

BAOBÁ: PROPRIEDADES E CURIOSIDADES DESTA ÁRVORE TÃO MAJESTOSA

- Atualização: 16/03/2017
- Por Alice Branco
- (Compilado, revisado e ampliado pelo Dr. Afonso Celso Candeira Valois em 10/12/2018)



Toda a planta é útil e o mais importante é a gente conhecer as suas propriedades. **O baobá** ainda não é uma planta que se cultive no Brasil em escala (Dr. Afonso Valois), mas muitos outros povos o usam **como alimento e medicina**. Conheça aqui algumas histórias interessantes sobre os baobás.

[O que é o baobá, uma das mais antigas e maiores árvores que existem](#)

[A maior árvore do continente africano - um reservatório de água boa e alimento farto, os baobás podem alcançar a idade de 6 mil anos de vegetação. Também existem baobás na Austrália](#) e em outros países.

[São 8 as espécies de baobás existentes e 6 dessas são originárias de Madagascar.](#)

[Outro nome dos baobás é imbondeiro \(ou embondeiro, nos países africanos de língua portuguesa\). O nome científico do gênero é *Adansonia*, da família Bombacaceae. Cada uma das espécies tem nome diferente, claro: *Adansonia digitata* é o baobá africano \(que, na verdade é originário de Madagascar\). O nome "baobá, ou baobab" vem do idioma árabe e quer dizer "pai de muitas sementes". A literatura informa que a espécie tem \$2n=160\$ cromossomos, enquanto que nas demais espécies do gênero o número é \$2n=88\$, de acordo com o Dr. Afonso Valois!](#)

[Baobás no Brasil](#)

[No Brasil há uma centena de baobás: Alagoas, Ceará, Pernambuco, Goiás, Mato Grosso e Rio de Janeiro são os estados onde há baobás plantados. Estas árvores foram trazidas da África, onde também são consideradas sagradas e têm significado importante para as nações de candomblé. Mais recentemente foi introduzida pelo Dr. Afonso Valois em canteiro central em frente à Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia \(Brasília-DF\), onde existem 3 plantas, sendo que uma delas](#)

começou a florir aos 17 anos de plantio, diferente do que é atestado pela literatura, que indica que um baobá tem início de floração e frutificação aos 50 anos, isto na África! Essa planta considerada de floração precoce teve a semente coletada pelo Dr. Afonso Valois em Angola, em uma bela população autóctone de árvores bem desenvolvidas, de onde muitas sementes foram obtidas, embaladas e logo conduzidas para Brasília (DF) para inicialmente passarem por estação de quarentena na Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia, antes do plantio definitivo em novembro de 1998. No ato do preparo das mudas em condições controladas de viveiro, apenas duas sementes germinaram, demonstrando que o baobá produz sementes recalcitrantes. A planta que vejeta em frente à guarita de entrada da Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia já possui um desenvolvimento espetacular, já tendo florado inicialmente aos 17 anos do plantio, conforme indicado anteriormente! As sementes das duas outras plantas que estão no canteiro central em frente à Unidade da Embrapa foram doadas por visitantes, sendo esses genótipos plantados em novembro de 1996, aos 22 anos da fundação dessa Unidade, conforme o Dr. Afonso Valois, então Chefe-Geral da Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia!

A seguir se encontram informações gerais sobre o baobá que se encontra no canteiro central em frente da guarita de entrada e saída de veículos da Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia, cujos dados inéditos foram cuidadosamente obtidos pelo Dr. Dijalma Silva, competente pesquisador dessa Unidade:

1. As primeiras flores apareceram em dezembro de 2015 – janeiro de 2016. Foram apenas 3 e não houve vingamento de frutos.

2. Em dezembro de 2016 – janeiro de 2017 a planta apresentou aproximadamente 15 flores.

Nesta ocasião, foram coletadas flores para confecção de exsicatas depositadas no herbário da Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia.

Houve vingamento de apenas um fruto que se desenvolveu de forma deformada como uma meia lua.

3. Em dezembro de 2017 – janeiro de 2018 a planta apresentou aproximadamente umas 20 flores.

Destas, dois frutos vingaram e foram coletados em julho de 2018 e encaminhados para a carpoteca do herbário dessa Unidade da Embrapa.

