



Melhorando a atividade cognitiva com o uso da geleia real: Revisão

Júlio César de A. Espíndola¹; Bruna Costa Furtado²; Sara Felícia Queiroz Lima³; Enzo Gabriel Farias do Nascimento⁴; Rachel Oliveira dos Santos⁵; Luan Barbosa Claudino; Thyago Araújo Gurjão⁶; Francisco de Assys Romero da Mota Souza⁷; Larissa Silva Nelo Oliveira⁸; Nágela Maria Henrique Mascarenhas⁹

¹Medicina Veterinária, FRCG Campus Campina Grande; E-mail: jcaespindola10@gmail.com; ²Medicina Veterinária, FRCG Campus Campina Grande; ³Medicina Veterinária, FRCG Campus Campina Grande; ⁴Medicina Veterinária, FRCG Campus Campina Grande; ⁵Medicina Veterinária, FRCG Campus Campina Grande; ⁶Professor FRCG, Médico Veterinário, UFCG Campus Campina Grande; ⁷Professor FRCG, Engenheiro agrônomo, Doutor em agronomia, UFPB Campus João Pessoa; ⁸Professora FRCG, Médica veterinária, UFPB Campus João Pessoa; ⁹Professora FRCG, Doutora em engenharia agrícola, UFCG campus Campina Grande;

RESUMO: A geleia real é um produto natural, produzido pelas abelhas considerado o alimento inicial dos embriões das abelhas e a única comida da abelha rainha por toda a sua vida. Ela é composta por uma rica composição de proteínas, açúcares, lipídeos, todas as vitaminas do complexo B, vitamina D e vitamina E. E é devido a esta composição única de ingredientes que a geleia real fornece tantos benefícios para a nossa saúde. Uma curiosidade atribuída a geleia real é a longevidade das abelhas Rainhas, que se alimentam exclusivamente deste alimento durante toda a sua vida. A geleia real é produzida pelas abelhas operárias jovens, que possuem glândulas especializadas capazes de secretar esta substância. O processo natural de produção garante a sua pureza e potência, fazendo dela um produto altamente valorizado por aqueles que buscam uma vida saudável. Diversos estudos têm revelado a eficácia da geleia real no combate a uma variedade de doenças, destacando-se como uma ferramenta poderosa não só para tratamento, mas também para a prevenção de eventuais doenças futuras. Estudos mostram que seu poder antioxidante contribui para melhora da memória e redução de sintomas depressivos, destacando-se como um componente vital para a saúde mental e cognitiva. A importância de estudos relacionados a área cognitiva demonstram a necessidade de desenvolvimentos e práticas alimentares onde sejam capazes de favorecer saúde e bem-estar para os seres humanos e animais.

Palavras-chave: Saúde; Mental; cognitivo; geleia

Improving cognitive activity using royal jelly: Review

ABSTRACT: Royal jelly is a natural product, produced by bees, considered the initial food for bee embryos and the only food for the queen bee throughout her life. It is made up of a rich composition of proteins, sugars, lipids, all B vitamins, vitamin D and vitamin E. And it is due to this unique composition of ingredients that royal jelly provides so many benefits to our health. A curiosity attributed to royal jelly is the longevity of Queen bees, which feed exclusively on this food throughout their lives. Royal jelly is produced by young worker bees, which have specialized glands capable of secreting this substance. The natural production process guarantees its purity and potency, making it a highly valued product by those seeking a healthy life. Several studies have revealed the effectiveness of royal jelly in combating a variety of diseases, standing out as a powerful tool not only for treatment, but also for preventing possible future illnesses. Studies show that its antioxidant power contributes to improving memory and reducing depressive symptoms, standing out as a vital component for mental and cognitive health. The importance of studies related to the cognitive area demonstrate the need for developments and dietary practices that are capable of promoting health and well-being for humans and animals.

Keywords: Health; Mental; cognitive; jelly