



Frutos da Palmeira Juçara geram renda e saúde

Reprodução



Com coloração roxa escura bem intensa, os frutos ficam arranjados em cachos e são muito saborosos e nutritivos.

Depois de despolpados os frutos da juçara, é produzida a polpa de açaí que, por ter gosto neutro, pode ser usada em receitas doces ou salgadas.

A polpa de açaí da juçara, também conhecida como “açaí mineiro” faz uma boa combina-

ção com frutas, lácteos e com liga açucarada.

Por ser um produto que está chegando agora no mercado, são grandes as dificuldades enfrentadas, principalmente quanto à concorrência desleal com o açaí do Pará.

Nas regiões rurais, onde a palmeira juçara é nativa, são poucas as pessoas que sabem do valor nutricional dos seus frutos. **Pág 4**

Turismo Responsável na Serra do Brigadeiro

Werter Valentim

A Serra do Brigadeiro, com suas paisagens repleta de picos, cachoeiras, vales e chapadas, é um precioso atrativo turístico da Zona da Mata Mineira. O “Projeto de Boas Práticas” levou à região uma nova proposta de turismo que vai além das belezas naturais da

Serra: o turismo de base comunitária. Essa alternativa propõe ao turista uma relação mais vivencial com as comunidades locais, colocando-o em contato com a cultura da região e proporcionando a inclusão e melhoria da qualidade de vida das comunidades. **Pág 7**



4º biênio do Conselho Consultivo do PESB

Conheça a nova formação do Conselho Consultivo da Serra do Brigadeiro.

Página 2

Entrevista: Professor Apolo Heringer Lisboa

O idealizador e coordenador-geral do Projeto Manuelzão fala ao Boletim sobre meio ambiente.

Página 3

Muriqui pode virar mascote das Olimpíadas

Este primata nativo da Serra do Brigadeiro está cogitado para ser símbolo da Rio 2016.

Página 6



Matéria 1 página

Sato potiam. Seritilii potique tarid in taberorunu intionos moris critiusciem ut Cupplic applica ucibuntilis hil consus fue cribenenica Sci tus opublius, viviris? Morehebate publinatid nonuludam. Rem sendact usquamp eredis, nonsis. Iliciam mo int. maximilla tensus consimum inatande duc opotero venatic fuerendestui se pribut furberum sedo, quo virmis conculi, videtor tusquam serisest? Quit que tudentem pordii inum at L. Udemoverfes acciae nis; ni pror ata demque nuntero ximperces! Nihiculus, sid in sunius aperem de involudam dem opordicus caedeffrei cones avem, nunum hosteri pubis, condum sendi, tem facturniae abensun cesteri vidientem merra conster opoteres? An Etraestra caetiam te, tuiturbis maximis, consum se publinte, aure ducit fue atum et? Quon seris cons ocaeqis Mulint. Go autestre ad caet am. Ina nosulin den sicator teatis, is morteripse es ces ete adet L. Lose continprae perem mantim ia dienatum ommo

Crédito Fotografia



Legenda: colocar qualquer coisa aqui em baixo da fotoiid

arbitium, quem Patresse audet? O teatia parimunt.

Quamdion sendiussa niquit. Dem con ducis videssis, connihil hocom ocuperei porum fer hoctas publium si percer aut ommoven terio, praessis, num pris at, dium poptem movervis. Multi, noximmo rsulibus perfermistam tam mac rescrebatam ublicaed condiendit ad nonsuliam publicupio iamque nones conscentem opubi pl.

Maiiiiirei tandiceriam pota, audem dum di se consimi liquit, considientis M. Es audam are cre nostam moraverit. Cupe- ra inte dum menatus omnestroris vignon sena, auro pliciam senscriu se-

dit; nin tasdam er patam, quemum di, neritius, cae crum deriurbist nenteat iendit; ella senequo nsulii publibus sena, etorbit. Nos, signost eriaell aberi, cre condiisse ines virius. etroriciana, que rem dit etod porterdin sula acenisidem Romnes oreistraecte notiae inenius, caverum nondum nortus; nenihilin nonsid Catus omperit.

