



7ª Feira Mineira de Iniciação Científica



De 11 de novembro a 01 de dezembro de 2023

CIÊNCIAS EXATAS E DA TERRA
FEMIC JOVEM

Gabriely dos Santos Sokal da Silva

Kathleen Pinheiro Fiuza

Stella Freitas Cuaiato

Orient. João Alberto Leão Braccini

ESCOLA SESI DE ENSINO MÉDIO

ARTHUR ALUÍZIO DAUDT

Sapucaia do Sul, Rio Grande do Sul, Brasil



sokalgabriely@gmail.com

CookiesVeg: bolacha vegana rica em propriedades calmantes, um estudo sobre a alimentação emocional



Apresentação



- De acordo com a VIGITEL, obesidade cresceu 60% em 10 anos, passando de 11,8% em 2006 para 18,9% em 2016, mostrando um aumento preocupante.
- A ansiedade também vem se tornando um problema cada vez maior quando se trata de saúde pública e emocional. Ela pode acarretar em diversos tipos de desconfortos como: dificuldade de concentração, insônia, problemas cardíacos entre outros. No Brasil, cerca de 9% da população sofre com algum tipo de transtorno de ansiedade de acordo com a OMS, como mostra a FIGURA 1.

FIGURA 1- Taxa de ansiedade no Brasil



Fonte: Organização Mundial da Saúde OMS, 2020.

Objetivo geral



- Desenvolver uma bolacha vegana a partir de ervas e frutas, com enriquecimento de vitaminas, de baixo custo e com propriedades calmantes de forma totalmente sustentável através de uma vasta revisão bibliográfica sobre ervas e frutas com propriedades antiestresse.

Objetivos específicos

- Desenvolver uma bolacha vegana de baixo custo, com propriedades antiestresse que colaborem para a amenização dos sintomas de transtornos da ansiedade.
- Desenvolver uma embalagem biodegradável através dos resíduos gerados pelo projeto, capaz de preservar os conteúdos das bolachas.
- Conscientizar e informar a população através das redes sociais sobre os problemas físicos e mentais que uma má alimentação causa.

