

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

EDITORIAL

SOBRE O FRUTO AÇAÍ

O Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício - IBPEFEX - trabalhando com o objetivo de publicar/ divulgar a produção científica no âmbito da Nutrição e Suplementação Esportiva, nas modalidades, tanto de caráter coletivo como no individual através da Revista Brasileira de Nutrição e Esportiva - RBNE - vem apresentar aos seus colaboradores o volume 9 de número 53 do ano de 2015.

O açaizeiro (*Euterpe oleracea* Mart.) é uma importante planta da região Norte do Brasil. O fruto açaí, de coloração roxa intensa caracteriza a presença do pigmento antocianinas, responsável pela principal propriedade funcional desse alimento que é a atividade anti-inflamatória e antioxidante. Além disso, o açaí possui ácidos graxos insaturados como os ácidos oleico e linoleico, também é considerado um alimento rico em fibras dietéticas auxiliaadoras na regulação dos níveis plasmáticos de colesterol.

O seu alto valor nutricional e funcional direcionou a realização de vários estudos sobre o benefício do açaí para a saúde. Já foi comprovado que açaí reduz o estresse muscular em atletas; que sua suplementação ajuda na redução do colesterol e gravidade das doenças hepáticas; protege contra convulsões e estresse oxidativo, exerce ação anti-inflamatória e citotóxica em células cancerígenas do cólon e possui efeito cardioprotetor.

Quanto à recomendação nutricional, estudo aponta que 260 g da polpa do açaí são suficientes para atender as recomendações de cálcio, ferro, zinco, potássio e boa parte da recomendação de ácido graxo linoleico e palmítico. No entanto, o consumo moderado é indicado devido à alta densidade calórica do fruto.

Dessa forma, nesse número, o de 53, a RBNE apresenta mais 12 trabalhos de autores/pesquisadores que submeteram seus estudos/ pesquisas para apreciação dos leitores.

Sendo assim, os editores agradecem a todos os autores que colaboraram com o envio de suas pesquisas/estudos para a revista.

Dessa forma, convidamos a todos a continuarem colaborando e que submetam os resultados de suas pesquisas/estudos para a RBNE.

Boa leitura a todos, de mais um número da RBNE.

Cordialmente,

Bruna Cruz Magalhães - Pós-graduação em Saúde do Adulto e da Criança, UFMA.

Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira - Núcleo de Pesquisa em Adaptações Neuroimunoendócrinas ao Exercício da Educação Física da UFMA.

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

Editor-Chefe

Prof. Dr. Francisco Navarro (UFMA, Brasil)

Editor-Gerente

Francisco Nunes Navarro (USP-RP/ IBPEFEX, Brasil)

Editores Associados

Prof. Dr. Antonio Coppi Navarro (UFMA / IBPEFEX, Brasil)

Prof. Dr. Jonato Prestes (UCB, Brasil)

Profa. Ms. Rafaela Liberali (UFSC, Brasil)

Revisores Científicos

Prof. Dr. Carlos Alberto Simeão Junior - Centro Universitário Unifafibe, Brasil

Prof. Dr. Claudio Oliveira Assumpção - Universidade Federal do Ceará - UFC, Brasil

Prof. Dr. Charles Ricardo Lopes - Universidade Metodista - Unimep, Brasil

Profa. Dra. Denise Maria Martins - Universidade Estadual de Pernambuco - UPE, Brasil

Prof. Dr. Everson Araújo Nunes - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC, Brasil

Prof. Dr. Gustavo Puggina Rogatto - Universidade Federal de Lavras - UFL, Brasil

Prof. Dr. Gleison Alisson Pereira de Brito - Universidade Federal da Integração Latinoamericana - UNILA, Brasil

Prof. Dr. Luis Paulo Gomes Mascarenhas - Universidade Estadual do Centro-Oeste - Unicentro, Brasil

Profa. Dra. Marcela Meneguello Coutinho - Universidade Presbiteriana Mackenzie, Brasil

Prof. Dr. Milton Rocha de Moraes - Universidade Católica de Brasília - UCB, Brasil

Prof. Dr. Tácito Pessoa de Souza Junior - Universidade Federal do Paraná - UFPr, Brasil

Prof. Dr. Vinícius Fernandes Cruzat - Curtin University - Austrália

Prof. Dr. Waldecir Paula Lima - Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia - IFSP, Brasil

Prof. Doutorando Rafael Ayres Romanholo - Instituto Federal de Rondônia - IFRO, Brasil

Prof. Ms. Adilson Domingos dos Reis Filho - Núcleo de Aptidão Física, Metabolismo e Saúde - NAFIMES/UFMT, Brasil

Profa. Ms. Elen Cristina Dalquano - Instituto Superior Luterano Bom Jesus - IELUSC, Brasil

Revisores / Tradutores

Diego Nunes Navarro (UFABC/ IBPEFEX, Brasil)

Diagramador

Francisco Nunes Navarro (USP-RP/ IBPEFEX, Brasil)