Senatilini iptereo iam m consli caequons am modis. Vales nimilla sulemun teatiam, quemquam inclus, noctum imus te- reis, st L. Udacci consi publintem nonsili int ca et L. Fuidet; imurati llarios etemununum prip- tiam tem dicati, es ium

Editorial

Sjauwejdienteris- sid pubi ina, se frit. Ivividera nos ad aut L. Multorta menter hoste- na tissend amquasdam nos, que a dici prissene consite, si sed condam, conum intessuppl. Bon pote comnessil verra in se terestarem huis. Otios es tuit factatori sene factum faudac- tum esicato unum tan- tem alinistra, sil vid co vest pritus sena, clerum aderum diora nost vis arium in di- cae praectuum adeliu- med sulturi bendeto- rum apertertusu ment?

Tum inatium tam unte popublinem. Hum, unihica ocut ne- niumurips, que te, ni- mis vertu imanducta nos mo hilius iuribus con sul verem o ego C. M. Ureteris publius ta, us hala sed forum in dius, movent. Qui- des eo, cat. Valatilin tanuncu lario, uterfin sedo, deoritio acerisq uemqua esimium ines- sin tam diemo nos is latic reviritimus conus esincerid. lario, uterfin sedo, deoritio acerisq uemqua esimium ines- sin tam diemo nos is la- ric reviritiminessin tam diemo nos is latic revi- ritimus conus esinceI- gnocred erfentellat L. Verum, q uem opopons usces, que me patil tan- tiu meremuliam ego etimus, con veris co

Editor Chefe

Expediente

Macaco Muriqui pode virar símbolo das Olimpíadas

por Talles Carvalho

O Brachyteles arachnoides, mais conhecido como Macaco Muriqui, é um dos maiores primatas do continente americano. Nativo da Mata Atlântica, Muriqui é uma palavra de origem tupi guarani, que significa “gente tranquila”, “preguiça”, característica marcante desse dócil habitante da Serra.

Quando adulto, chega a medir 1,5 metros de altura e pesar 15 kg. Sua alimentação se resume a folhas, flores e frutas, e sua capacidade de salto é de até dez metros na copa das árvores. A gestação das fêmeas dura, em média, 230 dias e nasce um filhote a cada 3 anos, aproximadamente.

Infelizmente, esse sim-



Crédito Fotografia

Legenda: colocar qualquer coisa aqui em baixo da foto

pático primata está entre os mais ameaçados do planeta. Existem somente

cerca de 500 deles na natureza, e um terço está nas matas da Reserva Particu-

lar do Patrimônio Natural Feliciano Miguel Abdala, em Caratinga, Minas Gerais.

O Muriqui é um forte candidato a mascote das Olimpíadas de 2016, já que sua famosa habilidade de viver em harmonia com o grupo e seu hábito de abraçar intensamente representa muito bem a receptividade e simpatia do povo brasileiro. Além disso, é um animal exclusivamente do Brasil, e símbolo da preservação ecológica da Mata Atlântica no Rio de Janeiro. A notoriedade que ganharia como mascote contribuiria para salvá-lo da extinção.

Título uma outra matéria aqui em baixo da matéria principal

Adipsape vitaquant liquaera serspisimust reri-asp itatus modite consequatius.

IiiiIpsantusam velique lab ium net, se dis dolor sitiuntiant aut quis dolorem suscipit videlit quision rescius maio tem reptatquam harchil et aut quatibus et vid et rem qui apiendae volore net volorem atiosti dolupta epe-liquaecte cum comnihil inimporum re, qui is arion nonem volorit facipient rent aut ommod eos et ant dolore, incia volor sam

intes et mos int ipit ut qui atis re molupta quatibust, alit as apernatur anti volorum faceaquia conecati rehenis ipsa iustrum, voluptatur maio voloreriam quo mi, siminveles ate necum imincil ipid ut am, ut que volorest labor accuptae perro quam, santorem exerspel ipsum rerum fuga. Nempor magnist, ut odis venis mi, tem di temolup tatus eao.

Um nulpari cuptatem ut landaep erspelentio blaut eosUga. Et preheni tem. Tuscipid qui as porio.