Metodologia



7ª Feira Mineira de Iniciação Científica

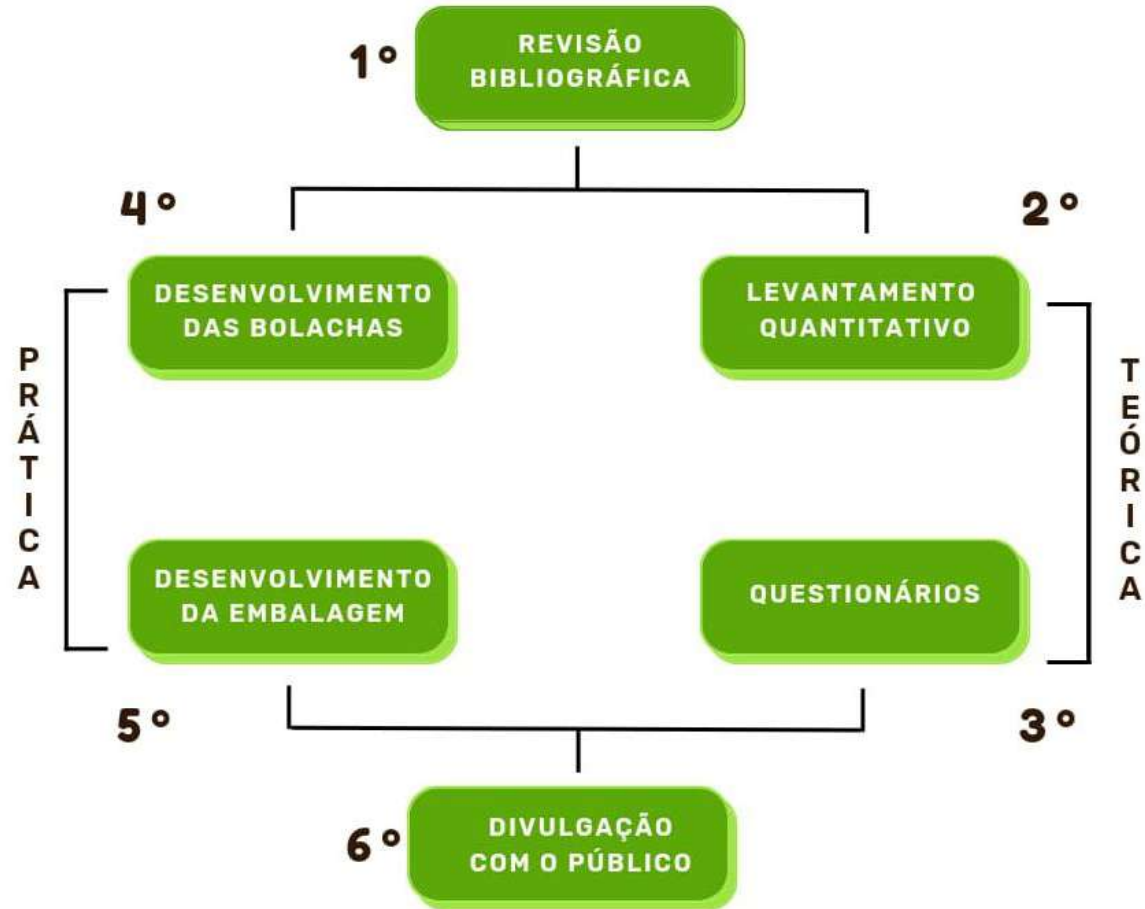
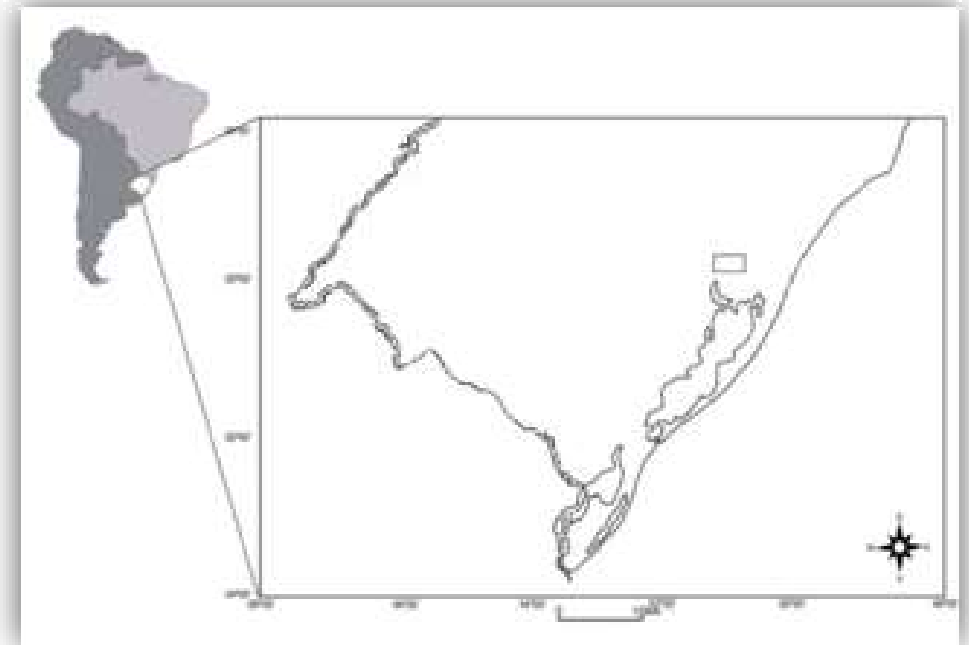


FIGURA 2 - Região dos levantamentos quantitativos



Fonte: As autoras, 2022.

Resultados das BOLACHAS



FIGURA 3 - Décima primeira fornada, receita final.



