



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



Bioconecta

### Ginseng brasileiro age contra a fadiga e favorece a memória

31 de março de 2017 Liana John



As plantas são diferentes, de gêneros diversos, originárias de continentes muito distantes, mas possuem compostos bioativos semelhantes, geralmente obtidos das raízes, cuja aparência também é bem semelhante. Por isso as fâllas - espécies brasileiras do gênero *Pfaffia* e da família *Amaranthaceae* - ganharam o apelido de *ginseng* - nome comum de espécies chinesas e coreanas do gênero *Panax* e da família *Araliaceae*. É como o ginseng asiático, esse *ginseng brasileiro* pode ser tomado em chás ou cápsulas para combater a fadiga, o estresse; melhorar a memória, a atenção, a concentração e a visão, e até como fortificante muscular e afrodisíaco. É um tônico estimulante para todos! E, aliás, "paratudo" é outro de seus nomes comuns.

Entre as várias espécies de fâlla de ocorrência no Brasil, duas são cultivadas como plantas medicinais: *Pfaffia glomerata*, nativa em áreas restritas do Mato Grosso, Mato Grosso do Sul, Amazonas, Pará, Amapá e Ceará, e *P. paniculata*, de distribuição mais ampla, no biomas Amazônia, Cerrado e Mata Atlântica. Ambas são arbustos de pequeno porte, com folhas alongadas e florzinhas brancas, aglomeradas em pomposos. É fácil confundir as duas e muitas vezes se encontra uma espécie rotulada como a outra no comércio de fitoterápicos.

A coleta das fâllas na natureza é proibida, para evitar superexploração e extinções locais. Diversos pesquisadores se dedicam a estudos sobre a propagação do ginseng brasileiro, como é o caso do doutor em Biologia Molecular e Fisiologia Vegetal, **Fernando Teixeira Nicoloso**, da *Universidade Federal de Santa Maria*, no Rio Grande do Sul. "Em geral, o ginseng brasileiro é produzido em condições de campo, principalmente em São Paulo, e depois é embalado pela indústria em cápsulas. Mas é possível melhorar as técnicas de cultivo para reduzir o extrativismo (legal)", comenta o pesquisador.

Nicoloso obteve bons resultados com a micropropagação e a propagação massal ou clonal de fâllas em laboratório, ao trabalhar junto com estudantes de pós-graduação. Eles confirmaram, inclusive, a possibilidade de induzir maiores concentrações dos compostos bioativos nas mudas produzidas *in vitro*. "Diversos fatores podem influenciar a produção de substâncias consideradas medicinais, como saponinas e beta-estosterona, no caso da *Pfaffia glomerata*. Em algumas situações (que podem ser induzidas), a planta aumenta a produção de determinados compostos para se defender, por exemplo, do estresse derivado da existência de elementos indesejáveis encontrados no solo, como alumínio (solos ácidos) ou mercúrio (poluição) ou cobre e zinco (contaminação por pesticidas)", explica o especialista.

Por enquanto, ele ainda avalia se a indução aumenta as concentrações de compostos bioativos desejáveis - como antioxidantes e estimulantes - sem elevar a níveis tóxicos os elementos estressantes - como os metais pesados. Se tudo correr bem, no futuro as indústrias farmacêuticas poderiam obter os princípios ativos de que precisam em cultivos biotecnológicos controlados, eliminando o risco de superexploração do extrativismo sem manejo e eliminando também o risco de coleta na natureza de plantas com altos níveis de elementos tóxicos (caso tenham crescido sobre solos contaminados, por exemplo).

"No Brasil, não existe controle de qualidade de alimentos quanto à concentração de metais tóxicos", pondera Fernando Nicoloso. "E deveria existir. Não só para alimentos, mas para qualquer tipo de produto de consumo, como é o caso de plantas medicinais. Temos que evoluir".



Fotos: Paulo Pedro P. R. Costa/CC Wikimedia (folhas e flores de *Pfaffia glomerata*, ao alto, e raízes de ginseng brasileiro, acima)



**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 *Emprego de Reportagem 2015* e o *Reportagem sobre a Mata Atlântica 2013*, ambos por matérias publicadas na *National Geographic Brasil*.

Compartilhe isso:

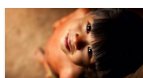


Digite seu comentário aqui...

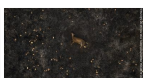
← Seio gigante infalível, em Londres, questiona preconceito contra amamentação em público

El Salvador é primeiro país do mundo a proibir mineração de ouro e outros metais →

#### ➤ Você pode gostar também



**Parlamentares da Câmara dos Deputados e do Senado derrubam veto de Bolsonaro e 19 de abril, agora, é 'Dia dos Povos Indígenas'**  
5 de julho de 2022



**Fotógrafo brasileiro está entre vencedores do World Press Photo com imagens da tragédia dos incêndios no Pantanal**  
12 de março de 2021



**O gengibre guarda o sol em suas raízes**  
14 de novembro de 2017

#### Blog Bioconecta

A jornalista Liana John apresenta a biodiversidade do 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
- Entretenimento
- Meio Ambiente
- Moda
- Mudanças Climáticas
- Mulheres
- Notícias
- Povos Indígenas
- Rodovias
- 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

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

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

Cientistas descobrem algo mais que conecta os polvos aos seres humanos

#### Siga no Facebook

#### Siga no Twitter

#### Tweets de @conexoplaneta

**Conexão Planeta** @conexoplaneta · 1 h  
Já fez sua inscrição? Você só tem mais DOIS DIAS para concorrer a prêmios incríveis! Participe do #ConcursoConexãoPlaneta de #Fotografia de #Natureza, mostre seu talento e nos ajude a promover e reconhecer a #biodiversidade brasileira! 📸🌿🐦🐾  
bit.ly/3FhGZP



Veja mais no Twitter

#### Posts recentes

- A oceanógrafa brasileira Camila Reveles 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 desajustado de filhote de leão é o grande vencedor do Comedy Wildlife Photography 2022 11 de dezembro de 2022
- Celebração pelo nascimento de anta-malata, 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 Razunho
- Contato

#### Arquivos

Selecionar 0

#### Pesquisa

Pesquisar

