



USO DE CORANTES NATURAIS NA GASTRONOMIA

Queila Turchetto ¹, Cinthia Suedy de Sousa Silva ²

¹ Professora Orientadora do Curso de Nutrição/Gastronomia, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.

queila.turchetto@unicesumar.edu.br

² Acadêmica do Curso de Tecnologia em Gastronomia, EAD, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI-

UniCesumar. suedylima@hotmail.com

RESUMO

As cores sempre exerceram grande influência no comportamento humano, inclusive na alimentação. A estética dos pratos é um dos fatores que impactam diretamente na aceitação dos alimentos. Desde a Antiguidade, corantes naturais eram utilizados em diversas situações e, na culinária, seu uso se dava tanto pelo apelo visual quanto pelo valor funcional e simbólico. Nesse contexto, o uso de corantes naturais tem ganhado destaque na gastronomia por promover colorações vibrantes aos alimentos e, ao mesmo tempo, oferecer propriedades funcionais benéficas à saúde. Este projeto tem como objetivo analisar o uso de corantes naturais na gastronomia, suas aplicações, vantagens e desafios. Para isso, será realizada uma pesquisa de abordagem qualitativa, com levantamento bibliográfico em bases científicas, livros e artigos acadêmicos que tratam do tema. A coleta de dados será feita por meio da seleção criteriosa de publicações atualizadas e relevantes, e os dados serão tratados por meio da análise de conteúdo, buscando identificar padrões, contribuições e lacunas sobre o uso desses pigmentos na gastronomia. Pretende-se compreender melhor como esses pigmentos podem agregar valor estético e nutricional às preparações, contribuindo para práticas alimentares mais saudáveis e sustentáveis. Como resultado, espera-se fomentar a conscientização sobre o uso de ingredientes naturais e funcionais na cozinha contemporânea, valorizando tanto a inovação quanto a saúde do consumidor, além de fornecer subsídios para práticas alimentares mais sustentáveis. Esse estudo pretende reforçar a importância de aliar aspectos estéticos, funcionais e sustentáveis na elaboração de preparações culinárias.

PALAVRAS-CHAVE: Estética Culinária; Ingredientes Funcionais; Pigmentos Alimentares.

1 INTRODUÇÃO

As cores despertam interesse nas pessoas desde os primeiros anos de vida, estando presentes em diversas áreas do desenvolvimento humano, como a educação, arte, psicologia e, claro, na alimentação. No universo gastronômico, as cores de uma preparação instigam o paladar — afinal, “come-se com os olhos” antes de os outros sentidos entrarem em cena para avaliar a qualidade de um prato. E isso não é novidade: registros históricos mostram que civilizações antigas já utilizavam pigmentos naturais extraídos de plantas, minerais e até insetos, tanto na alimentação quanto em cerimônias culturais e religiosas.

Com o avanço da industrialização, a indústria alimentícia passou a produzir corantes sintéticos, que se destacam pela maior estabilidade, durabilidade e baixo custo. No entanto, apesar de amplamente utilizados, estudos têm apontado que o uso excessivo dessas substâncias pode causar reações alérgicas e outros efeitos adversos. Como resposta, nas últimas décadas, tem crescido a busca por corantes naturais, visando atender à demanda dos consumidores por produtos mais seguros e saudáveis (Stringueta, 2021).

Embora os corantes sintéticos ofereçam maior estabilidade em relação aos naturais, seu consumo tem sido associado a diversos efeitos negativos à saúde, como o desenvolvimento de alergias e transtornos neurológicos, como o TDAH. Além disso, sua produção gera resíduos que contribuem para a poluição e o desequilíbrio ambiental (Martins et al., 2021). Com o aumento da conscientização dos consumidores em relação à própria saúde e à sustentabilidade do planeta, cresce também a preferência por alimentos orgânicos, com menor impacto ambiental. Nesse cenário, os corantes naturais surgem



como alternativas mais seguras, renováveis e sustentáveis para os sistemas alimentares (Rossi et al., 2021).

Corantes naturais são extraídos de fontes presentes na natureza, como frutas, vegetais e flores. Seus pigmentos não apenas conferem coloração aos alimentos, mas também oferecem benefícios funcionais. Antocianinas (vermelho-alaranjado ao azul-violeta), encontradas em açaí, frutas vermelhas e uvas; betalaínas (vermelho, violeta ou alaranjado), presentes na beterraba e amaranto; carmim de cochonilha (vermelho), bixina e norbixina (amarelo e vermelho do urucum), e a curcumina (amarelo da cúrcuma), são exemplos desses pigmentos bioativos. Além da estética, essas substâncias possuem propriedades antioxidantes, anti-inflamatórias e outras funções que promovem o bem-estar e a prevenção de doenças (Stringueta, 2021). Na gastronomia contemporânea, esses corantes se destacam não só pela beleza visual que agregam aos pratos, mas também pela inovação e funcionalidade trazidas por meio de práticas mais naturais e sustentáveis.

