



Concurso Conexão Planeta de Fotografia de Natureza 2022: faça já sua inscrição!



Bioconecta

Jambú na comida ou na bebida elimina até cálculos de vesícula

de Liana John



As receitas culinárias mais conhecidas, feitas com jambú (*Acmella oleracea*), são paraenses: tacacá (caldo de mandioca brava, goma de tapioca, jambu e camarões) e pato no tucupi (molho de mandioca brava e jambu cozido). Em muitas casas de ribeirinhos amazônidas, o óleo de jambú é tempero de cozinha e mesa. As versões gastronômicas mais urbanas incluem pizzas, refogados e até cachapa de jambú, devidamente engarrafada e etiquetada como produto artesanal da Amazônia, como a vendida no mercado de Porto Velho (RO).

Em todos esses pratos e bebidas, a marca registrada da planta é fazer os lábios tremerem e causar dormência na língua ou certa ardência, embora um pouco diferente da pimenta. Como alimento, o jambú é rico em cálcio, fósforo, ferro, vitaminas B1, B2, B3 e C.

Mas as folhas e os talos dessa erva de muitos nomes comuns têm outras serventias, sobretudo entre os adeptos dos fitoterápicos. Mascar jambú ou tomar o "lambedor" (infusão de jambú com chicha), por exemplo, minimiza vários problemas de boca e garganta, incluindo dor de dente. Chás e macerados ainda servem como poderosos diuréticos e ajudam a dissolver cálculos da vesícula biliar, conforme uso popular secundado pelo doutor em Química Orgânica e tecnólogo sênior da Fundação Oswaldo Cruz, Benjamin Gilbert. A única contraindicação de consumo é para mulheres grávidas, pois o jambú provoca contrações do útero e pode ser considerado abortivo.

Entre os bioquímicos, vários pesquisadores trabalham para aperfeiçoar os processos de extração de componentes bioativos da espécie, com destaque para o espilantol, cuja fama se espalhou quando este composto passou a ser a base dos produtos antienvhecimento da linha Chronos da Natura. Segundo divulgação feita pela empresa de cosméticos, o espilantol reduz microrrugos da pele do rosto, contribuindo para eliminar rugas e suavizar linhas de expressão.

Na região de origem – Brasil, Colômbia, Guianas e Venezuela – o agrão-do-pará, agrão-do-norte, agrão-do-brasil, jambuá ou abecedária cresce em várzeas, até os 30 centímetros de altura, formando uma folhagem densa bem verde. As flores são amarelas e se autopolinizam (são hermafroditas). Como no caso do manjerição e da alfafa, existe uma variedade de folhas arroxeadas. E as inflorescências dessa variedade têm um pouco de rosa no centro.

Quando o espilantol começou a ser utilizado em maior escala pela indústria cosmética, surgiram plantas comerciais em outras regiões do Brasil, como Rio de Janeiro, no município de Trajano de Moraes, e São Paulo, em Pratânia, Ribeirão Preto, Botucatu e Jaboticabal. A planta é produtiva e pode ser cultivada em sistema de hidroponia, segundo informa o pesquisador Alfredo Homma da Embrapa Amazônia Oriental. Na Bahia também se planta jambú, mas para uso religioso (candomblé) em banhos de ervas, com os nomes comuns de oripepê, pimenta-d'água ou pingo-de-ouro. Existem ainda cultivos em outros países, como Madagascar, Índia e China, entre outros.

Em resumo, trata-se de uma verdadeira espécie-curinga da biodiversidade brasileira, que merece ser melhor conhecida e mais apreciada entre nós.



Fotos: Phyzoem/CCWikimedia (inflorescência de jambú) / Isabel Cristina da Silva (cachapa de jambu, Porto Velho – RO)



Liana John
jornalista ambiental há mais de 30 anos, escreve sobre clima, ecossistemas, fauna e flora, recursos naturais e sustentabilidade para os principais jornais e revistas do país. Já recebeu diversos prêmios, entre eles, o Embapa de Reportagem 2015 e o Reportagem sobre a Mata Atlântica 2013, ambos por matérias publicadas na National Geographic Brasil.

Compartilhe isso:



Digite seu comentário aqui...

Demarcação já: videoclipe reúne músicos e artistas em música-prece pelos índios

Último rinoceronte branco do planeta busca parceira no Tinder para salvar sua espécie

Você pode gostar também



Emanuel Burger: crescendo longe do plástico

6 de junho de 2018



Casal reaproveita sobras de madeira que iriam para o lixo para fabricar casas de passarinhos lindas e criativas

9 de dezembro de 2021



Orca imita palavras em estudo sobre a comunicação dos animais

1 de fevereiro de 2018

Blog Bioconecta

A jornalista Liana John apresenta a biodiversidade de nosso cotidiano. Não se trata de uma promessa para um futuro distante. Mas a riqueza de espécies já convertidas em alimentos, cosméticos, corantes, música, tecnologias ou inspiração. Um bem comum que podemos proteger com nossas opções de consumo.

Editorias

- Alimentação
- Amazônia
- Bichos
- Cidades
- Cultura
- Direitos Humanos
- Educação
- Energia
- Entrevistas
- Meio Ambiente
- Moda
- Mudanças Climáticas
- Mulheres
- Notícias
- Povos Indígenas
- Resíduos
- Saúde

Assine o feed



Receba novidades por e-mail

Digite seu endereço de e-mail para assinar o Conexão Planeta e receber notificações de novas publicações por e-mail.

Endereço de e-mail

Clique para concluir

Mais lidos

Namoro constante de Aracy e Acerola, onça "adotada" por Richardson, cria expectativa para nascimento de novo filhote: no Pantanal

Celebração pelo nascimento de anta-malaia, espécie que perdeu 50% de sua população nos últimos 40 anos

Artista americano retrata Wandinha e a 'Família Addams' como negros e as imagens viralizam nas redes sociais

Concurso Conexão Planeta de Fotografia de Natureza 2022: as inscrições já estão abertas! Faça já a sua!

Cientistas descobrem algo mais que conecta os polvos aos seres humanos

Siga no Facebook

Siga no Twitter

Conexão Planeta @conexaoplaneta · 57 mil

A oceanógrafa brasileira Camila Revesles vence prêmio Internacional de Inovação com startup de #agriculturassalina 🌊🌱 Durante o #meioambiente em #riodejaneiro, ela descobriu a #salicómia (#asparagomarinho), muito apreciada na #gastronomia 🍷👩🏫👩🏫👩🏫

Veja mais no Twitter

Posts recentes

A oceanógrafa brasileira Camila Revesles vence prêmio Internacional de Inovação com startup de agricultura salina 12 de dezembro de 2022.

Imagens recentes confirmam crise humanitária vivida pelos Yanomami devido ao garimpo e à falta de assistência de saúde 12 de dezembro de 2022.

Salto desafiado de filhote de leão é o grande vencedor do Concurso Wildlife Photography 2022 11 de dezembro de 2022.

Celebração pelo nascimento de anta-malaia, espécie que perdeu 50% de sua população nos últimos 40 anos 9 de dezembro de 2022.

Páginas

- POLÍTICA DE PRIVACIDADE
- Sobre
- Quem Somos
- Nosso logo
- Editorias
- Blogs
- Parceiros
- Rascunho
- Contato

Arquivos

Selecionar o v

Pesquisa

Pesquisar