

Ed Alves CB/DA Press

A sabedoria popular associa o fim da seca à floração do pequizeiro, fenômeno de forte impacto cultural. Saiba o que esperar da produção deste ano e descubra formas de incluir a polpa e a castanha em uma rotina alimentar equilibrada



As águas anunciam: é tempo de pequi!

» LETÍCIA MOUHAMAD

Entre o fim de setembro e o mês de outubro, o céu de Brasília muda de cor e as primeiras gotas de água tocam a terra seca. O fenômeno tem nome popular: é a "chuva do pequi". O período demarca a transição climática no Cerrado e sinaliza o início de um novo ciclo para um dos frutos mais simbólicos da região. A relação entre a natureza e a cultura popular traz a sabedoria das comunidades tradicionais, em total alinhamento à biologia da planta.

Helenice Moura Gonçalves, doutora em agronomia e pesquisadora da Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa), explica que o pequizeiro passa por mudanças fisiológicas na seca, como a perda de folhas, para suportar a escassez de água. "Em muitas regiões, o florescimento começa no final da estação seca, e a chegada das chuvas coincide com uma fase importante do desenvolvimento reprodutivo, favorecendo o crescimento dos frutos", detalha a especialista.

O saber popular e a ciência, segundo ela, caminham juntos. "As comunidades reconhecem os sinais da natureza, enquanto a pesquisa procura compreender os mecanismos que explicam esses acontecimentos", ressalta. No Distrito Federal, a história do cultivo carrega memórias que ultrapassam as fronteiras do Cerrado.

Além das fronteiras

Em Brazlândia, o engenheiro agrônomo Matheus de Andrade Destro, 29 anos, cuida de uma produção que começou com um presente. O pai dele, Nelson César Destro, trabalhou na Fundação Nacional dos Povos Indígenas (Funai) e viveu mais de uma década em terras indígenas. Ao retornar à capital federal, trouxe 25 sementes de lideranças Kayapó da Aldeia Piaracu, no Xingu.

"Mais de 30 anos depois, essas sementes deram origem a árvores que hoje produzem frutos, e colhemos até os frutos dos netos daquelas primeiras plantas", relata Matheus. Ele recorda as palavras do líder indígena Bedjai, que costumava dizer que "o pequi é coisa para sempre, onde se planta nunca acaba". Nesta safra, a expectativa do produtor é colher até duas toneladas do fruto.

Ele e o pai cuidam de todas as etapas, desde o preparo das mudas enxertadas até o congelamento da polpa. A rotina exige dedicação intensa nas semanas de safra. "No primeiro mês de produção, realizo a colheita duas vezes na semana. No pico, colho diariamente", conta o agrônomo. Os frutos com imperfeições não são descartados: a polpa é retirada e a semente vira porta-enxerto para novas plantas. Atualmente, os pequis encontrados no comércio local vêm de regiões mais quentes do Norte, pois a produção brasileira ainda está amadurecendo.

"Existem diferenças de produção entre os anos, a chamada bienalidade, que é característica das espécies frutíferas perenes", ensina

Helenice. Exatamente para garantir alternativas aos agricultores, a Embrapa lançou cultivares de pequi sem espinhos. A fitotecnista ressalta que a variedade não foi criada em laboratório, sendo uma mutação natural originária do Xingu e do Tocantins.

"Não foi nenhum pesquisador que desenvolveu. A gente apenas replicou esses materiais, cruzando com outros para ter mais opções", esclarece. O objetivo do cultivo comercial, segundo ela, é complementar o extrativismo e gerar renda, reduzindo a pressão sobre as populações nativas.

O fator clima

A dependência do clima é uma realidade diária para quem vive da terra. Na Cooperativa Nova Campuã, em São Sebastião, o produtor agrícola Joel Luiz, de 72 anos, cultiva 250 pés originários de São José do Xingu (MT), onde nasceu. Bigode, como é conhecido, aprendeu a manejar o fruto com a família, também agricultora. Todos os dias, ele acompanha o céu com atenção diária. "Demorou para chover. Quando flora e está sol demais, seca mais rápido. O pequi não é irrigado, por conta do gasto com água, mas a chuva, quando vem, ajuda muito", conta.

Joel observa que a falta de água na época da floração é o momento mais crítico. "Se não chover, em vez de germinar, faz é secar. É o clima, não é? Não tem muito o que fazer", avalia. Ele vende a colheita na própria chácara, recebendo clientes de diferentes regiões e do estado de Goiás. "Vários clientes já encomendaram caixas para dezembro, quando (os pequis) devem estar prontos para a colheita e venda", comenta.

