



## RESUMO

### Título: A IMPORTÂNCIA DA UTILIZAÇÃO DO GUARANÁ COMO FONTE DE ENERGIA E ESTIMULANTE PARA POPULAÇÃO ACADÊMICA

AUTOR PRINCIPAL:

CAROLINE JOANA CORNELIUS

E-MAIL:

caroljoana@ibest.com.br

TRABALHO VINCULADO À BOLSA DE IC::

Não

CO-AUTORES:

Fabiéli Zanuzzi; Jéssica Küntzer; Rejane Conrad; Tatiéli Sella

ORIENTADOR:

Branca Maria Aimi Severo

ÁREA:

Ciências Biológicas e da Saúde

ÁREA DO CONHECIMENTO DO CNPQ:

020306008

UNIVERSIDADE:

Universidade de Passo Fundo

INTRODUÇÃO:

A composição química do guaraná apresenta vários princípios ativos, onde se destaca a cafeína com teor de 5%. Muitos pesquisadores comprovam as propriedades benéficas da planta. Além disso, o guaranazeiro é considerado sagrado pelos índios da tribo dos Mauês (AM), que o utilizavam como suprimento de guerra, durante o longo percurso que separava as aldeias, mastigavam a semente para aumentar sua vitalidade. O guaraná (*Paullinia cupana* Kunth) é planta nativa da mata amazônica brasileira. O guaraná é um arbusto ou cipó, da família Sapindaceae que pode ser reconhecido pelas folhas pinadas e pelos frutos (cápsulas) de cor vermelha, apresentando a semente com coloração marrom-escura e no centro, que é envolvida por uma polpa branca. Explorado para diferentes fins, é comercializado em forma de refrigerantes e, como estimulante, em cápsulas e pós. Buscou-se avaliar a demanda do uso do guaraná como estimulante natural, junto à população acadêmica da Universidade de Passo Fundo.

METODOLOGIA:

Foi elaborado e aplicado um questionário anônimo, constando perguntas sobre o uso, ou não, do guaraná como estimulante, a faixa etária, o sexo e o município dos entrevistados, a forma de preparo, a frequência e a obtenção do produto. Foram entrevistados 120 acadêmicos. Os questionários foram aplicados pelo próprio representante do grupo, durante o trajeto feito pelos alunos com o transporte dos municípios circunvizinhos, para a Universidade.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES:

Foram entrevistados 83 mulheres e 37 homens provenientes das cidades de Carazinho, Ibirubá, Selbach e Tapera. Destes, 40 (33%) faz uso de guaraná como estimulante, enquanto que 80 (66 %) não utilizam e/ou nunca o usaram com esta finalidade. A maioria diz fazer uso, em primeiro lugar, em dias de estresse devido às provas. Depois, buscam manter-se acordados e melhorar a memória. Do universo de acadêmicos que usa guaraná, a maioria tem idade entre 20 e 25 anos. Por outro lado, a forma de cápsula é a mais utilizada pelos entrevistados para a ingestão deste estimulante. As propriedades estimulantes do guaraná justificam-se principalmente pela elevada quantidade de cafeína. Tal propriedade é evidenciada com os benefícios proporcionados ao organismo para a memória, a vitalidade e o bem-estar (PANIZZA, 1992).

## CONCLUSÃO:

O consumo de guaraná como estimulante entre os acadêmicos da UPF é relativamente baixo, mesmo que o universo avaliado tenha sido entre os que têm desgaste em viagens diárias.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

PANIZZA, Silvio. Plantas que curam (Cheiro de Mato). 19ªed. São Paulo: IBRASA Instituição Brasileira de Difusão Cultural LTDA. 1999.

---

Assinatura do aluno

---

Assinatura do orientador