

JAMBOLÃO

www.infobibos.com/.../2008_1/Jambolao/Index.htm

JAMBOLÃO: A COR DA SAÚDE

*Tânia da Silveira Agostini-Costa
Dijalma Barbosa da Silva*

O jambolão (*Syzygium cumini* Lamarck), também conhecido como jamelão, pertence à família Myrtaceae, que inclui também espécies de outras frutas tropicais bastante consumidas no Brasil como a goiaba (*Psidium guajava* L.) e a pitanga (*Eugenia uniflora* L.).

Foto: Carlos A. R. Costa.



Frutos verdes, de vez e maduros de jambolão (*Syzygium cumini*).

Originário da Índia, o jambolão adaptou-se muito bem às condições de solo e clima do Brasil, tornando-se espécie subespontânea na região Nordeste. A árvore frondosa produz pequenos frutos ovóides, que são roxos quando maduros, parecidos com uma azeitona. O sabor é suave, sem aroma característico forte, embora um pouco adstringente ao paladar.

Na Índia, além de ser consumida in natura, a polpa do jambolão também é utilizada na produção de doces e tortas. O chá das folhas e das sementes da espécie também é muito conhecido na medicina popular indiana, principalmente pelos efeitos hipoglicemiantes. Diferentes estudos sugerem que o tratamento com o extrato da semente de jambolão reduz a glicemia de ratos diabéticos. Entretanto, segundo Oliveira e colaboradores (2005) o extrato das folhas de jambolão não apresenta o mesmo efeito.

A espécie cultivada como planta ornamental no Brasil, é muito comum nos canteiros e quadras de Brasília, DF. A coloração roxa da polpa dos frutos apresenta um grande impacto visual devido à presença de antocianinas, pigmentos antioxidantes hidrofílicos também encontrados em frutas como a uva (*Vitis* sp.) e o "blueberry" (*Vaccinium* sp.), que apresentam como vantagem a alta solubilidade em misturas aquosas. Entretanto, segundo a publicação Alimentos Regionais Brasileiros do Ministério da Saúde (2002), a

coloração arroxeadada provoca mancha nas mãos, tecidos, calçamentos e pinturas de carros, tornando-o pouco indicado para preencher espaços públicos.

Artigo publicado por J. Veigas e colaboradores na revista Food Chemistry em 2007 confirma a presença de três antocianinas principais identificadas como glucoglucosídeos da delphinidina, petunidina e malvidina. Segundo o artigo, os elevados teores de antocianinas

encontrados no jambolão (230mg/100g em base seca) são equivalentes aos teores encontrados nos "blueberries", recentemente classificados como a primeira comidite nutraceutica de grande valor comercial. Os resultados apresentados sugerem que a elevada atividade antioxidante do extrato de jambolão, aliado ao forte potencial corante do mesmo, com características desejáveis de solubilidade e estabilidade, poderiam estimular a incorporação do extrato como aditivo natural para ser empregado em alimentos e em formulações farmacêuticas.

Foto: Carlos A. R. Costa.



Flores de jambolão (*Syzygium cumini*).

A adstringência da polpa de jambolão deve-se à presença de taninos, compostos fenólicos de alto peso molecular, que também estão presentes em frutas como o caju (*Anacardium* sp.) e a banana (*Musa* sp.) verde. À medida que as frutas amadurecem, geralmente ocorre uma redução da adstringência, que é atribuída à perda de solubilidade do tanino. Porém, em pequenas proporções ou em combinação com outros componentes do alimento, a adstringência pode contribuir para um sabor desejável, como em vinhos feitos com cultivares de uvas pigmentadas. Os taninos, quando ingeridos em grande quantidade, podem precipitar proteínas, inibir enzimas digestivas e afetar a absorção de vitaminas e minerais; por isso, ainda podem ser considerados nutricionalmente indesejáveis. Entretanto, atualmente, os resultados negativos envolvendo esta classe de compostos fenólicos na alimentação têm sido revistos.

Diferentes moléculas de taninos, como aquelas presentes no chá verde, estão sendo apresentadas como detentoras de atividade anticarcinogênica e de efeito antimutagênico. Assim, não parece seguro estimular a ingestão de grandes quantidades de taninos, embora as pequenas quantidades naturalmente presentes nas dietas equilibradas com frutas e verduras pareçam ser benéficas para a saúde humana.

No Brasil, artigo publicado na Revista da sociedade Brasileira de Ciência e Tecnologia de Alimentos em 2006 avaliou a produção da geléia de jambolão. A geléia mostrou-se apreciada, após análise de aceitação sensorial por 50 provadores que se manifestaram positivamente nos atributos analisados. O atributo cor foi o que mais agradou aos provadores, já que o processamento não destruiu a antocianina presente na fruta. Segundo os autores, a produção da geléia de jambolão mostrou-se viável, principalmente para o pequeno produtor (Lago e colaboradores, 2006).