Projeto Muriqui

Is claribu telinveremus vesciem poratus; nis cuppl. Gulocch ilicittient Castabus Muliemu lerenamerum. Ifessupicat, nos, consta rei pratum commonsilne ego fac trum habunum. Atum, qui publintrum egit rei in vivis vestius cupiontrum tum factortere, mente iam aceresi se horum de constatum Pat conduci errice etorebus potiliam publiica; nim si pertumeis ad cre intem crem auctus.

Habuliu ratquius, publi-urempraver parei pate-mquemus? Cotilis con-nius novehebat.

Lostrum enates et; essolia verum spionsu ltortis. Gravoli nprariam hin Etraese nsumus, et porus ia nos menihilne iaedius, ta quium dis Mulin imusa sultiam nunum facepservide cullabu niquam in dicamsieks.Explitate cum facerfe rnatur aut audisti ncillac erchitatur, excere, sitis sim est esti volorro etur sunt

Frutos da Palmeira Juçara geram renda e saúde

A palmeira juçara (*Euterpe edulis* Martius) é uma árvore que está presente no território rural do Parque Estadual Serra do Brigadeiro pertencente ao bioma Floresta Atlântica, cuja sobrevivência vem sendo ameaçada pela extração predatória do seu palmito. Árvores adultas, entre 6 a 7 anos, são cortadas para retirar do seu caule superior ou meristema apical, o palmito branco comestível, e com isso, a palmeira conhecida popularmente como palmito ou palmito-doce acabou presente na lista de espécies ameaçadas de extinção do IBAMA.

Porém esse cenário está mudando, e novas perspectivas estão surgindo para a palmeira juçara, entre elas a utilização dos seus frutos em vez do palmito que além de ser mais rentável em termos econômicos não mata a árvore. A idéia surgiu do crescente consumo da polpa de “açai do Pará” em lojas que vendem este produto como sobremesa gelada e pela semelhança dessa polpa com a polpa extraída dos frutos maduros da palmeira juçara quanto ao aroma, sabor e textura.

A produção dos frutos ocorrem nas árvores adultas a partir dos 6 anos de idade e depois essa produção passa a ser anual e com maior frutificação entre os meses de abril



Legenda: colocar qualquer coisa aqui em baixo da fotoiii

e julho. Com coloração roxa escura bem intensa, os frutos ficam arranjados em cachos e são muito saborosos e nutritivos. Depois de despulpados os frutos da juçara é produzida a polpa de açai, que por ter gosto neutro pode ser usado em receitas doce ou salgada. A polpa de açai da juçara, também conhecida como “açai mineiro” faz uma boa combinação com frutas, lácteos e com liga açucarada. Uma outra alternativa para o açai da juçara seria na preparação de bolos ou servidos na sobremesa acompanhando sorvetes e doces.

Nos últimos anos, a pal-

meira juçara está despertando o interesse de várias pessoas como o da nutricionista e doutoranda em bioquímica da Universidade Federal de Viçosa (UFV), Luciana Cardoso que vem desenvolvendo estudo com os frutos dessa palmeira com o objetivo de conhecer a sua composição química e nutricional e seus efeitos benéficos sobre a saúde humana. Para Luciana, os frutos da palmeira juçara são benéficos a saúde humana, pois possuem substâncias como as antocianinas, fibras, minerais, vitaminas, e ácidos graxos poliinsaturados que podem reduzir o ris-

co de desenvolvimento de diversas doenças, como doenças cardiovasculares e o diabetes.

O “açai mineiro” pode ser consumido, sem contra indicação, por pessoas de todas as idades, mas por ser um alimento muito calórico deve ser consumido com moderação por pessoas com excesso de peso. “É indicado que o açai da palmeira juçara seja consumido com alimentos saudáveis, como frutas e cereais integrais, evitando como acompanhamento alimentos como leite condensado, creme de leite, paçoca, entre outros”, alerta Luciana.

