

ESTUDO SOBRE GENGIBRE NA MEDICINA POPULAR.

(NOTA TÉCNICA)

PALHARIN, Luiz Henrique Di Creddo

Acadêmico de Agronomia da FAEF

lhpalharin@terra.com.br

FIGUEIREDO NETO, Eliseu

Acadêmico de agronomia da FAEF

CAMARGO LOPES, Matheus Pereira

Acadêmico de agronomia da FAEF

BOSQUÊ, Gisleine Galvão

Docente da faculdade de agronomia e engenharia florestal – FAEF/ACEG

RESUMO

Registros históricos demonstram que as plantas medicinais já eram utilizadas muito antes de Cristo por vários povos, o *Zingiber officinale*, também conhecido como gengibre, sendo uma das plantas medicinais mais utilizadas, encontrado em florestas tropicais, sendo nativo do sudeste Asiático. Os Chineses acreditam que o chá de gengibre fortalece os pulmões e os rins, resolve problemas de colunas e articulações, cólicas menstruais. Apesar das crenças populares, hoje estudos comprovam seus benefícios.

Palavras chave: *Zengiber officinale*, planta medicinal.

ABSTRACT

Historical registrations demonstrate that the medicinal plants were already used a lot before Christ by several people, the *Zingiber officinale*, also known as ginger, being one of the medicinal plants more used, found at tropical forests, being native of the Asian southeast. Chinese believe that the tea of ginger strengthen the lungs and the kidneys, treat of columns and articulations problems, menstrual colics. In spite of the popular faiths, today studies prove their benefits.

Keywords: *Zengiber officinale*, medicinal plant.



1. INTRODUÇÃO

Desde a antiguidade, as plantas medicinais já eram utilizadas para a cura de inúmeras doenças. Registros históricos de cinco mil anos mostram que os sumérios já usavam ervas para fins medicinais. O primeiro livro sobre ervas já registrado data de 2700 A.C e vem dos chineses com uma lista de 365 plantas (Biazzi, 2003).

Originário das florestas tropicais, do Sudoeste da Ásia, hoje é cultivado nas Antilhas, Havaí, África, Austrália, e no Brasil (Cestari, 1998). No Brasil, o gengibre chegou menos de um século após o descobrimento. Naturalistas que visitavam o país achavam que se tratava de uma palavra nativa, pois era comum encontrá-la em estado silvestre. Os indígenas chamavam-na de mangaratiã ou magarataia.

Hoje, o gengibre é cultivado principalmente na faixa litorânea do Espírito Santo, Santa Catarina, Paraná e no sul de São Paulo, em razão das condições de clima e de solo mais adequadas.

Atualmente, a medicina progride em todos os sentidos, mas o interesse crescente pela fitoterapia e pela homeopatia como opções terapêuticas vem crescendo dia-a-dia (Oliveira, 1992). A fitoterapia consiste no conjunto das técnicas de utilização dos vegetais no tratamento de doenças e na recuperação da saúde. Como método terapêutico, a fitoterapia faz parte dos recursos da medicina natural.

Hoje, das 300 mil plantas conhecidas, umas 2000 são utilizadas pela medicina, e em todos os grandes centros comerciais do mundo (Biazzi, 2003). Calcula-se que o Brasil disponha de algo entre 60 a 250 mil espécies vegetais, onde 40% delas devem conter propriedades terapêuticas (Oliveira, 1992).

Uma das mais antigas plantas e populares plantas medicinais do mundo, *Zingiber officinale*, também conhecido como gengibre, utilizado na medicina popular de quase todos os povos do planeta. Nativa do sudeste Asiático encontrado em florestas tropicais. Na China, o chá de gengibre, de sabor desagradável, o uso é feito de modo que pedaços do gengibre fresco fervido em água são indicados para tratamento de gripes, tosses, resfriados e ressacas. No Japão, são realizadas massagens com óleo de gengibre para problemas nas articulações. Alguns fitoterapeutas têm recomendado



banhos e compressas quentes de gengibre para aliviar sintomas de gota, artrite, dores de cabeça, problemas de rins, cólicas menstruais e de coluna.

Estudos revelam como a produção de óleo de gengibre, a partir da destilação dos rizomas descartados na seleção, normalmente feito para exportações (Maia 1991).

O presente trabalho apresenta de maneira sintetizada a planta medicinal *Zingiber officinale*, suas denominações, nomenclatura científica, descrição botânica e fins medicinais.

2- CONTEÚDOS

Nome Popular: GENGIBRE

Nome Científico: *Zingiber officinale*

Família: Zingiberaceae

Origem: Ásia tropical

Sinonímia : Gengibre, gengivre, mangarataia e mangaratiá

Descrição: Planta herbácea, rizomatosa perene, raízes adventícias, folhas dísticas, sendo as basilares reduzidas, brácteas florais obovadas, cada uma envolvendo uma só flor curto pedicelada, rizoma de sabor picante.

Constituintes químicos principais: Gingerol, zingibereno (bactericida), β -bisaboleno, zingerona, β -felandreno, citral, canfeno e cineol.

Indicações: Estimulante gastrointestinal, aperiente, combate os gases intestinais (carminativo), vômitos e rouquidão. É tônico e expectorante. Externamente é revulsivo, utilizado em traumatismos e reumatismos.

Parte usada: Rizoma (raiz)

Preparo e dosagem:

- pulverizar o rizoma e ingerir contra vômitos;
- decocção – preparar com uma colher (chá) de raiz triturada em uma xícara (chá) de água. Tomar 4 xícaras (chá) ao dia;
- cataplasmas – bem moído ou ralado, amassado em um pano e deixar no local (para reumatismos e traumatismos na coluna vertebral e articulações).



- Rizoma fresco – mascar um pedaço (rouquidão);
- Tintura – cem gramas do rizoma moído em 0,5 litros de álcool, fazer fricções para reumatismos;
- Xarope – Pode ser ralado e adicionado a xaropes, juntamente com outras plantas.

Outros usos: Como condimento e na fabricação de conhaque.

Toxicologia: O uso externo deve ser acompanhado para evitar possíveis queimaduras.

3 - CONCLUSÃO

Os vários estudos realizados comprovam os efeitos benéficos dos princípios químicos presente no *Zingiber officinale* contribuem para o bem-estar das pessoas e dos animais nos mais diferentes casos.

4 - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BIAZZI, E. **O Maravilhoso poder das plantas**. Casa Publicadora Brasileira Tatuí-SP. 14 edição, 2003. 126p.

CASTRO, L. O. & CHEMALE, V. M. **Plantas Medicinais, condimentos e aromáticas: descrição e cultivo**. – Guaíba: Agropecuária, 1995. 196p.

O gengibre: Especiaria de Alta Qualidade. Disponível em: 12/09/007

www.jauinfo.com.br/artigo/ver.asp?id=137 Acesso em 12/09/2007

Gengibre Wikipedia. Disponível em:

pt.wikipedia.org/wiki/Gengibre. Acesso em 12/09/2007.

MAIA, N. B. Et al. **Obtenção e análise do óleo essencial do gengibre; efeito de secagem e processamento**. – Bragantia: 1991, vol. 50, n°1, p.83 – 92. ISSN 0006 - 8705

MARTINS, E. R. et al. **Plantas Medicinais**. – Viçosa: UFV, 2000. 220p.

