

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

BIOMASSA DE BANANA VERDE FUNCINAL NA ALIMENTAÇÃO

Jullya Violeti De Souza (jullya.souza1730@soufcb.com.br)

Eduarda Rosa Santana Brito (eduarda.brito3706@soufcbcom.br)

Leticia Valbusa (valbusaleticia@gmail.com)

Keisyane De Paula Da Vitoria (keisyane.vitoria0745@soufcb.com.br)

INTRODUÇÃO: O conhecimento dos alimentos e seus benefícios a saúde é muito importante para que os profissionais da área da saúde orientem sua utilização. Nos últimos anos cresceu-se a o uso de biomassa de banana verde, tomando um espaço significativo nas dietas e receitas do dia a dia. Este estudo justifica-se com a finalidade de apresentar uma revisão bibliográfica a fim de atualizar os conhecimentos e apresentar os benefícios da biomassa na alimentação e saúde pública.

OBJETIVO: O Objetivo desta revisão é analisar os benefícios das propriedades da biomassa de banana verde para a saúde.

METODOLOGIA: Neste estudo foram utilizados como principais métodos de pesquisa e análise, a leitura de artigos encontrados através de descritores e palavras-chave em ciencias da saúde (DeCS/MeSH) combinados da seguinte

forma: biomassa de banana verde AND amido resistente AND alimento funcional, e seus respectivos correspondentes em inglês. A pesquisa foi realizada nas base de dados Google acadêmico, SciELO e Medline, com a inclusão de artigos publicado entre 2020 e 2025, disponíveis nos idiomas português e inglês, realizadas em seres humanos. Foram excluídos artigos publicados em duplicidade e sem acesso a texto completo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: Pode-se constatar alguns benefícios da biomassa de banana verde para o organismo, onde se torna um alimento funcional e de relevante potencial terapêutico e nutricional, atuando no controle glicêmico e redução da hemoglobina glicada, efeitos ligados modulação da sensibilidade à insulina. Além disso, observou-se também uma ação prebiótica, onde o alto teor de fibras transformam-na em uma alternativa promissora no tratamento da constipação funcional, o que diminui o uso de laxantes, trazendo um conforto intestinal, fazendo assim que a biomassa de banana verde se torne um ingrediente estratégico na saúde, prevenindo doenças intestinais, sendo seu uso incentivado tanto em preparações culinárias quanto em estratégias dietéticas funcionais.

Palavras-chave: biomassa de banana verde; amido resistente; alimento funcional.