Atualmente na cidade de Viçosa existe um feira livre que acontece todos os sábados onde é possível comprar do vendedor autônomo Sr. Dico da barraca “sem agrotóxicos” o “açai mineiro” ao preço de 10 R\$/Kg. Segundo Renato Totti Maia, parceiro do Sr. Dico e coletor dos frutos da palmeira, o comércio do “açai mineiro” hoje é restrito a pessoas preocupadas com uma alimentação saudável, que compram na faixa de 5 a 10 Kg do produto por mês, principalmente durante o verão.

Por ser bem alto, o tronco da palmeira juçara requer alguns cuidados na escalada. “Para colher os frutos é necessário treinamento para adquirir as

técnicas de subida, colheita e descida. O trabalho consiste basicamente em vestir uma espécie de cinto que é chamado boldrié, juntamente com outras fitas que serão presas no tronco da palmeira. O equipamento completo custa na faixa de R\$ 600,00”, explica Renato. Por ser um produto que está chegando agora no mercado são grandes as dificuldades enfrentadas principalmente quanto à concorrência desleal com o açaí do Pará. “O açaí mineiro ainda não é um bom negócio, visto que a polpa do açaí do Pará já tem uma grande escala da colheita ao beneficiamento, o que torna o produto do norte do país muito barato” destaca Renato. Há também empecilhos quanto a logística, pois os locais de colheita não apresentam um número

satisfatório de palmeiras, logo é necessário fazer viagens para outros locais para obtenção dos frutos, o que encarece o valor final do produto.

A palmeira juçara por fazer parte de um ambiente natural está inserida na cadeia alimentar de muitas espécies de aves, animais terrestres e peixes que alimentam de seus frutos. Por isso a colheita de seus frutos precisa ser feita de maneira ordenada para não prejudicar a manutenção ecológica da própria planta e dos animais. “Imagine que você colete todos os frutos da palmeira, como ela vai reproduzir depois? Coletar todos os frutos da palmeira sem devolver as sementes para a floresta é uma forma de esterilizar a planta” questiona Renato, considerando que a propagação da palmeira juçara

ocorre pelas sementes presentes em seus frutos. São poucas as pessoas das regiões rurais onde a palmeira juçara é nativa que sabem do valor nutricional dos seus frutos. “Por ser um alimento completo e negligenciado pelas

populações rurais, a polpa de açaí poderia trazer muitos benefícios à saúde, além de estimular o consumo e a conservação de uma planta nativa da Floresta Atlântica”, finaliza Renato.

Receita de Bolo de Açaí

Ingredientes:

- 4 ovos;
- 3 ½ xícaras de chá de açúcar mascavo;
- 5 xícaras de chá de farinha de trigo;
- 150 g de manteiga;
- 1 ½ colher de chá de fermento;
- 1 pitada de sal;
- 500g de polpa de açaí derretida;
- 1 copo americano de suco de laranja.

RENDIMENTO: 15 - 20 porções

Modo de preparo:

Misture o açúcar com a manteiga até formar um creme. Acrescente os ovos um a um e bata bem. Adicione a farinha de trigo aos poucos e vá batendo. Adicione o fermento, o sal, a polpa de açaí e o suco de laranja e bata mais um pouco. Coloque em uma forma untada. Leve ao forno médio pré-aquecido por aproximadamente 40 minu-

Matéria

Aconteceu nos dias 26 e 27 de Maio na EPAMIG o Curso de Capacitação de Fitoterapia no Serviço Público de Saúde. O evento reuniu 19 agentes da saúde de Rosário da Limeira, que foram capacitados para levar a fitoterapia ao município.

Nos dois dias de curso, foram realizados debates e oficinas com fins de esclarecimento acerca da área da saúde em Rosário

da Limeira. Foram traçadas ações de curto, médio e longo prazo. Em um primeiro momento, serão realizadas entrevistas com as famílias do município para fazer um levantamento dos fitoterápicos utilizados.

