



## São Paulo para Salvador

Voe de São Paulo a Salvador por R\$ 423 em LATAM.com

A partir de R\$423

[Comprar](#)

### São Paulo para João Pessoa

Voe de São Paulo a João Pessoa por R\$ 600 em LATAM.com

### São Paulo para Manaus

Voe de São Paulo a Manaus por R\$ 985 em LATAM.com

### Salvador para São Paulo

Voe de Salvador a São Paulo por R\$ 434 em LATAM.com

Bioconecta

## Óleo de pequi: dos indígenas do Xingu para você

8 de dezembro de 2016 [Liana John](#)



Quem já provou, ama ou não quer nem saber: o sabor peculiar das receitas preparadas com **óleo de pequi** (*Caryocar brasiliense*) não admite opiniões mais ou menos. Amado ou detestado, o azeite de cor alaranjada, feito da polpa do pequi, é rico em **carotenoides** – os precursores da Vitamina A – mais **vitaminas B, C, E** e nutrientes como **cálcio, ferro e fósforo**. Além disso, tem baixa acidez (na verdade, tem pH neutro ou é até ligeiramente básico) e um teor próximo de 60% de ácidos graxos insaturados, conforme caracterização feita na Universidade Federal Rural do Semi-Árido (*Ufersa*). Na alimentação, a grande vantagem da gordura insaturada de origem vegetal é o fato de ela não contribuir para o aumento do colesterol ruim, embora seja um alimento calórico de qualquer maneira.

Diversas cooperativas do **Cerrado brasileiro** – onde os pequizeiros são abundantes – já comercializam óleo de pequi e conservas de pequi em pedaços. Mas a partir de 10 de dezembro, uma marca muito especial chega ao *Mercado Municipal de Pinheiros*, em São Paulo: o azeite aromático de pequi extraído a frio pelos índios da etnia Kisêdjê, do **Xingu**. O lançamento (*convite ao lado*) ocorre no box Amazônia/Mata Atlântica, com a presença de Winti Kisêdjê, da **Associação Indígena Kisêdjê (AIK)**; de Eduardo Malta, consultor do **Instituto Socioambiental (ISA)**, e do **chef Alex Atala**, pelo Instituto Atá.

### 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





A extração do óleo a frio, com técnicas tradicionais indígenas, preserva a cor, o sabor e o aroma do pequi. O processamento para a comercialização contou com apoio técnico do ISA e apoio financeiro do *Instituto Bacuri* e do *Grupo Rezek*. Os potes de 180 gramas serão vendidos a R\$ 33,50. O produto também pode ser encontrado no mercadinho *Dalva e Dito* e, em breve, chegará a outros pontos de venda brasileiros.

Para esse povo indígena, o óleo de pequi tem outra serventia, além da alimentação. Depois de passar por uma fervura, para aumentar a durabilidade, é usado como **hidratante** nos cabelos e na pele, garantindo, ainda, um belo tom dourado à pele. Essa qualidade do óleo de pequi como **cosmético** se deve aos tais ácidos graxos, com destaque para os ácidos palmítico, oléico, mirístico, palmitoléico, esteárico, linoléico e linolênico, conforme estudo realizado por um grupo de pesquisa em Farmácia, na *Universidade de Cuiabá* (MT).

E os pequizeiros do Xingu não servem apenas para garantir a colheita de frutos e consequente produção de óleo: são também fundamentais para a **recuperação de terras degradadas da Área Indígena Wawi**, onde fica a **aldeia Ngôjwêrê**. Com orientação de Eduardo Malta, que é especialista em **restauração florestal**, desde 2006 homens e mulheres trabalham no plantio de novos pequizeiros, ao redor das árvores centenárias em produção. Com o tempo, esse plantio (60 hectares) contribuirá ainda para estabilizar a produção de óleo, pois o pequizeiro tem um ciclo bianual natural, com grande variação na produtividade. No ano passado, por exemplo, foram produzidos 260 litros de óleo e, neste ano, somente 65 litros.

O pequizeiro nativo também varia muito quanto ao porte: é possível encontrar tanto arbustos, com um metro de altura, quanto árvores copadas de tronco grosso, com mais de sete metros. A madeira tem utilidade nas roças, como mourão de cerca. As flores são claras, com formato apropriado para a polinização feita por morcegos. Os frutos são apreciados (e distribuídos) por emas e as sementes são disseminadas por cotias e gralhas.

É uma verdadeira rede de vida para assegurar a renovação natural dos pequizeiros no Brasil Central. A essa rede da fauna silvestre, somam-se os produtores do Cerrado e, há 10 anos, o **povo Kisêdjê** também dá sua contribuição. E você, aí na ponta do consumo, vai experimentar um arroz de pequi para ver se entra nessa?

Abaixo, vídeo promocional do lançamento no Mercado de Pinheiros, que ainda mostra como é produzido o óleo:



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

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

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

Goiabeira, a amiga íntima das mulheres

Paleontólogos descobrem que maior tubarão que já existiu no planeta conseguia comer uma presa do tamanho de uma orca

Cobra raríssima é encontrada por pesquisadores em expedição por reserva no Cerrado



## Hwĩn Mbê - óleo de pequi do povo Kĩsêdjê do Xingu



Leia também:

[Óleo de Pequi chega ao Mercado de Pinheiros, em São Paulo \(site ISA\)](#)

Fotos: Divulgação/Instituto Socioambiental



### 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.

Digite seu comentário aqui...

Siga no Facebook



Conexão Planeta  
179.637 seguidores

Seguir Página

Compartilhar

Siga no Twitter

### Tweets de @conexaoplaneta

#### Conexão Planeta

@conexaoplaneta · 9 min

O jornalista e político [#DavidMiranda](#), gra [#direitoshumanos](#), faria 38 anos amanhã, depois de 9 meses internado na UTI de hc devido a inflamação e infecção grave no s [buff.ly/3VLBFQ1](https://buff.ly/3VLBFQ1)

🗨️ ❤️ 1

← Google terá operações do mundo inteiro funcionando com energia 100% renovável

A natureza em dez livros inspiradores para crianças →

### 👍 Você pode gostar também



Agenda 2030: desde 1/1/2016, uma bússola para o novo mundo

📅 1 de janeiro de 2016



A importância da paixão para mudarmos as coisas que queremos

📅 28 de março de 2017



13 museus transmitem vídeo de Arthur Jafa sobre a violência contra os negros nos Estados Unidos, online, por 48 horas

📅 26 de junho de 2020

## Posts recentes

---

Cães com demência apresentam perturbações no sono similares a de humanos **9 de maio de 2023**

---

Pai, mãe e filho morrem no tiroteio no Texas: poucas horas depois, mais de US\$ 1 milhão já foi doado para único sobrevivente **9 de maio de 2023**

---

Novo gênero de borboleta descoberto na Amazônia leva nome de vilão do "Senhor dos Anéis" **8 de maio de 2023**

---

Desmatamento bate recorde no Cerrado e cai na Amazônia Legal, revela Inpe **8 de maio de 2023**

---

## Páginas

---

[POLÍTICA DE PRIVACIDADE](#)

---

[Sobre](#)

---

[Quem Somos](#)

---

[Nosso logo](#)

---

[Editorias](#)

---

[Blogs](#)

---

[Parceiros Rascunho](#)

---

[Contato](#)

---

## Arquivos

---

Selecionar c ▾

## Pesquisa

---

Pesquisar

