

# Tucumã-do-pará

*Astrocaryum vulgare* Mart.

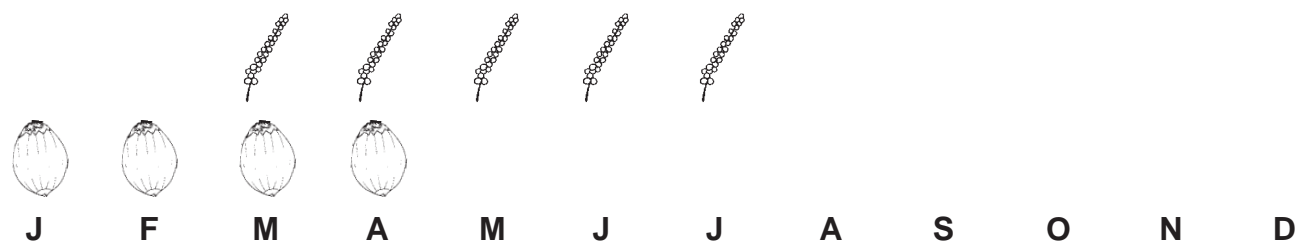


Margaret Cymerys

O tucumã-do-pará possui muitas utilidades. Pessoas, peixes e outros animais apreciam os seus frutos; pescadores usam os bichos dos caroços de tucumã para isca; jovens fazem anéis dos caroços; e as crianças usam as sementes no jogo de peteca. Essa palmeira é considerada uma planta pioneira e invasora de pastos, mas também é encontrada em capoeiras e florestas. Desenvolve-se bem em solos pobres de terra firme. O tucumazeiro é resistente ao fogo, pois tem a capacidade de rebrotar após as queimadas. Regenera-se facilmente por perfilhar e alcança, em média, de 10 a 15 metros de altura, possuindo espinhos ao longo do tronco. O tucumã-do-pará provavelmente é nativo do Estado do Pará e ocorre em todo o leste da Amazônia brasileira, na Guiana Francesa e no Suriname.<sup>1</sup> Essa espécie é reconhecida por ter vários estipes (troncos) e frutos alaranjados.

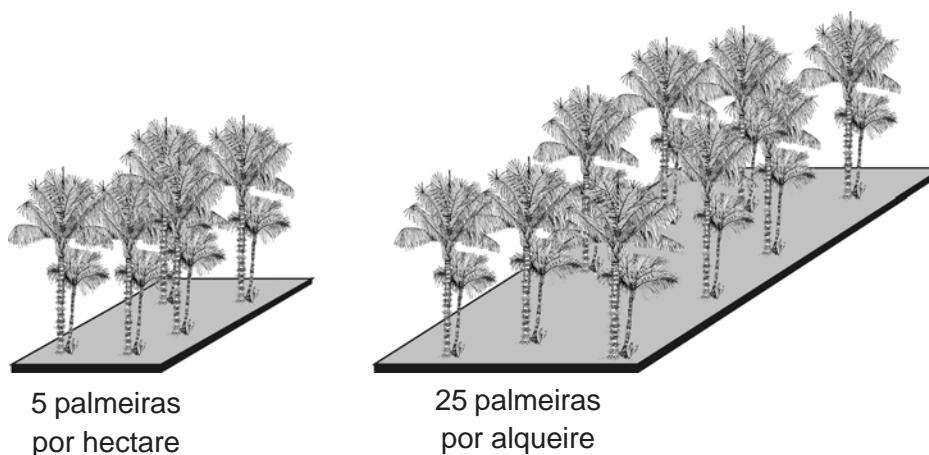
## ECOLOGIA

### Época de flor e fruto



O tucuma-do-pará floresce entre março e julho e frutifica na época chuvosa, ou seja, de janeiro a abril. Contudo, se bem manejada, essa palmeira pode dar frutos o ano inteiro.

### Densidade



É difícil saber a densidade do tucumazeiro, pois ele ocorre “em manchas”. Pode-se andar vários hectares e não encontrar nenhum pé, ou pode-se encontrar concentrações de mais de 50 palmeiras em um único hectare.