Referências Bibliográficas

VIEGAS, J. M.; NARAYAN, M. S.; LAXMAN, P. M.; NEELWARNE, B. Chemical nature, stability and bioefficacies of anthocyanins from fruit peel of *Syzygium cumini*. *Food Chemistry*, v. 105, p. 619-627, 2007.

LAGO, E. S.; GOMES, E.; SILVA, R. Produção da geléia de jambolão... *Ciência e Tecnologia de alimentos*, v. 26, p. 847-852, 2006.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Alimentos Regionais Brasileiros, 2002, 140.

Tânia da Silveira Agostini-Costa possui graduação em Farmácia pela Universidade Federal de Alfenas (1987), graduação em Farmácia pela Universidade Federal de Ouro Preto (1988), mestrado em Ciência de Alimentos pela Universidade Estadual de Campinas (1993) e doutorado em Ciência de Alimentos pela Universidade Estadual de Campinas (1996) . Atualmente é Pesquisador III da Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária - Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia. Tem experiência na área de Ciência e Tecnologia de Alimentos , com ênfase em Ciência de Alimentos. Atuando principalmente nos seguintes temas: vitaminas, HPLC, alimentos enriquecidos.

Contato: tania@cenargen.embrapa.br

Dijalma Barbosa da Silva possui graduação em Agronomia pela Universidade Federal de Lavras (1982) e mestrado em Agronomia (Fitotecnia) pela Universidade Federal de Lavras (1985). Atualmente é Pesquisador da Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária - Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia. Tem experiência na área de Agronomia. Atuando principalmente nos seguintes temas: práticas culturais, manejo, fertilidade, cultivare.

Contato: dijalma@cenargen.embrapa.br

Reprodução autorizada desde que citado o autor e a fonte

Dados para citação bibliográfica (ABNT):

AGOSTINI-COSTA, T.S.; SILVA, D.B. da **Jambolão: a cor da saúde**. 2008. Artigo em Hypertexto. Disponível em: <http://www.infobibos.com/Artigos/2008_1/Jambolao/index.htm>. Acesso em: 3/5/2009

<http://www.useplanta.com.br/2008/09/jambolao/>

Jambolão

Nome popular: Jambolão, Jamelão, baga-de-freira, guapê, jalão

Principais substâncias: jambosina, vitamina C

Nome Científico: *Syzygium jambolanum*

Utilidades: Util na diabete, (folhas da árvore), prisão de ventre, distúrbios gástricos e pancreáticos, disfunções nervosas, diarreia, espasmo, gases.

Forma de uso: In Natura, Cru, chá, cascas da árvore, folhas, sementes.

Fotos:



Frutos se formando

Apesar de parecer azeitona, jambolão é doce e levemente azedinho.



ClickComments: Clique em um ícone para se expressar

saber mais
Use esse widget no seu site

Tags: [diabete](#), [folha](#), [gases](#), [jambosina](#), [jamelão](#), [pâncreas](#)

http://www.vivernatural.com.br/arvore/informa/medicinais_jambolao.htm

JAMBOLÃO

Syzygium cuminii (L.) Skeels

Sinon.: *Myrtus cuminii* L., *Eugenia jambolana* Lam., *Syzygium jambolanum* (Lam.) DC.

Família: MYRTACEAE



Nomes comuns:
jamelão, jalão, jambuí,
oliva, oliveira

CARACTERÍSTICAS GERAIS

Árvore com cerca de 15m de altura. Copa com folhagem abundante, ramos de coloração acinzentada-claro, com fissuras escuras e cicatrizes foliares bastante aparentes. Folhas simples, opostas, lanceoladas ou lanceoladas-oblongas até elípticas, curtamente acuminadas, com a nervura central bastante saliente na face inferior e nervuras laterais numerosas, unidas em uma nervura marginal muito próxima do bordo da folha. Inflorescência com flores numerosas, pequenas, de coloração creme, hermafroditas. Frutos numerosos, ovóides, carnosos, negro-arroxeados, de 2 a 3 cm de comprimento, que possuem uma única semente.

OBSERVAÇÕES ECOLÓGICAS E OCORRÊNCIAS

Espécie originária da Ásia, amplamente difundida pelo cultivo nas regiões tropicais, inclusive nas margens de curso d'água, já que seus frutos são muito apreciados pelos peixes.

USOS POPULARES

A casca é empregada contra disenteria, hemorragias e leucorréia, sob a forma de decocção. O pó das sementes é empregado no tratamento da diabete, com as mesmas propriedades dainsulina. É muito cultivada como planta ornamental, além de seus frutos também serem comestíveis.

Flor: Setembro a Novembro

Fruto: Dezembro a Fevereiro