

AVALIAÇÃO QUALITATIVA DO FIGO À COLHEITA

Claudia Sánchez

Doutora em Biologia

Investigadora Auxiliar do Instituto Nacional de Investigação Agrária e Veterinária (INIAV, IP) na área de Qualidade e Fisiologia de Pós-Colheita.

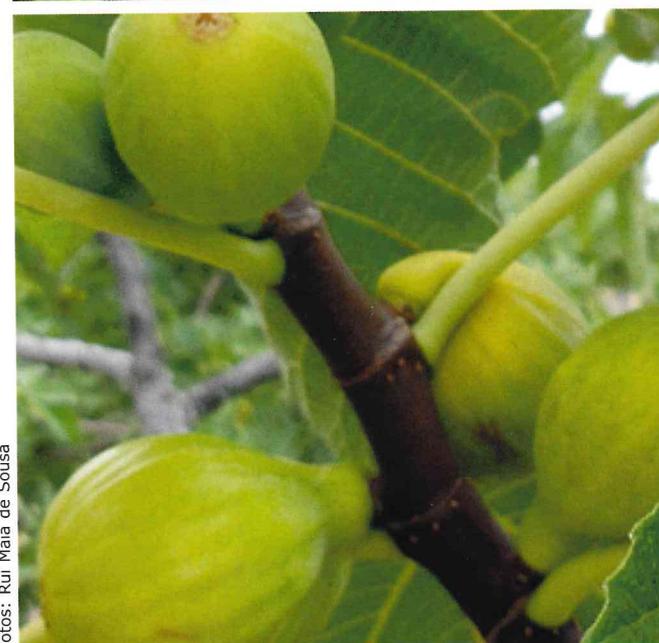
claudia.sanchez@iniav.pt

O figo, fruto da figueira (*Ficus carica* L) é originário da região do Mediterrâneo, sendo um dos frutos mais consumidos desde a Antiguidade. Estamos perante um fruto muito apreciado pelas suas características nutricionais e gastronómicas, com a vantagem adicional de poder ser consumido tanto em fresco, como em seco, possibilitando inúmeras formas de apresentações culinárias. No entanto, durante algum tempo permaneceu um pouco “esquecido”, ou em segundo plano relativamente a outros frutos frescos, mas o reconhecimento da sua elevada qualidade como alimento veio despertar novamente o interesse pelo seu consumo.

Relativamente à sua composição nutritiva, o figo fresco, apresenta um teor elevado de água, que pode variar entre 80 e 85% do peso bruto do fruto. Embora apresente um alto teor calórico face ao seu elevado conteúdo de açúcares, é um fruto muito rico em fibras e em minerais como o cálcio, magnésio e potássio, o que lhe confere características nutricionais recomendáveis para uma alimentação equilibrada. O figo é também caracterizado por conter teores razoáveis de vitaminas C, B1 e B2 e provitamina A. Assim, o seu consumo em quantidades moderadas constitui uma excelente opção para uma dieta saudável.

Com o objetivo de melhorar a qualidade e produtividade dos figueirais através da modernização das técnicas culturais utilizadas e da eficiente utilização do solo, recentemente foi criado o Grupo Operacional GoFigoProdução, financiado pelo Programa de Desenvolvimento Rural 2014-2020. Entre as técnicas culturais avaliadas destacam-se a fertilização, a poda e a manutenção do coberto vegetal natural.

Assim, após a colheita, os frutos são analisados em laboratório com o intuito de avaliar o efeito das diferentes técnicas culturais na qualidade dos mesmos. Os parâmetros analisados são aqueles considerados de maior importância pelos consumidores, que no



Fotos: Rui Maia de Sousa



Figura 1 – Determinação de parâmetros biométricos do fruto (Fotos: Joana Afonso)

caso do figo são o tamanho, a cor da epiderme e da polpa, o sabor e a consistência.

Relativamente à cor da epiderme, este fruto apresenta diferentes tonalidades, que estão relacionadas com a cultivar e o grau de maturação. Os mais comuns são os “figos brancos”, com tonalidades que vão desde o esverdeado ao amarelado, e os “figos pretos” que apresentam tons entre o violáceo ou roxo, e o negro. Além da medição da cor, realizada mediante a utilização de um colorímetro, são avaliados o peso, a altura e o diâmetro equatorial dos frutos (Figura 1).

O teor em sólidos solúveis totais (SST) é outro parâmetro muito importante no momento de aferir a qualidade dos figos, já que está diretamente correlacionado com o sabor. Os SST indicam o conteúdo em açúcares totais do fruto, que no caso do figo são a sacarose, a glucose e a frutose, sendo a glucose o açúcar que se encontra em maior proporção. A determinação dos SST do sumo do fruto é realizada mediante um refratómetro e os valores são expressos em graus Brix ($^{\circ}\text{Bx}$), sendo que 1°Bx equivale a 1 g de açúcar por 100 gramas de solução (sumo). O conteúdo em SST depende do grau de maturação e da cultivar. Por exemplo, um figo maduro da cultivar “Pingo de mel” contém entre 20 e 25°Bx , enquanto um figo “Preto de Torres Novas” pode alcançar valores de 22 a 32°Bx . Assim, 100 gramas de fruto fresco podem conter entre 20 e 32 gramas de açúcar, o que equivale a cerca de 4-6 pacotes de açúcar de café. Tendo em conta que o açúcar maioritário é a glucose, o figo constitui um excelente alimento para todas aquelas pessoas que precisem de um aporte extra de energia, como é o caso de grávidas, crianças e adolescentes, desportistas e pessoas com elevada atividade física e intelectual, já que ajuda a evitar situações de fadiga.

O outro indicador de qualidade dos figos é a consistência ou dureza, que pode variar entre mole, firme ou duro. A determinação da dureza baseia-se na compressão do fruto e medição da força aplicada, avaliada através de um equipamento específico, o texturómetro (Figura 2). Este parâmetro varia com a cultivar e é influenciado pelo grau de maturação do fruto, embora outros fatores, como as condições climáticas antes da colheita, possam influenciar também a consistência dos figos.

Para cada variedade, devem de ser determinados valores para os diferentes parâmetros de qualidade mencionados, o que permitirá



Figura 2 - Determinação da dureza dos frutos (Foto: Joana Afonso)

estabelecer a data ótima de colheita. Por sua vez, esta data deverá ser também definida consoante o tipo de utilização e o destino que se dará ao fruto, isto é, para consumo em fresco ou seco, ou para mercado interno ou exportação. É de salientar também que a conservação dos frutos durante o período de pós-colheita estará fortemente condicionada pela qualidade dos frutos à colheita.

Pub.

TECFRESH

II FEIRA TECNOLÓGICA PARA FRUTAS E HORTÍCOLAS
II FRUITS AND VEGETABLES TECHNOLOGICAL TRADE FAIR

WWW.TECFRESH.PT

SANTARÉM CNEMA
15 A 17 NOV





BATATA-DOCE **ganha espaço** **nos agroindustriais**