Apesar do grande potencial, o uso de corantes naturais na gastronomia ainda enfrenta desafios importantes, como a estabilidade frente ao calor e à luz, a intensidade e durabilidade das cores, além da viabilidade de produção e aplicação em larga escala. Esses obstáculos limitam sua adoção, mesmo diante da crescente demanda por ingredientes mais naturais e funcionais.

Diante desse contexto, estudar os corantes naturais na gastronomia é fundamental por envolver inovação tecnológica, segurança alimentar, funcionalidade e sustentabilidade. A aproximação entre ciência e cozinha permite aplicar esses compostos de forma mais eficaz e consciente. Assim, este trabalho tem como objetivo analisar as propriedades, aplicações e desafios relacionados ao uso de corantes naturais na gastronomia, contribuindo para práticas alimentares mais saudáveis, criativas e sustentáveis.

Além disso, faz-se necessário investigar com maior profundidade as propriedades e aplicações dos corantes naturais no contexto gastronômico, a fim de compreender suas vantagens e limitações. A realização deste projeto justifica-se, portanto, pela urgência em promover práticas alimentares sustentáveis, inovadoras e, sobretudo, saudáveis. Diante disso, o estudo tem potencial para gerar conhecimento técnico-científico relevante, contribuindo com a formação de profissionais da área e com o desenvolvimento de soluções criativas e conscientes na gastronomia contemporânea.

Ao analisar os pigmentos naturais no campo da alimentação, este estudo busca fomentar o uso consciente de ingredientes bioativos, ampliando os diálogos entre ciência, saúde e práticas alimentares, e valorizando a cozinha como espaço de transformação cultural e nutricional.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

A presente pesquisa adota como abordagem o método hipotético-dedutivo, caracterizado pela formulação de hipóteses baseadas em observações prévias e referenciais teóricos, seguidas da dedução lógica de implicações que serão analisadas a partir de dados empíricos e bibliográficos (LAKATOS; MARCONI, 2003; POPPER, 2002). Parte-se da hipótese de que o uso de corantes naturais na gastronomia, além de agregar valor estético aos alimentos, pode representar uma alternativa funcional e sustentável frente aos corantes artificiais, contribuindo para práticas alimentares mais saudáveis e conscientes.

A pesquisa será conduzida por meio de levantamento bibliográfico em bases de dados científicas, como PubMed, Scielo, Web of Science, Scopus e Google Scholar. Serão selecionadas publicações atualizadas e relevantes, incluindo artigos acadêmicos, livros e revisões que tratem do uso de corantes naturais na gastronomia, suas propriedades bioativas, aplicações práticas, limitações tecnológicas e impacto na saúde do consumidor.



Os critérios de inclusão englobam estudos que abordem pigmentos naturais de origem vegetal ou animal com aplicação culinária, discutam aspectos sensoriais e funcionais, e analisem os desafios de estabilidade, viabilidade e segurança alimentar. Serão priorizados estudos que apresentem evidências experimentais, revisões sistemáticas ou estudos de caso que explorem o uso desses ingredientes em preparações gastronômicas.

A análise dos dados será realizada por meio de revisão crítica e interpretativa da literatura, com o objetivo de identificar padrões, contribuições teóricas e lacunas relacionadas ao uso de corantes naturais. Serão considerados aspectos como composição química, propriedades antioxidantes, estabilidade térmica e sensorial, além de seu potencial funcional. A interpretação dos dados buscará relacionar a adoção desses pigmentos com tendências contemporâneas da gastronomia, sustentabilidade alimentar e inovação culinária.

Espera-se que esta abordagem contribua para o avanço do conhecimento sobre corantes naturais e sua aplicação prática, subsidiando ações voltadas à educação alimentar, ao desenvolvimento de novos produtos gastronômicos e à valorização de ingredientes mais seguros e saudáveis, alinhados às demandas da sociedade atual.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Espera-se que esta pesquisa, ao integrar dados provenientes de estudos experimentais, revisões sistemáticas e evidências aplicadas na gastronomia, contribua para o avanço do conhecimento técnico e científico sobre o uso de corantes naturais como alternativa estética, funcional e sustentável aos aditivos sintéticos. A análise crítica da literatura deve permitir a identificação dos principais pigmentos naturais utilizados atualmente, suas fontes, propriedades bioativas, desafios tecnológicos e implicações sensoriais e nutricionais nas preparações culinárias.

Simultaneamente, espera-se que os achados reforcem a importância da substituição consciente de corantes artificiais por opções naturais, especialmente no contexto de uma alimentação mais saudável e ambientalmente responsável. A pesquisa também pretende fomentar o debate sobre a sustentabilidade na cadeia alimentar e promover uma reflexão crítica sobre os impactos do uso indiscriminado de aditivos artificiais.