O fruto de maior dimensão apresentou 30 cm de comprimento, pedúnculo de 40 cm e diâmetro de 9 cm.

Mas, os frutos apresentavam aspectos de murchos, sugerindo não terem sido fertilizados.

Outro fato observado pelo Dr. Afonso Valois na população de baobá visitada em Angola foi a larga variabilidade genética quanto ao tamanho dos frutos produzidos, onde de acordo com a estrutura das flores (veja foto ao longo deste texto), tratar-se de uma população alógama, sendo a fecundação cruzada efetuada por moscas, morcegos, macacos e outros polinizadores naturais, conforme citado abaixo. Vale ressaltar como resultado auspicioso, que a semente coletada que originou a planta localizada em frente à guarita da Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia teve como origem um fruto com cerca de 80 cm de comprimento, quando a média gira em torno de 40 cm, de acordo com a figura abaixo, de acordo com o Dr. Afonso Valois. Espera-se que o citado genótipo possa também produzir frutos com o esse tamanho avantajado em outros estádios de desenvolvimento da planta, dependente do grau da herdabilidade do caráter, para este caso do baobá. Para outros cultivos, esse caráter tem se mostrado de alta herdabilidade, conforme o Dr. Afonso Valois. Vamos aguardar!

Ainda como algo inusitado, o Dr. Afonso Valois ficou bastante curioso *in loco* diante dos belos desenhos naturais expostos nos troncos dos genótipos de baobá em Angola, que ele considerou místicos, confirmando a fama secular diferenciada dessa planta maravilhosa!



[Baobá localizado em Recife \(PE\) - Fonte foto](#)

[Dizem que foi um baobá brasileiro que está na Praça da República de Recife \(foto acima\), que instigou Antoine de Saint-Exupéry a contar, no seu livro “O Pequeno Príncipe”, sobre “o perigo de baobás crescerem no pouco espaço do asteroide onde ele vivia.](#) Ainda mais como história alvissareira e curiosa, sabe-se que os espaços sob esta planta de Recife muitas vezes têm sido utilizados para despachos de macumba e rituais, conforme o Dr. Afonso Valois!

[Folhas, frutos e sementes alimentícias](#)



Baobá é uma árvore de grande porte que pode atingir até 30 metros de altura e mais de 7 metros de circunferência do tronco, que resiste a longos períodos de seca - suas terras de origem são savanas desérticas - e capaz de acumular muita água boa no seu tronco (120 mil litros). Devido ao tronco avantajado de um baobá, já se apreciou uma foto em que um norte-americano teve a iniciativa de instalar um barzinho em seu interior, conforme noticiou o Dr. Afonso Valois.

Suas folhas, frutos e sementes são muito nutritivos e têm propriedades medicinais usadas pelos povos africanos, aborígenes australianos e, naturalmente, pelo povo de Madagascar (que é uma ilha-país em frente à Moçambique).

O fruto do baobá, mucua, é considerado uma das super frutas, por ser um alimento rico e quase completo. Trata-se de uma cápsula seca (não tem suco - sendo assim uma baga na classificação botânica, de acordo com o Dr. Afonso Valois) e é usado como alimento. As folhas são usadas na alimentação, frescas ou cozidas, pois são muito nutritivas. Em Angola, devido a estas características fenotípicas de excelência, um baobá é considerado uma planta sagrada, conforme constatou *in loco*, o Dr. Afonso Valois. Ainda mais, a planta é caducifolia, perdendo as folhas especialmente nas épocas mais secas do ano. Devido ao aspecto fenotípico inusitado na fase adulta, os africanos de Angola costumam prosear que a planta está com as raízes voltadas para cima (Afonso Valois)!

As sementes são comidas tostadas ou transformadas em farinha. Das sementes, secas e moídas, também se faz uma bebida que lembra o café.

[As flores do baobá](#)



As flores do baobá geralmente só duram 1 dia, são compridas (podem atingir uns 20 cm), cheias de néctar e exalam cheiro de carniça pela presença de escatol - atraem enxames de moscas varejeiras e outros polinizadores mas, também participam desse circuito de vida os macacos (muitos vivem dentro dos troncos ocos, comem frutos e flores), além dos morcegos.