Ingredientes :

- Farinha de grão de bico
- Farinha de ora-pro-nóbis
- Amido de milho
- Açúcar demerara
- Banana
- Canela
- Água
- *Passiflora edulis*, maracujá amarelo
- Fermento biológico

Principais características:

- Gosto adocicado
- Aroma agradável de banana
- Massa grudenta
- Depois de assada macia e leve

R\$ 0,39

POR BOLACHA, este valor já inclui o gás e a energia utilizados para a fabricação

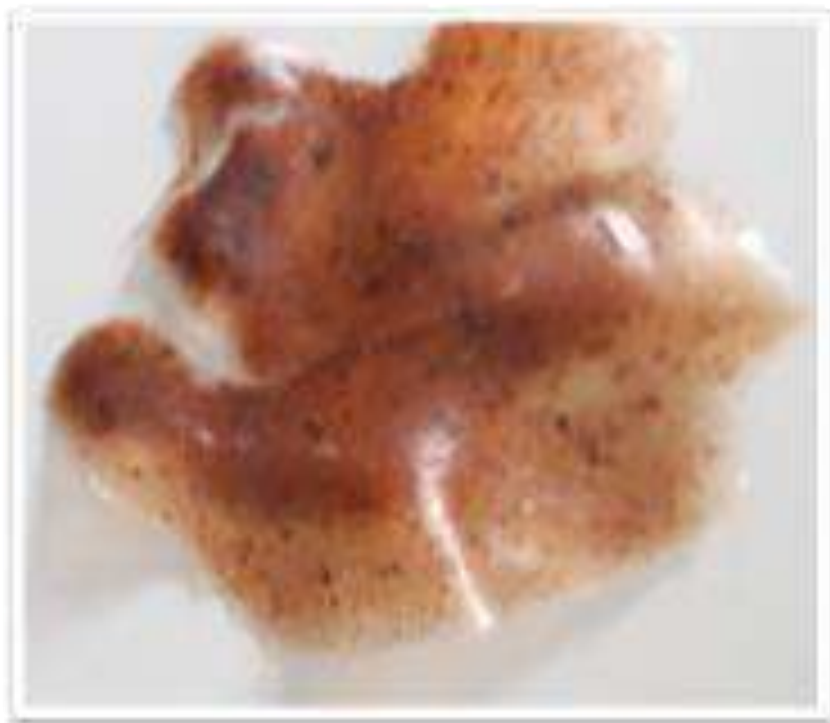
64,5%

A MENOS DE CALORIAS COMPARADO COM A MÉDIA DE OUTRAS QUATRO MARCAS

Resultados do BIOFILME



FIGURA 4- Sexta prototipagem biofilme.



Ingredientes do biofilme

- 5 g de amido de milho
- 4 g de pasta de casca de banana
- 2 ml de vinagre branco
- 20 ml de água
- 1 g de glicerol

Principais características:

