

OS BENEFÍCIOS DO LICOPENO NA PREVENÇÃO DO CÂNCER



Deborah Jaiane Pereira De Assunção
Eder Jhoseph Dutra Souza
Edirlane Gonçalves De Oliveira
Fabiola Cristina Fonseca

Escola Estadual Domingos Justino Ribeiro
Mateus Leme, Minas Gerais

APRESENTAÇÃO

AOs alimentos funcionais são consumidos em dietas convencionais e demonstram capacidade de regular funções corporais de forma a auxiliar na proteção contra doenças como o câncer. O licopeno C40H56 é um carotenóide alifático, de hidrocarboneto com propriedade antioxidante que apresenta ação direta contra o câncer, atuando em vias de sinalização de fatores de crescimento e progressão no ciclo celular, sendo seu processo de absorção passivo e sem gasto de energia.

OBJETIVO GERAL

investigar a ação e benefício do licopeno na prevenção e no tratamento do câncer e trazer essa informação ao público como forma de conscientização da boa alimentação para a manutenção da saúde e do bem estar humano. Objetivos específicos • Apresentar os efeitos benéficos do licopeno e sua ação direta no câncer.

- Criar gráfico representado a quantidade de licopeno em diferentes alimentos.
- Elaborar a tabela dos principais alimentos que contem o licopeno.
- Realizar a extração do licopeno em diferentes alimentos.

METODOLOGIA

O projeto foi desenvolvido em quatro etapas principais:

1. Pesquisas bibliográficas no Google Acadêmico sobre a ação do licopeno na prevenção do câncer.
2. Aplicação de questionários em escolas para avaliar o conhecimento dos alunos sobre os benefícios do licopeno.
- 3.
3. Extrações experimentais de licopeno em alimentos (tomate, melancia, mamão e goiaba), comparando a intensidade da cor vermelha como indicativo da concentração.

RESULTADOS ALCANÇADOS

As pesquisas bibliográficas indicaram que o tomate é a principal fonte de licopeno na alimentação humana, especialmente por meio de seus derivados. A estrutura do licopeno favorece sua absorção no organismo, contribuindo para a prevenção de doenças crônicas. Na pesquisa com 408 alunos, apenas 2 afirmaram conhecer o licopeno e seus benefícios, evidenciando a necessidade de maior divulgação científica sobre o tema (Figura 2). Nas extrações experimentais, a metodologia mostrou-se eficiente (Figura 3). O tomate apresentou a coloração vermelha mais intensa, indicando maior concentração de licopeno em relação à melancia, mamão e goiaba, confirmando sua importância como principal fonte desse carotenóide na dieta humana.

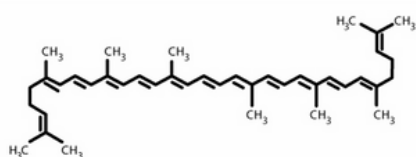


Figura 1: Organização química do Licopeno C40H56. Fonte: InfoEscola.



Figura 2: Alimentos que possuem Licopeno. Fonte: CEBA NATURAL.



Figura 3: Relação de entrevistados sobre o questionamento: Você conhece as funções do licopeno no tomate? Fonte: autoria própria.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Devido às suas propriedades antioxidantes, o licopeno demonstrou ser um carotenóide com diversos benefícios à saúde humana, atuando também na prevenção do câncer segundo alguns estudos. Por isso, o licopeno tem sido visto como o carotenóide mais relevante na alimentação humana nas últimas décadas, portanto é importante que as pessoas tenham conhecimento da importância do consumo do licopeno regularmente e quais são os principais alimentos que possuem esse carotenóide, para facilitar assim, seu consumo.

Referências

Referências Bibliográficas MORITZ, B. & TRAMONTE, V. Biodisponibilidade do licopeno. Revista de Nutrição, v. 19, n. 2, 2006. PELISSARI, F.M.; RONA, M.S.S; MATIOLI G. O Licopeno e suas contribuições na prevenção de doenças. Arquivos do MUDI, v. 12, n. 1, p. 511, 2008. SANDMANN, P. Licopeno: Antioxidante protetor contra radicais livres, 2013. Disponível em: <https://sistema.boticamagistral.com.br/app/webroot/img/files/LICOPENO.pdf>. Acesso em : 19 de agosto de 2025

