



FORMULAÇÃO BALA DE GOMA PROTEICA SABOR MORANGO
STRAWBERRY FLAVORED PROTEIN GUMMY CANDY FORMULATION
FÓRMULA DE GOMINOLAS PROTEICAS CON SABOR A FRESA



10.56238/bocav25n76-011

Adilvania Pereira

Estudante de Farmácia

Instituição: Faculdade UNA – Pouso Alegre

E-mail: adilvania@outlook.com

Byanca Fernandes dos Santos

Estudante de Farmácia

Instituição: Faculdade UNA – Pouso Alegre

E-mail: byancafernandess2005@gmail.com

Cauê Pereira Ottoni

Estudante de Farmácia

Instituição: Faculdade UNA – Pouso Alegre

E-mail: cauep.ottoni@gmail.com

Marcos Vinicios Soares

Estudante de Nutrição

Instituição: Faculdade UNA – Pouso Alegre

E-mail: 011markiin@gmail.com

Misleide dos Santos Silva

Estudante de Farmácia

Instituição: Faculdade UNA – Pouso Alegre

E-mail: misleide1@outlook.com

Wellington Vicente Miranda

Estudante de Farmácia

Instituição: Faculdade UNA – Pouso Alegre

E-mail: tectom123@icloud.com

Leilane Lima Gomes

Professora Orientadora

Instituição: Faculdade UNA – Pouso Alegre

E-mail: leilane.gomes@ulife.com.br

Angélica Aparecida Vieira Adami

Professora Orientadora

Instituição: Faculdade UNA – Pouso Alegre

E-mail: angelica.adami@prof.una.br

RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo formular uma bala de goma diferenciada e nutritiva. Foram elaboradas duas formulações até obter a textura ideal de goma, sendo a formulação com gelatina sem sabor diet a mais bem-sucedida. O produto final apresentou características organolépticas atrativas, incluindo proteína de alto valor biológico e ausência de açúcar adicionado, tornando-o uma opção saudável para pessoas com restrição ao consumo de doces e para indivíduos que buscam uma alimentação mais equilibrada. A bala de goma elaborada pode ser uma alternativa funcional e saudável no mercado, incentivando a busca por alimentos mais naturais e nutritivos.

Palavras-chave: Alimentação Equilibrada. Bala de Goma Saudável. Qualidade Nutricional. Produtos Naturais. Nutrição Funcional.

ABSTRACT

This research aimed to formulate a differentiated and nutritious gummy candy. Two formulations were developed until the ideal gummy texture was obtained, with the formulation using unflavored diet gelatin being the most successful. The final product presented attractive organoleptic characteristics, including high biological value protein and the absence of added sugar, making it a healthy option for people with restrictions on the consumption of sweets and for individuals seeking a more balanced diet. The developed gummy candy can be a functional and healthy alternative in the market, encouraging the search for more natural and nutritious foods.

Keywords: Balanced Diet. Healthy Gummy Candy. Nutritional Quality. Natural Products. Functional Nutrition.

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo formular una gominola diferenciada y nutritiva. Se desarrollaron dos formulaciones hasta obtener la textura ideal, siendo la formulación con gelatina dietética sin sabor la más exitosa. El producto final presentó atractivas características organolépticas, incluyendo un alto valor biológico de proteínas y la ausencia de azúcares añadidos, lo que lo convierte en una opción saludable para personas con restricciones en el consumo de dulces y para quienes buscan una dieta más equilibrada. La gominola desarrollada puede ser una alternativa funcional y saludable en el mercado, fomentando la búsqueda de alimentos más naturales y nutritivos.

Palabras clave: Dieta Equilibrada. Gominola Saludable. Calidad Nutricional. Productos Naturales. Nutrición Funcional.

1 INTRODUÇÃO

A rotina das pessoas tem se tornado mais saudável, a prática de exercícios físicos e melhora na alimentação se tornam mais comuns na vida de quem se dispõem a cuidar de sua saúde. Produtos naturais com grande fator nutritivo têm entrado no dia a dia das pessoas com mais sucesso. Este trabalho tem como intenção formular uma bala de goma que traga esses requisitos naturais e nutritivos para uma opção saudável à se somar na alimentação e na prática de atividades com objetivo de trazer melhora na qualidade de vida da população. Foram elaboradas duas formulações para a bala de goma, primeiro utilizando-se o agar-agar como gelificante, e posteriormente foi usado a gelatina sem sabor diet para sua formulação final. As balas de goma se apresentaram como um alimento rápido e prático para o dia a dia em uma rotina ativa sem renunciar à qualidade nutricional, elaborada com ingredientes naturais e sem adição de açúcar, sendo uma alternativa inteligente também para pessoas com diabetes ou que desejam controlar o consumo de doces. Além disso, traz proteína de alto valor biológico, essencial para a recuperação muscular e reparação equilibrada da massa magra.

2 METODOLOGIA

Para elaboração prática das balas de goma fizemos dois testes, primeiramente utilizamos o agar-agar como forma de gelificante, porém não alcançamos os resultados desejados, com isso partimos para o segundo teste, que utilizamos a gelatina sem sabor diet, e a partir dela conseguimos a consistência desejada para bala de goma.

