

Maltodextrina: para que serve este ingrediente

Tem curiosidade de saber para que serve a maltodextrina? Veja qual é o papel desse ingrediente nos alimentos!



Ingredientes ativos

• 27 de setembro, 2022

A maltodextrina é um carboidrato e pode ser encontrada na lista de ingredientes de vários tipos de produtos, desde compostos lácteos destinados ao público infantil até suplementos naturais para adultos. Entenda a seguir para que serve e qual é o seu papel na formulação dos alimentos.

Antes de descobrir para que serve a maltodextrina, entenda o que é. Trata-se de um tipo de açúcar com moléculas maiores conhecido na nutrição como carboidrato complexo. Diferente de outros do mesmo tipo, é caracterizado por ter alto índice glicêmico, ou seja, o açúcar chega rapidamente no sangue para se transformar em energia.^{1,2}

Geralmente é obtido a partir da quebra do amido de milho. Outras características importantes da maltodextrina são seu sabor neutro, ou seja, não é doce e é altamente solúvel em água. Isto quer dizer que, é absorvida com facilidade pelo organismo e que se dissolve facilmente em um copo com água.^{1,3,4}

Conhecendo as características da maltodextrina, é possível entender, sem mitos, para que serve e qual é o seu papel nos alimentos.

Para que serve?

A fácil solubilidade da maltodextrina explica qual é a finalidade de incluir o ingrediente em alimentos em pó, sejam eles, para adultos ou crianças.^{1,3} É possível observar a malto na lista de ingredientes, desde fórmulas infantis e compostos lácteos, até suplementos em pó ou encapsulados para adultos.

Solubilidade para alimentos em pó

Normalmente, produtos como leite em pó ou chá em pó, são fabricados por secagem por spray dryer. Esta técnica tem sido empregada na indústria por que é eficaz em manter o alimento sem sofrer o ataque de microorganismos, o que aumenta consideravelmente seu tempo de armazenamento. Outra vantagem do spray dryer é manter características do alimento, como sabor e propriedades nutricionais e garantir solubilidade instantânea. ⁴

A maltodextrina é utilizada para ajudar na secagem, assim como, pode-se utilizar gomas naturais, gelatinas e derivados de leite. Contudo, este carboidrato acaba sendo o preferido por ter todas as características necessárias para auxiliar neste processo e facilitar na solubilidade. ^{3,4}

Protege os compostos ativos da fórmula

Outra vantagem da maltodextrina que faz ser a primeira opção em encapsulados e suplementos é sua capacidade de formar um filme. Assim, a maltodextrina protege compostos ativos da formulação para não oxidarem e perderem sua ação. ^{2,4}

Papel nutricional como fonte de energia

A maltodextrina serve como fonte de energia para o corpo, sendo este seu papel nutricional. Por este motivo, é amplamente usada como suplemento esportivo. ¹

A ingestão de maltodextrina antes, durante e após os exercícios físicos proporciona o aumento na glicemia, manutenção dos níveis de glicose sanguínea e aumento dos estoques de glicogênio muscular durante exercícios intensos e prolongados. Por este motivo, também é amplamente utilizada como suplemento esportivo. ¹

Em produtos destinados ao público infantil, como fórmulas e compostos lácteos, pode fornecer carboidratos, necessários para a energia na infância, na medida certa. A maltodextrina é um dos poucos carboidratos que podem ser adicionados em fórmulas infantis, atendendo à requisitos das legislações vigentes no Brasil. ⁵⁻⁷

E você, já sabia que a maltodextrina serve para tudo isso?

Referência Bibliográfica

1. BARROS, Sâmela Leal et al. Qualidade físico-química e textural de geleias elaborados com morango, pimenta e maltodextrina. Research, Society and Development, v. 9, n. 1, p. e153911868-e153911868, 2020.
2. BARROS, Sâmela L. et al. Influence of pulp, sugar and maltodextrin addition in the formulation of kiwi jellies with lemon grass tea. Journal of Agricultural Science, v. 11, n. 15, p. 125, 2019.
3. LOURENÇO, Sofia C.; MOLDÃO-MARTINS, Margarida; ALVES, Vítor D. Microencapsulation of pineapple peel extract by spray drying using maltodextrin, inulin, and arabic gum as wall matrices. Foods, v. 9, n. 6, p. 718, 2020.
4. ZANOELO, Maiara et al. Encapsulamento do extrato de erva-mate (Ilex paraguariensis) tostada por spray drying utilizando maltodextrina e β -glucana como material de parede. 2022. Dissertação de Mestrado. Universidade Tecnológica Federal do Paraná.
5. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução nº 44, de 19 de setembro de 2011. Regulamento técnico para fórmulas infantis de seguimento para lactentes e crianças de primeira infância. Diário Oficial [da] Republica Federativa do Brasil. Brasília, DF, 21 ago. 2011; Seção 1.
6. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução nº 46, de 19 de setembro de 2011. Regulamento técnico sobre aditivos alimentares e coadjuvantes de tecnologia para fórmulas infantis destinadas a lactentes e crianças de primeira infância. Diário Oficial [da] Republica Federativa do Brasil. Brasília, DF, 21 ago. 2011; Seção 1.
7. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução nº 47, de 25 de setembro de 2014. Altera a Resolução da Diretoria Colegiada - RDC no 44, de 19 de setembro de 2011, que dispõe sobre o regulamento técnico para fórmulas infantis de seguimento para lactentes e crianças de primeira infância. Diário Oficial [da]