



## Efeito da Suplementação Alimentar com Extrato de Açaí Sobre a Cognição na Terceira Idade

Alana Nogueira Augusto<sup>1</sup>  
César Augusto<sup>2</sup>

Colégio Novomundo, Praia Grande – SP  
SESAP – Prefeitura Municipal de Praia Grande - SP

### Resumo:

**Introdução:** O Açaí (*Euterpe oleracea*) considerado pela ANVISA alimento nutracêutico (com propriedades nutritivas e terapêuticas) graças a sua grande quantidade de antioxidantes (flavonoides, antocianinas e compostos fenólicos). **Objetivo:** Avaliar o benefício da suplementação de Açaí sobre a cognição em pacientes da terceira idade através de ensaio clínico randomizado com estudo duplo-cego. **Metodologia:** Avaliação da cognição através do questionário MEEM (Mini Exame do Estado Mental) que foi aplicado em pacientes de uma Clínica Médica Multidisciplinar após aval Ético (processo 001/2018) e preenchimento do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (segundo a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde). Divididos em dois grupos: O primeiro (n1, com 17 indivíduos) com suplementação de Açaí em cápsulas (500 mg de 12/12 horas) e o grupo controle, (n2, com 15 indivíduos) que recebeu cápsulas placebo. Avaliados no início no estudo e após 4 e 8 semanas. **Resultados:** A média etária foi de 67 anos com escolaridade média de 8 anos (variando de 4 a 19 anos). A média inicial do MEEM no grupo Açaí (n1) foi de  $24,1 \pm 1,4$  e no grupo controle (n2)  $24,2 \pm 1,5$ , após 4 semanas verificou-se  $24,9 \pm 1,1$  no n1 e  $24,3 \pm 1,3$  no n2 e após 8 semanas  $26,8 \pm 1,0$  no n1 e  $24,6 \pm 1,1$  no n2. Notando-se que houve um incremento significativo ( $p < 0,05$ ) na pontuação do MEEM, na avaliação da oitava semana de uso no grupo com suplementação de Açaí (n1). **Conclusão:** Os resultados demonstram o potencial benéfico do uso de Açaí na cognição de pacientes na terceira idade e que esse benefício resulta de seu uso continuado.

**Palavras-chave:** Açaí; Antioxidantes; Nutracêuticos; Cognição.

---

<sup>1</sup> Estudante de terceiro ano do ensino médio, Colégio Novomundo, Praia Grande, SP.

<sup>2</sup> Médico Pós-Graduado do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto (USP), SESAP-Prefeitura Municipal de Praia Grande, SP.

<https://www.youtube.com/watch?v=94PwJBgFaLA>