### Produção

Uma palmeira típica produz cerca de 50 quilos de frutos por ano, mesmo em solos pobres. Em geral, os tucumazeiros produzem de 2 a 3 cachos anualmente, mas podem chegar a mais de 5. Cada cacho pesa entre 10 a 30 quilos e contém de 200 a 400 ou mais frutos. A frutificação tem início entre 4 e 8 anos, quando as árvores medem de 1,5 metro até 5 metros de altura.







média de 750 frutos  
por palmeira

## VALOR ECONÔMICO

Em abril de 2004, no Porto da Palha em Belém, o litro de tucumã com 17 frutos foi vendido por R\$ 0,50. No Ver-o-Peso, dependendo da qualidade, 20 a 50 frutos custaram R\$ 1, enquanto o quilo da polpa custou R\$ 3. Segundo os feirantes de São Bráz, em Belém, as frutas regionais dão uma margem de lucro maior que as de outras regiões. O uso do caroço de tucumã cresceu muito. Na Praça da República, por exemplo, um anel de tucumã pode sair por R\$ 1; um par de brincos, por R\$ 3; e um colar, por R\$ 15. Em 2008 na feira do Ver-o-Peso, foram vendidos 25 frutos por R\$ 1,00. Uma saca com 60 quilos custou entre R\$ 10,00 e R\$ 15,00. A polpa foi vendida a R\$ 5,00 o quilo. Ainda artesanatos como anel, cordão e pulseira foram vendidos entre R\$ 1,00 e R\$ 15,00. Em 2009 foram vendidos 20 a 30 frutos por R\$ 1,00.

## Uso



Fruto: “vinho”, sorvete , picolé . Para fazer sabão , alimentação para porco, gado, peixe , galinhas e caça.



Caroço: para fazer anéis, pulseiras, colares, peteca e bichos (besouro). As jóias de tucumã e inajá não são apenas enfeites, elas também são usadas como proteção contra doença e mal olhado.



Óleo: para cozimento, sabão, cosméticos e medicamentos.<sup>2</sup>



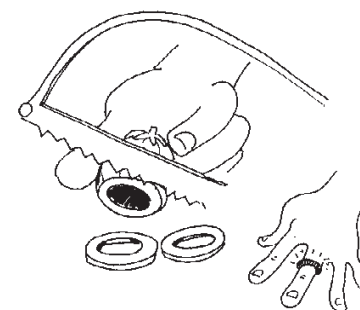
Palha: redes de pesca, chapéus, sacolas, tecidos, cordas (as fibras resistentes são superiores as da bacaba).



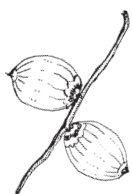
Espinho: usado nos brincos de tucumã, na ponta de dardos e em agulha para tecer varanda de redes para dormir. No Maranhão é fácil encontrar as tecedeiras de birro usando o espinho do tucumã.

## Sementes para artesanato

A onda do artesanato chegou tão forte que, desde o começo de 2002, as sementes de várias plantas já estão na feira do Ver-o-Peso para a venda. Quando limpas, custam o mesmo ou até mais que o fruto inteiro. As sementes de tucumã e inajá são vendidas por R\$ 0,05; as de uxi, por R\$ 0,10; o ouriço de castanha, por R\$ 1; e o de sapucaia, por R\$ 3. O interesse em colares, pulseiras, brincos e anéis tem aumentado tanto que os artesãos não têm mais nem tempo para ir buscar as sementes na floresta.



## NUTRIÇÃO



O tucumã é uma fonte excepcional de vitamina A; sua polpa tem 3 vezes mais vitamina A que a cenoura.<sup>1</sup> A dose de vitamina A é tão alta que apenas 1 fruto satisfaz as necessidades diárias de adultos ou crianças; tem médico que recomenda tucumã para ajudar no tratamento de vista. O tucumã também possui boas quantidades de vitamina B<sub>1</sub>, vitamina C, proteínas e uma grande quantidade de óleo, por isso é uma excelente fonte de calorias (247 calorias por 100 gramas de fruto fresco).