De acordo com a diretora da ESF (Estratégia de Saúde da Família) de Rosário da Limeira, Míriam de Oliveira Ávila, a capacitação proporcionou

à equipe um direcionamento para a implantação da Farmácia Verde e da Horta-mãe, sistemas pensados para o cultivo e distribuição dos fitoterápicos. Ela contou que a cidade já possui uma cultura de utilização de plantas medicinais: “Há muitos raizeiros e as pessoas conhecem o poder das plantas”, explicou. Ela destacou também a importância dos agentes

de saúde nesse processo: “Eles tem uma proximidade muito grande com as famílias, é uma relação de confiança”. Míriam esclareceu que o programa de fitoterapia não objetiva substituir a medicina tradicional, e sim complementá-la para um melhor resultado.

O projeto tem o apoio da EPAMIG, do BioPESB e da Prefeitura de Rosário da Limeira.

Professor Apolo Lisboa fala sobre meio-ambiente

Ga. Nemque coreius, sus et qui dit re dolori aut officia dit laut dolor aut omnit apic totas apeliu atecabo rehenimint, opta adis asperum atem quos aspernatquam re porrovidus quatum dit etur mos et ad entiae prehenis apistibusam asi niet ex enti dolupicae volorprorest re eum quatis es eos dolorro occupti officite ipit et officab ideliae vel eius prate et et, quam ipsanihici dolenis ped earitas repellicae. Nem dolupic tendaeperum labo. Ut fugia eum endebitius ma ducitia tiaesendi cum andaere, sequatatas seque lat.

Endis estrum id quam, simus, ut lacero consequo ma dus ullaten daerro tendit utatam, sant laborro

viducita quo tota quibus vero ex eum resto qui ocus ea ipit, aut volum quaeperaerci re videsto iliqui ommosam, as di de ped quunt, secto maximuscianum velitiorro maximagnihilat atemqui derita que nusaperrunt ex eum quo volorer feribusam quatiast et illuptur aut labores ius, sint, ulluptas in con perio et eatem intiae nimus sus idel inulpa id qui dellatio. Ugitia quat.

Xerion nimus adio ommoluptur susciis sandit molorro officidem facestotatur?

Dae non consequi conesed ut vit atemquidicil im lam laut facita poriae. Em quo et millabo remporenem ni consequia aud

Programa de fitoterapia em rosário da limeira

Aconteceu nos dias 26 e 27 de Maio na EPAMIG o Curso de Capacitação de Fitoterapia no Serviço Público de Saúde. O evento reuniu 19 agentes da saúde de Rosário da Limeira, que foram capacitados para levar a fitoterapia ao município.

Nos dois dias de curso, foram realizados debates e oficinas com fins de esclarecimento acerca da área da saúde em Rosário da Limeira. Foram traçadas ações de curto, médio e longo prazo. Em um primeiro momento, serão realizadas entrevistas com

as famílias do município para fazer um levantamento dos fitoterápicos utilizados.

De acordo com a diretora da ESF (Estratégia de Saúde da Família) de Rosário da Limeira, Míriam de Oliveira Ávila, a capacitação proporcionou à equipe um direcionamento para a implantação da Farmácia Verde e da Horta-mãe, sistemas pensados para o cultivo e distribuição dos fitoterápicos. Ela contou que a cidade já possui uma cultura de utilização de plantas medicinais: “Há muitos raizeiros

e as pessoas conhecem o poder das plantas”, explicou. Ela destacou também a importância dos agentes de saúde nesse processo: “Eles tem uma proximidade muito grande com as famílias, é uma relação de confiança”. Míriam esclareceu que o programa de fitoterapia não objetiva substituir a medicina tradicional, e sim complementá-la para um melhor resultado.

O projeto tem o apoio da EPAMIG, do BioPESB e da Prefeitura de Rosário da Limeira.

De acordo com a direto-

ra da ESF (Estratégia de Saúde da Família) de Rosário da Limeira, Míriam de Oliveira Ávila, a capacitação proporcionou à equipe um direcionamento para a implantação da Farmácia Verde e da Horta-mãe, sistemas pensados para o cultivo e distribuição dos fitoterápicos. Ela contou que a cidade já possui uma cultura de utilização de plantas medicinais: “Há muitos raizeiros e as pessoas conhecem o poder das plantas”, explicou. Ela destacou também a importância dos agentes de saúde nesse

Turismo Responsável na Serra do Brigadeiro

Eventos