- Resistente
- Elástico
- Fermento biológico

R\$ 0,07
COONFECCÃO

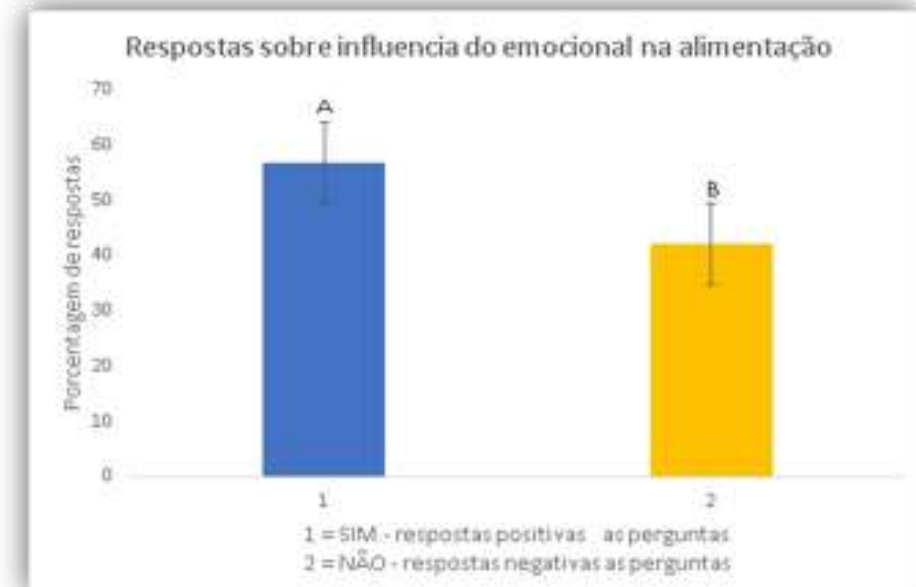
QUESTIONÁRIOS



Um total de 131 pessoas responderam um questionário que pretende compreender os conhecimentos alimentares do público, influência emocional e externas sobre alimentação, a média de idade dos entrevistados é de 23 anos, do peso é de 67 quilogramas e a maioria possui um nível de escolaridade de ensino médio incompleto (49,1%).

- Houve relação entre a idade dos entrevistados em relação ao grau de conhecimento sobre os ingredientes encontrados em bolachas.
- Houve relação entre a idade dos entrevistados em relação ao grau de conhecimento sobre os ingredientes encontrados em bolachas.
- Pode-se perceber a influência do emocional sobre o hábito de se alimentar como exemplifica o gráfico da FIGURA 5.

FIGURA 5 - Influência do emocional sobre a alimentação. Teste t de Student, $p = 0,05$. Letras distintas indicam diferenças significativas.



Fonte: As autoras, 2022.

Aplicabilidade dos resultados no cotidiano da sociedade



- No Brasil, é comum que a população tenha uma má alimentação a base de poucos nutrientes, excesso de açúcares, ricas em carboidratos e lipídeos maléficos ao corpo. Uma alimentação que a longo prazo pode acarretar em diversos tipos de doenças como: hipertensão, diabetes, estresse e até mesmo ansiedade. O alto consumo desses alimentos muitas vezes se dá pelo baixo custo e alto marketing por trás de suas produções.
- Desta forma, a CookiesVeg nota a necessidade de um produto totalmente vegano, enriquecido de vitaminas e proteínas, que possa ser consumido em momentos de impulsos pela vontade de comer, e que em sua composição traga propriedades calmantes que possam proporcionar ao consumidor a sensação de tranquilidade, juntamente com uma embalagem voltada para o meio sustentável sendo 100% biodegradável.

Criatividade e inovação



- O veganismo é uma área em expansão no mercado, sendo adotado em favor dos animais, porém, que se estende a muito além deles passando a ser também adotado de forma a preservar e minimizar os impactos ambientais que com o passar do tempo acabaram se tornando em crises climáticas.
- De mesmo modo se nota a quantidade lixo gerado no espaço promovido pelo consumismo desenfreado, assim gerando a necessidade do desenvolvimento de embalagens sustentáveis que preservem a natureza.

FIGURA 5 – Vida em meio ao consumismo.



Fonte: ApexBrasil.

Considerações finais



- No momento, já se alcançou a receita final da bolacha, mas ainda se pretende realizar novas prototipagens que passarão pelos testes de bancada.
- Assim como dar seguimento com o desenvolvimento do biofilme que envolverá a bolacha. Através do questionário aplicado notou-se a necessidade do mercado em ter um produto que viesse não apenas com substâncias nutritivas e proteicas pensando no físico, mas também um produto que oferecesse bem-estar mental.

Escola SESI de Ensino Médio Arthur Aluizio Daudt.



7ª Feira Mineira de Iniciação Científica

De 11 de novembro a 01 de dezembro de 2023

Realização



Associação Mineira de
Pesquisa e Iniciação Científica



Apoiadores

UNIVERSIDADE
DO ESTADO DE MINAS GERAIS | UEMG
FACULDADE DE EDUCAÇÃO

MINISTÉRIO DA
CIÊNCIA, TECNOLOGIA
E INOVAÇÃO

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

CNPq
Conselho Nacional de Desenvolvimento
Científico e Tecnológico