### *Munjica de tucumã da Graça*

A receita que oferecemos aqui é uma sopa de galinha (também pode ser de carne de gado ou camarão) com molho de tucumã. As medidas são para uma panela pequena (como panela de pressão).

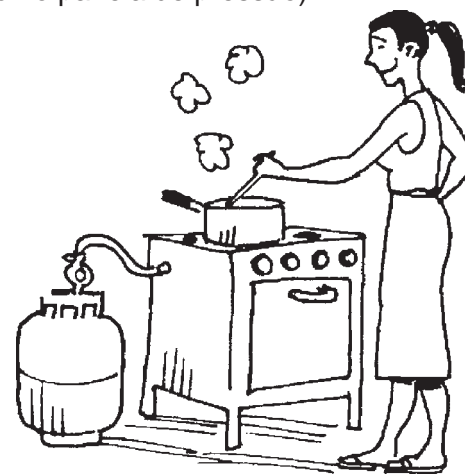
Ingredientes:

- 10 frutos de tucumã
- 1 galinha cortada em 8 pedaços
- 1 cebola cortada
- 2 dentes de alho
- sal
- pimenta-do-reino
- 1/8 copo de salsa picada
- 1 folha de louro ou manjericão
- Verduras cortadas: couve, batata, repolho e feijão verde

Modo de fazer:

Coloque os tucumãs num buraco no chão e cubra com terra para que amoleçam. Após 3 dias, verifique se os frutos estão bem moles e lave-os bem. Em seguida, retire as sementes dos frutos. Coloque a massa numa vasilha e amasse-a com um pouco de água separando a polpa do bagaço. Coe a polpa usando um pano ou passe-a numa peneira fina, como aquela feita de guarumã para peneirar o açai. Por último, coloque o líquido de tucumã (3/4 da panela) no fogo para ferver.

Numa outra panela, refogue os pedaços de galinha com um pouco de óleo. Adicione o alho e a cebola e frite por 3 minutos. Acrescente um pouco de água (1 a 3 copos) e os demais temperos. Em seguida, adicione o suco de tucumã suficiente para cobrir todos os ingredientes e deixe ferver. Depois de 30 minutos, adicione as verduras e mais suco de tucumã. Ferva até as verduras e a galinha amolecerem. Em mais ou menos 1 hora estará pronto. Sirva com arroz.



### Café de tucumã



A família Torres do Tauarí, no Pará, faz café gostoso de tucumã. Eles quebram os tucumãs e tiram as suas amêndoas. Torram as amêndoas em uma chapa e, em seguida, colocam no pilão para pisar. Pronto, o tucumã vira café! É só coar e desfrutar.

Jurandir Galvão

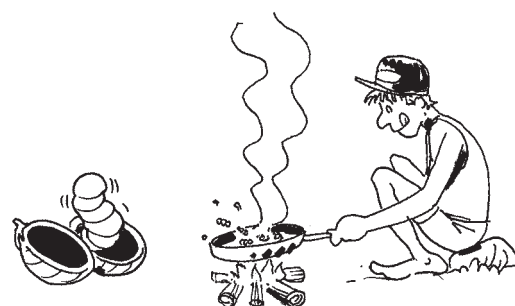
## Alimentação para pessoas e animais



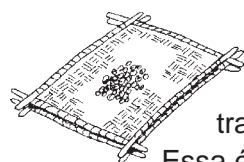
Quando o tucumã está verde, algumas pessoas gostam de beber o líquido delicioso do seu interior. Outros também usam o tucumã para alimentar animais domésticos. Os caroços podem ser guardados depois que a polpa for tirada e, na entressafra, quebrados, para que os animais aproveitem as amêndoas. Muitos porcos do Marajó, criados naturalmente, comem tucumãs.

## Bicho de tucumã - comida, remédio e óleo para cabelos

Os pescadores deixam os caroços no chão entre 6 meses a 1 ano e, depois, voltam para tirar o bicho do seu interior (uma larva de um besouro que se desenvolve no caroço). Eles usam o bicho como isca para pesca. Tem gente que frita e come essa larva, pois é muito nutritiva. O bicho de tucumã não serve somente como comida, mas também como óleo medicinal. Em caso de baques ou contusões, frite os bichos, tire o óleo e passe nos machucados. Para sair à noite com cabelos bonitos, aplique óleo de bicho de tucumã diretamente nos fios de cabelo.



