condições crônicas. Sua composição única, rica em antioxidantes e fibras, posiciona-o como um alimento funcional promissor na nutrição preventiva. A valorização deste recurso natural pode contribuir tanto para a saúde pública quanto para o desenvolvimento sustentável de comunidades tradicionais.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BÜTTOW, M. V. et al.. Conhecimento tradicional associado ao uso de butiás (*Butia* spp., arecaceae) no sul do Brasil. **Revista Brasileira de Fruticultura**, v. 31, n. 4, p. 1069–1075, dez. 2009.

DUTRA, J.P. et al. **Butiá para todos os gostos**. Brasília, DF: Embrapa, 320p. 2021.

EMBRAPA. Butiá: Fruta esquecida, saúde encontrada. 2021.

ESLABÃO, M. P. et al. **Mapeamento da distribuição geográfica de butiá como subsídio para a conservação de recursos genéticos**. Boletim de Pesquisa e Desenvolvimento da Embrapa. 2017. Pelotas: Embrapa Clima Temperado, 52 p.

HOFFMANN, J. F. et al. Butia spp. (Arecaceae): An overview. **scientia Horticulturae**, 2014.

OLIVEIRA, V. S. Frutas nativas e saúde: O caso do butiá. **Revista de Nutrição**, 2020.

SANTOS, R. F. Alimentos regionais no combate às DCNTs. Editora Fiocruz, 2019.

SARAIVA, J.T. et al. Antitumor Effect of Butia odorata Hydroalcoholic Extract on C6 and U87MG Glioma Cell Lines: Impact on Redox Status and Inflammation Signaling. **Journal of Neurochemistry**., n.50, n.1, p.56, 2024.

VINHOLES, J. et al. Effect of *in vitro* digestion on the functional properties of *Psidium cattleianum* Sabine (aracá), *Butia odorata* (Barb. Rodr.) *Noblick* (butiá) and *Eugenia uniflora* L. (pitanga) fruit extracts. **Food and Function**, v. 9, n. 12, p. 6380–6390, 2018.

VERBES, M. P. et al. Caracterização físico-química e aceitabilidade sensorial de iogurte enriquecido com polpa de butiá (*Butia odorata*). **Caderno Pedagógico**, v.22, n.8, p. e17125, 2025.

VINHOLES, J. et al. *In vitro* assessment of the antihyperglycemic and antioxidant Properties of araçá, butiá and pitanga. **Food Bioscience**, v. 19, p. 92–100, 2017.

WILLIAMSON, C. Functional foods: what are the benefits? **British journal of Community nursing**, v. 14, n. 6, p. 230–236, jun. 2009.