

ACESSIBILIDADE DE MINERAIS EM ARROZ E FEIJÃO (*IN VITRO*)

Solange Guidolin Canniatti Brazaca⁽¹⁾

⁽¹⁾Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz” da Universidade de São Paulo, Piracicaba, SP

A acessibilidade dos minerais é de suma importância, considerando que as deficiências de minerais atingem grande parte da população mundial podendo prejudicar a qualidade de vida dessas pessoas e limitar a capacidade de desenvolvimento de tarefas cotidianas. Há substâncias que são inibidoras e as substâncias promotoras da absorção de minerais. Essas substâncias podem estar presentes no próprio alimento que contem o nutriente ou na dieta consumida em conjunto com o mesmo, comprometendo ou melhorando o aproveitamento de um determinado elemento. Quantificar o elemento, sua acessibilidade e os fatores presentes que promovam ou inibam sua absorção são essenciais para poder controlar as deficiências nutricionais relacionadas a esses elementos. O arroz e o feijão são consumidos pelos brasileiros em sua dieta habitual sendo componentes importantes para combater diferentes deficiências. A medida da disponibilidade desses elementos minerais pode ser simulada por teste *in vitro* facilitando a análise em termos de tempo e custo. A simulação para verificar os interferentes presentes no alimento, especialmente para o feijão, que possui grande quantidade de minerais, mas também muitos interferentes, positivos e negativos, devem ser realizadas para que possam ser selecionados os cultivares que resultem em maior aproveitamento de minerais pelo organismo. Para o arroz a quantificação do que é aproveitado também é de importância, pois a quantidade de arroz consumida na dieta é alta e frequente, para grande parte da população.