



Oi Eu Quero Conhecer Curcumini

Saiba Como Aliviar Suas Dores

Poderoso Curcumini É Composto Por 7 Ervas Medicinais, Capazes De Aliviar Dores Muscular.

curcumini.com.br

OPEN

Bioconecta

Goiabeira, a amiga íntima das mulheres

9 de junho de 2017 Liana John



Qualquer pessoa com alguma proximidade com a roça já tomou chá de folhas de **goiabeira** contra **diarreia**, pelo menos uma vez na vida. Esse **remédio caseiro** é conhecido no Brasil inteiro e não faltam goiabeiras à mão para assegurar sua utilização. Nativa das Américas do Sul e Central, tendo como provável centro de origem os cerrados da Região Norte, a espécie *Psidium guajava* hoje se espalha por toda parte, levada por aves e mamíferos (incluindo o homem), que muito apreciam seus frutos e largam sementes ao longo de seus caminhos. Mesmo nas cidades e até nas metrópoles, as goiabeiras estão pelos quintais, pelas praças e à margem das calçadas.

A goiabeira figura também em publicações do **Ministério da Saúde**, onde estão listadas as plantas aprovadas para fitoterapia no Sistema Único de Saúde (SUS). A recomendação oficial não menciona, porém, a atividade contra diarreia e, sim, a atividade **antifúngica** e **antibacteriana** nas afecções da boca e vagina, como **candidíase**, leucorreia, aftas e úlceras. Diversas pesquisas confirmam essa atividade, como um estudo publicado pela bióloga *Joice de Freitas Fonseca* e a cirurgiã-dentista *Aline do Carmo França Botelho*, ambas do Centro Universitário do Planalto de Araxá (*Uniaraxá*), de Minas Gerais. Elas testaram *in vitro* a atividade das folhas de goiabeira contra três espécies de *Candida*, gênero de levedura responsável pela imensa incidência de corrimentos vaginais e de infecções bucais vulgarmente chamadas de "sapinho".

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
- Entrevistas
- Meio Ambiente
- Moda
- Mudanças Climáticas
- Mulheres
- Notícias
- Povos Indígenas
- Resíduos
- Saúde

Assine o feed



As espécies testadas foram *Candida albicans* (a mais comum), *C. krusei* e *C. tropicalis*. Todas elas normalmente fazem parte da flora vaginal. Embora estejam presentes, em geral a vagina é resistente às infecções, pois é um meio muito ácido e isso inibe a proliferação e o crescimento excessivo de patógenos como essas leveduras. Já o fluxo menstrual é alcalino, assim como a excitação sexual e o estresse. Se o pH vaginal aumenta muito devido a um ou mais desses fatores, os patógenos fogem ao controle e causam **vaginítes**.

No caso do estudo, o extrato bruto (macerado hidroalcoólico) de folhas de goiabeira deu conta de inibir o crescimento do fungo nos testes de laboratório, inclusive com mais eficiência do que um medicamento contra micoses e candidíase de uso comercial. Ponto para a mulherada do interior que recorre a banhos de assento feitos com folhas de goiabeira para tratar do incômodo corrimento. E ponto também para quem usa o chá de folhas de goiabeira em bochechos, como **antisséptico bucal** caseiro.



Os adeptos da fitoterapia, com um mínimo de espaço para plantar, devem considerar a adoção de uma goiabeira em casa, de preferência da variedade vermelha (mais “vitaminada”). Além de ter as folhas disponíveis durante o ano inteiro, no verão ainda podem desfrutar das goiabas, muito ricas em ferro, fósforo e cálcio; vitamina C e licopeno (ambos **antioxidantes**), além das vitaminas A e do complexo B. É verdade que as goiabas vão atrair moscas-das-frutas e será necessário montar armadilhas para manter os frutos sem bichos. Mas as aves também vão passar a visitar a goiabeira, então vale o trabalho!



Fotos: Liana John



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

Não ignore este hábito canino

ParentMood

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

Não ignore este hábito

ParentMood

Mais lidos

Morre última fêmea da maior tartaruga de água doce do planeta

Bagres escaladores de cachoeiras: as espécies que vivem em riachos e córregos no alto das montanhas brasileiras

Vídeo mostra porcos sufocados e agonizando com gás carbônico em abatedouro da JBS na Inglaterra

Onça-parda 'albina' ou gato?

Guerras do Brasil.Doc: série de documentários ajuda a entender a história do país e será exibida na Netflix

Não ignore este hábito

ParentMood

2 comentários em "Goiabeira, a amiga íntima das mulheres"



Izabelly Garcia Andrade
23 de junho de 2020 em 10:42 PM
Permalink

Excelente publicação com fontes científicas, obrigada!

Resposta



Anúncio
Não ignore este hábito canino
Aqui está o que seus amigos peludos estão tentando lhe dizer.

ParentMood



Marizete Dias de Carvalho
23 de abril de 2023 em 9:39 PM
Permalink

Gostei muito, do esclarecimento sobre a goiabeira!

Resposta

Digite seu comentário aqui...

← Madrid pede para homens "fecharem as pernas" no transporte público

Ética e 'trabalho duro': o que podemos aprender com as aves? →

👍 Você pode gostar também



Lula pede ao Congresso Nacional que archive projeto de mineração, plantio de transgênicos e hidrelétricas em terras indígenas

31 de março de 2023



Cheirinho fatal é a salvação do arroz

19 de maio de 2016



Jambú na comida ou na bebida elimina até cálculos de vesícula

Siga no Facebook



Conexão Planeta
173.661 seguidores

Seguir Página

Compartilhar

Siga no Twitter

Tweets de @conexaoplaneta

Conexão Planeta

@conexaoplaneta · 2 h

Após 2 anos de reabilitação em projeto pi #loboguará #Canelinha volta à #natureza #InstitutoLibio, ao Instituto #PróCarnivorc #ICMBio pelo belo trabalho de reintrodução soltura buff.ly/3p9B0f0

🗨️ 1

Veja mais no Twitter

Posts recentes

'Guardiões da Galáxia 3' é premiado por ativismo animal ao expor efeitos dos testes em laboratório 11 de maio de 2023

Escritor Daniel Munduruku estreia e brilha na nova novela da TV Globo, que inaugura núcleo indígena de dramaturgia 10 de maio de 2023

São Paulo ganha novos minibusques urbanos, pequenos pulmões no meio do concreto da maior metrópole do país 10 de maio de 2023

Páginas

POLÍTICA DE PRIVACIDADE

Sobre

Quem Somos

Nosso logo

Editorias

Blogs

Arquivos

Selecionar

Pesquisa

Pesquisar



maio de 2023

Morre última fêmea da maior tartaruga de água doce do planeta
10 de maio de 2023

Parceiros Rascunho

Contato

Copyright © 2021 [Conexão
Planeta](#). Todos os direitos
reservados.