Além disso, os resultados poderão subsidiar propostas de inovação gastronômica, educação alimentar e desenvolvimento de diretrizes voltadas ao uso seguro e eficaz de corantes naturais em estabelecimentos culinários, projetos de extensão, políticas públicas e práticas formativas. Espera-se ainda que o estudo contribua para fortalecer a conexão entre gastronomia, saúde e meio ambiente, incentivando escolhas alimentares mais conscientes e valorizando ingredientes regionais, sazonais e funcionalmente relevantes.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise do uso de corantes na gastronomia mostra que esses pigmentos são alternativas possíveis em relação ao uso de corantes sintéticos, não apenas pelo aspecto estético nos alimentos, mas principalmente por suas propriedades funcionais e menor impacto ambiental. Sua utilização pode aliar saúde, sustentabilidade e inovação na produção gastronômica, seguindo as demandas da sociedade atual cada vez mais atenta e em busca de práticas alimentares mais seguras e conscientes.

Apesar dessas vantagens, existem desafios relevantes quanto à estabilidade térmica, a permanência das cores e a viabilidade econômica de produção em escala. Essas limitações reforçam a necessidade de aprofundar pesquisas que busquem estratégias tecnológicas capazes de otimizar o uso desses pigmentos de maneira mais eficiente e acessível.



Dessa forma, o presente estudo contribui para a valorização dos corantes naturais como ingredientes funcionais e sustentáveis, além de fomentar reflexões sobre sua aplicação no desenvolvimento de preparações gastronômicas inovadoras. Conclui-se que investir na pesquisa e no uso consciente desses pigmentos fortalece a integração entre ciência, saúde e gastronomia, ao mesmo tempo que promove práticas alimentares mais responsáveis, seguras e condizentes com as transformações sociais e ambientais dos dias atuais.

REFERÊNCIAS

DE ROSSI, Pedro Henrique Silva et al. Utilização de corantes naturais em alimentos: uma revisão. **RECIMA21** – Revista Científica Multidisciplinar, v. 2, n. 11, p. e211941, 2021. ISSN 2675-6218. DOI: <https://doi.org/10.47820/recima21.v2i11.941>. Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/941>. Acesso em: 14/05/2025.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2003. Disponível em: https://docente.ifrn.edu.br/olivianaeta/disciplinas/copy_of_historia-i/historia-ii/china-e-india/view. Acesso em: 14/05/2025.

MENDONÇA, Eduarda Ribeiro; CAVALCANTE JÚNIOR, Luiz Nazareno; MARTINS, Paula Larangeira Garcia. **Corantes na indústria de alimentos**. [S. l.], 2021. Trabalho acadêmico/apresentação não publicado. Disponível em: <https://www.abq.org.br/rqi/2014/771/RQI-771-pagina54-Artigo-Tecnico.pdf>. Acesso em: 13/05/2025.

PEREIRA, Juliana Mendes Garcia et al. Aditivos alimentares naturais emergentes: uma revisão. In: NOGUEIRA, W. V. (Org.). **Realidades e perspectivas em ciência dos alimentos**. Nova Xavantina: Pantanal Editora, 2020. p. 46–84. Disponível em: <https://edito.rapantanal.com.br/ebooks/2020/realidades-e-perspectivas-em-ciencia-dos-alimentos/ebook.pdf>. Acesso em: 14/05/2025.

POPPER, Karl Raimund. **A lógica da pesquisa científica**. São Paulo: Cultrix, 2002. Disponível em: <https://fisica.net/epistemologia-da-fisica/A-Logica-da-Pesquisa-Cientifica.pdf>. Acesso em: 13/05/2025.

SANTOS, Natalie Silva dos; SILVA, Flávia Luiza Araújo Tavares da; LEITE NETA, Maria Terezinha Santos. Corantes naturais: importância e fontes de obtenção. **RECIMA21** – Revista Científica Multidisciplinar, v. 3, n. 3, p. e331165, 2022. ISSN 2675-6218. Disponível em: <https://recima21.com.br/recima21/article/view/1165>. Acesso em: 13/05/2025.

STRINGHETA, Paulo César. Corantes naturais: da diversidade da natureza às aplicações e benefícios. Viçosa: [s. n.], 2021. 1 ed. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/353960878_Corantes_Naturais_da_diversidade_da_natureza_as_aplicacoes_e_beneficios. Acesso em: 14/05/2025.

TEIXEIRA, Renires dos Santos et al. Antocianinas, corantes naturais para alimentos: desafios e perspectivas. In: 7ª Semana Integrada da UFPel – XXIII ENPÓS – Encontro de Pós-Graduação, Pelotas, 2021. Anais [...]. Pelotas: UFPel, 2021. Disponível em: https://cti.ufpel.edu.br/siepe/arquivos/2021/CA_04041.pdf. Acesso em: 14/05/2025.