Fluxograma 1 - Fluxograma de elaboração

| | | |
|--------------------------------|--|---|
| Higienização | Garantir a higienização completa dos ingredientes e dos utensílios | ↓ |
| Separação dos Ingredientes | Morango, beterraba, mel, proteína em pó concentrada do leite, gelatina sem sabor e suco Clight sabor morango | ↓ |
| Cozimento da Beterraba | Cozinhar a beterraba até ficar macia | ↓ |
| Processamento Inicial | Bater no liquidificador o morango e a beterraba até obter uma mistura homogênea | ↓ |
| Adição dos Complementos | Acrescentar mel, whey e suco Clight sabor morango | ↓ |
| Homogeneização com Aquecimento | Levar a mistura para uma panela em fogo baixo, mexendo até ficar bem homogênea | ↓ |
| Preparo da Gelatina | Hidratar a gelatina sem sabor e aquecer no micro-ondas até dissolver completamente | ↓ |
| Incorporação da Gelatina | Adicionar a gelatina à mistura na panela, mexendo até total incorporação | ↓ |
| Moldagem | Distribuir a mistura em formas de silicone depois levar à geladeira para solidificar | ↓ |
| Desenformar | Remover as gominhas das formas | ↓ |
| Embalagem Final | Acondicionar em embalagens plásticas adequadas | ↓ |

Fonte: Autores.

Tabela 1 - Insumos Alimentícios utilizados

| INSUMO | QUANTIDADE |
|--------------------|-------------------|
| Morango | 100g |
| Whey | 25g |
| Gelatina sem sabor | 24g |
| Mel | 20g |
| Beterraba | 5g |
| Suco de morango | 2g |

Fonte: Autores.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A busca por uma vida saudável tem aumentado a demanda por produtos naturais e nutritivos. A alimentação saudável é fundamental para fornecer nutrientes essenciais para o funcionamento do corpo, promovendo a saúde e proveniente disso prevenindo doenças, nesse contexto, os produtos naturais e nutritivos têm se popularizado como opções saudáveis para impulsionar a dieta e melhorar a qualidade de vida, sendo uma ótima opção de sobremesa, pós treino ou apenas para saciar a vontade de consumo de doces. As balas de goma podem ser reformuladas para se tornarem uma opção saudável e nutritiva, utilizando ingredientes naturais e eliminando o açúcar adicionado, às tornando uma opção inteligente para pessoas com diabetes ou que desejam controlar o consumo de doces. A gelatina e o agar-agar são gelificantes naturais que podem ser utilizados na produção de balas de goma saudáveis; a gelatina por si só é uma fonte de proteína de alto valor biológico, essencial para a recuperação muscular e manutenção da massa magra. Essa abordagem é uma opção para quem busca uma vida saudável e equilibrada.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A elaboração das balas de goma saudáveis foi bem-sucedida apenas com a utilização de gelatina sem sabor diet como gelificante. O produto final apresentou características nutricionais atraentes, incluindo proteína de alto valor biológico e ausência de açúcar adicionado, tornando-se uma opção saudável para pessoas com restrição ao consumo de doces e para aqueles que procuram ter uma alimentação mais equilibrada. A partir da elaboração, e finalização, foi possível criar a Rotulagem e a Tabela Nutricional da Bala de Goma, seguindo os critérios exigidos pela normativa.

Tabela 2 - Tabela Nutricional

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL | | | |
|---|--------------|-------------|-------------|
| Porções por embalagem: 1 Porção: 20 g (7 unidades) | | | |
| | 100 g | 20 g | %VD* |
| Valor energético (kcal) | 148 | 30 | 2 |
| Carboidratos (g) | 16 | 3,3 | 1 |
| Açúcares totais (g) | 0 | 0 | |
| Açúcares adicionados (g) | 0 | 0 | 0 |
| Proteínas (g) | 22 | 4,4 | 9 |
| Gorduras totais (g) | 1,1 | 0,2 | 0 |
| Gorduras saturadas (g) | 0 | 0 | 0 |
| Gorduras trans (g) | 0 | 0 | 0 |
| Fibras alimentares (g) | 1 | 0,2 | 1 |
| Sódio (mg) | 70 | 14 | 1 |

*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Fonte: Autores.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do desenvolvimento, foi possível comprovar que a formulação de uma bala de goma com características saudáveis é viável e eficaz. O produto final atende às necessidades de pessoas que buscam uma alimentação mais equilibrada, incluindo aquelas com restrição ao consumo de açúcar, como os diabéticos. Além de ser uma opção prática para o dia a dia, a bala de goma elaborada oferece proteína de alto valor biológico, contribuindo para a recuperação muscular e a manutenção da massa magra, especialmente para indivíduos com rotina de exercícios físicos. Conclui-se que este tipo de produto pode ser uma alternativa funcional e saudável no mercado, incentivando a busca por alimentos mais naturais e nutritivos.

REFERÊNCIAS

SANTOS, P. P. A. et al. Desenvolvimento e caracterização de sorvete funcional de alto teor proteico com ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata* Miller) e inulina. *Brazilian Journal of Food Technology*, Campinas, v. 25, e2020129, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bjft/a/f3d85NvxrtjqQ44hndj8qNG/?lang=pt>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução CNNPA nº 12, de 24 de julho de 1978. Aprova normas técnicas específicas relativas a alimentos e bebidas. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 25 jul. 1978.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Instrução Normativa nº 75, de 22 de outubro de 2020. Estabelece os padrões microbiológicos para alimentos. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 23 out. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução CNNPA nº 12, de 24 de julho de 1978. Aprova normas técnicas específicas relativas a alimentos e bebidas. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 25 jul. 1978.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 27, de 6 de agosto de 2010. Dispõe sobre as categorias de alimentos e embalagens isentos e com obrigatoriedade de registro sanitário. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 9 ago. 2010.