## Cestaria de tucumã



Valcléia Lima e Leandro Pinheiro

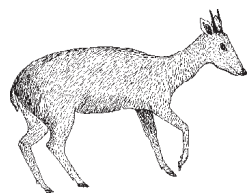
As mulheres da comunidade de Urucureá, no rio Arapiuns, em Santarém, no Pará, tradicionalmente fazem cestaria com palhas retiradas das guias (folhas novas) de tucumã. Essa é uma tradição indígena, repassada de geração para geração, resgatada e aprimorada por essas mulheres. São peças de um colorido vivo, tecidas em malhas finas e grossas, com acabamento feito de várias sementes e fios de curauá. Cada palmeira gera uma guia nova a cada 30 dias. Para que a palha seja boa e não fique manchada e dura depois de seca, as guias devem ser retiradas de palmeiras com 1 ano de idade. Cada guia tem em torno de 100 palhas, suficientes para fazer 2 peças pequenas, 1 média ou metade de uma grande como um pote ou cesto. Depois de retiradas das guias, as palhas são separadas e colocadas para secar. Quando secas, são fervidas com corantes naturais como urucum, jenipapo, mangarataia e capiranga. A cestaria começa a tomar forma nas mãos das mulheres - diversas cores e desenhos como flores enfeitam cestos de costura, mandalas e bolsas. As bolsas são vendidas por R\$ 5 até R\$ 25. Parte do lucro da venda forma uma reserva para as obras na comunidade. Os homens estão percebendo que a cestaria é um bom negócio e já estão querendo aprender a tecer com as mulheres.

## CAÇA



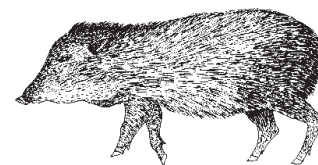
O tucumã é comido e dispersado por muitos animais silvestres como paca, cutia, anta, veado, caititu, queixada, macaco prego, quatipuru e tucano. Os porcos silvestres comem grande quantidade dessa fruta. Em uma área da Amazônia Ocidental, o tucumã foi a 3ª fruta mais importante na dieta do caititu, 4ª na dieta da queixada e 10ª na da anta.<sup>3</sup>

## O valor protéico de sua floresta



A caça é uma fonte importante de proteína para muitas pessoas do interior, além de ser uma carne desejada em toda a Amazônia. A carne de caça tem aproximadamente 20% de proteína, igual a qualquer carne da cidade. Uma família em Quiandeuá, no Pará, que mora perto da floresta

comunitária conseguiu 427 quilos de caça durante 1 ano, ou 36 quilos por mês. Os 2 caçadores hábeis dessa família conseguiram caça suficiente para suprir 80% das necessidades protéicas de sua família (pai, mãe e 4 filhos). A maioria das famílias ganhou pelo menos 22% das suas necessidades protéicas da caça. Isso mostra uma renda “invisível” e uma enorme vantagem em proteger as florestas com espécies nativas.



## MANEJO



**germinação**  
de 6 meses a 2 anos



**crescimento**  
lento



**produção**  
8 anos

Os caroços de tucumã germinam muito lentamente, de 8 meses a 2 anos. Com um tratamento térmico, de 40°C por 60 dias, a germinação poderá ocorrer em 6 meses. As plântulas toleram, e talvez prefiram, a sombra. O crescimento é lento, demorando 8 anos para chegar à maturidade e alcançar de 5 a 6 metros de altura. A maior parte dos frutos coletados vem de palmeiras silvestres. Por ser resistente ao fogo, o tucumazeiro é freqüentemente deixado nos roçados feitos em capoeiras velhas. Assim, um pé de tucumã na roça pode servir para alimentar caça, pessoas ou animais domésticos durante a plantação e pousio.



<sup>1</sup> Cavalcante, P.B. 1991

<sup>2</sup> Lorenzi, H. 1966

<sup>3</sup> Bodmer R.E. 1993