Histórias e lendas do baobá

Uma história sobre o baobá (contada pela minha neta que a leu no livro da diversidade) é assim:

"Se uma pessoa comer as sementes molhadas do baobá, ela terá proteção contra os crocodilos mas,

se uma pessoa se atrever a arrancar uma flor da árvore, morrerá devorada por um leão"

Esta historinha exemplifica bem o valor desta árvore para os povos africanos onde ela existe, não? As flores, que no geral duram só um dia, precisam ser, a todo custo, conservadas, para que gerem frutos, o alimento e a vida. Ainda mais, esta árvore é cheia de simbologias.

As simbologias do baobá

Para alguns povos, se alguém ao morrer for enterrado dentro do tronco de um baobá, se diz que seu espírito permanecerá lá enquanto a árvore estiver viva. Outra lenda diz que os galhos do baobá são habitados por espíritos.

Talvez estas lendas sejam originadas no misticismo africano de manifestações animistas (que honram as almas e incorporam espíritos) e, seja a razão da **sacralização desta árvore majestosa.**



[Colheita de frutos de Baobá - Fonte foto](#)

[Usos medicinais do baobá](#)

[O fruto do baobá é uma boa fonte de vitaminas \(especialmente vitamina C e vitaminas do complexo B\), fibras, aminoácidos essenciais e ferro. Também possui qualidades antisséptica, antibacteriana e retardadora do envelhecimento.](#)

[Resumidamente, as principais qualidades deste fruto e que fazem dele um alimento tão importante para as populações da região de origem são:](#)

- [É uma fonte de vitamina C](#)
- [Contém vitaminas do complexo B](#)
- [Fornece aminoácidos essenciais](#)
- [Contém muita fibra](#)
- [Rico em antioxidantes](#) (como as antocianinas- previnem contra o envelhecimento precoce das células)
- [Fonte de ferro](#)
- [Fonte de ácidos graxos essenciais](#)
- [Tem propriedades anti-inflamatórias](#)
- [Propriedades antibacterianas](#)
- [Antisséptico](#)
- [Propriedades anti-envelhecimento](#)

- [Propriedades desintoxicantes e depurativas](#)

- [Propriedades antidiarréicas](#)

- [Hepatoprotetor](#)

Como se usa o baobá

Os frutos e folhas do baobá são usados, **como alimento, de diferentes maneiras** pelas populações nativas dos países onde existe esta árvore. A polpa do fruto se desidrata naturalmente após maturação e é **reduzida a pó**.

- [seus frutos são consumidos *in natura*](#)

- [a água contida no tronco é aproveitada para beber e cozinhar](#)

- [as folhas são usadas tanto cozidas, como alimento, quanto para fins medicinais](#)

- [a polpa desidratada é usada para fazer mingau, pirão, engrossar sopas e molhos assim como em bolos, sorvetes, pudins, pão, cuscuz, iogurte e biscoitos.](#)

- [das sementes é extraído óleo vegetal. O baobá é também uma fonte de fibras têxteis, tintas vegetais e combustível.](#)

Usos medicinais do baobá

- [para tratar problemas de pele, erupções e queimaduras solares se usa o pó de polpa desidratada e o óleo de semente de baobá](#)

- [a ingestão do pó de baobá permite a recuperação do sistema imunológico e as funções orgânicas após esgotamento](#)

- [em barras de cereais \(desde 2008, aprovado pela União Europeia e reconhecido como alimento seguro pela FDA, desde 2009\)](#)

Onde comprar frutos e pó de baoba

Atualmente já se pode comprar pó de baobá **para uso como suplemento alimentar**, mas alerta-se para o fato de que tanto o óleo vegetal quanto a essência e o pó são bastante concentrados e podem, dependendo da sua sensibilidade, produzir **efeitos adversos** no seu organismo.

Uma organização sem fins lucrativos, a Baobab **Fruit Co.** do Senegal, comercializa o fruto na Europa e na América do Norte, enquanto que a **PhytoTrade** África tem planos para comercializar o fruto para benefício de cerca de 2,5 milhões de famílias mais pobres na África Austral.

Pela internet é possível comprar **na Amazon**, por exemplo. Mas é sempre melhor perguntar a um médico antes, sobre a necessidade e utilidade de se tomar este suplemento.

FONTE:

GreenMe- Farei bem à terra!