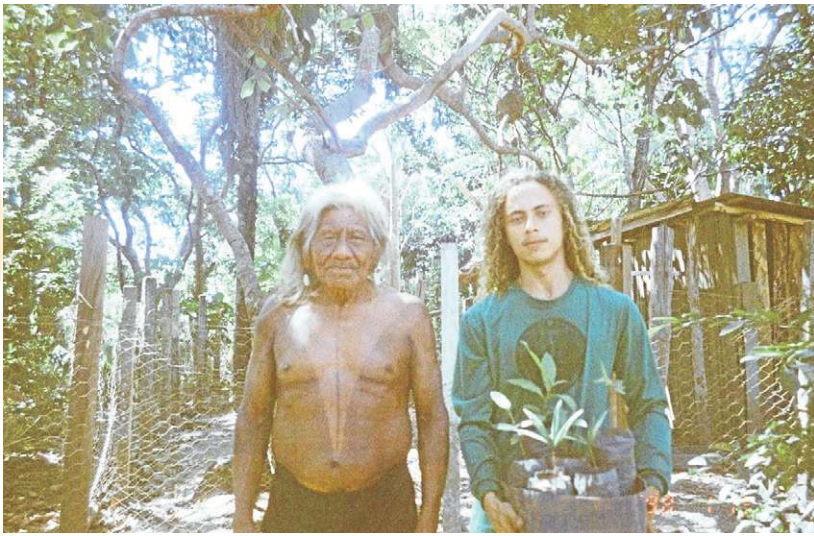
A preocupação do agricultor com o tempo encontra respaldo nos estudos agrônômicos. Helenice esclarece que períodos prolongados de estiagem afetam o desenvolvimento das flores e a persistência dos frutos na árvore. "Dependendo da intensidade e do momento em que ocorrem, essas condições podem comprometer a produção", alerta a pesquisadora.

Para assegurar uma colheita sustentável que permita as safras futuras, a regra principal é o respeito ao bioma. "Uma prática fundamental é priorizar a coleta dos frutos que caem naturalmente no chão, respeitando seu ponto de maturação", orienta Helenice. A doutora em agronomia enfatiza que os extrativistas nunca devem retirar todos os frutos de uma única área.

"É importante deixar parte da produção para a alimentação dos animais e para a regeneração natural da espécie. Alguns cuidados essenciais incluem evitar a quebra de galhos e proteger as árvores contra incêndios", orienta a especialista.

O pequizeiro resiste e se adapta perfeitamente às áreas urbanas, segundo reforça Helenice. No Parque da Cidade e nas quadras residenciais, a espécie convive com o asfalto, a compactação do solo e a iluminação artificial. Essas diferenças de ambiente influenciam o desenvolvimento da planta, mas a árvore mantém sua função ecológica. "Preservar os exemplares urbanos contribui para a biodiversidade e ajuda a manter a identidade do Cerrado viva na capital", destaca.

Arquivo pessoal



Matheus Destro e a liderança Badjai, da Aldeia Piaracu: origem do pequi

Ed Alves/CB/D.A Press



A "chuva do pequi" sinaliza o início do novo ciclo do simbólico fruto

Divulgação



Pesquisadora Helenice: "o saber popular e a ciência caminham juntos"

Ed Alves/CB/D.A Press



A transição climática coincide com o florescimento dos frutos

Em São Sebastião, o produtor agrícola Joel Luiz cultiva 250 pés originários de São José do Xingu (MT)

O valor na mesa e na saúde

Rico em sabor e nutrientes, o pequi oferece benefícios que vão além da culinária tradicional. O fruto é uma fonte rica em gorduras boas e compostos antioxidantes, essenciais para a proteção celular e o funcionamento adequado do organismo.

A nutricionista integrativa Rayanne Marques destaca que a coloração característica da polpa sinaliza a presença de carotenoides, como o betacaroteno, além de vitamina C. Essas substâncias combatem o estresse oxidativo, um processo natural associado ao envelhecimento e às doenças crônicas.

Embora seja um alimento com maior densidade calórica, com cerca de 233 calorias em 100 gramas de polpa crua, ele possui espaço garantido nas dietas balanceadas. "O que realmente faz diferença é a qualidade nutricional, a quantidade consumida e o equilíbrio da alimentação na totalidade", orienta Rayanne.

O segredo está no preparo: o ideal é não adicionar óleo em excesso, visto que o fruto carrega gordura natural, e evitar o cozimento prolongado para não perder vitaminas. Outra parte valiosa é a castanha, que guarda proteínas e minerais, exigindo extração cuidadosa por conta dos espinhos.

Benefícios do fruto

Combate ao envelhecimento celular: os compostos fenólicos e a vitamina C reduzem o desgaste natural das células.

Saúde do coração: contém ácido oleico, uma gordura boa (encontrada no azeite de oliva) que auxilia no equilíbrio do colesterol.

Fortalecimento de músculos e ossos: a castanha localizada no interior do caroço fornece proteínas vegetais, fósforo e magnésio, auxiliando na produção de energia.

Sustentabilidade e aproveitamento: o consumo integral, incluindo a amêndoa, reduz o desperdício alimentar e valoriza a riqueza nutricional do Cerrado.