

PLANTAS AROMÁTICAS E MEDICINAIS (PAM'S). Produção, Transformação e comercialização*

A. S. Joaquim

SOCIDESTILDA – Soc. Portuguesa de Destilação de Óleos Essenciais, Lda. Quinta da Galega, 2840-126 Aldeia de Paio Pires
 SEGREDO DA PLANTA – Produtos Naturais e Biológicos, Lda. / GREEN PLANET – Produtos Biológicos, Lda. Praceta Emídio Santana, lote 11 B, Zona Industrial do Casal do Marco, 2840-588 Aldeia de Paio Pires – Seixal

INTRODUÇÃO HISTÓRICA

As PAM's têm vindo a ser usadas para fins medicinais, desde tempos imemoriais. Já o homem primitivo as utilizava na prevenção e tratamento de várias enfermidades, tendo por base, instintos de nutrição e dedução lógica. Isto é, de forma inconsciente, já seleccionava quais os melhores alimentos e plantas a usar, para cada fim terapêutico. Mais tarde, Hipócrates – o “Pai da Medicina”, estudou e ensinou a utilização das plantas na medicina. Teofrasto e Dioscórides agruparam 500 plantas em várias classes. Galeno elaborou fórmulas que são ainda hoje usadas, embora melhoradas ou modificadas. O seu nome está na origem das fórmulas galénicas.

Até então, todos os médicos e botânicos defendiam o uso da planta como um todo e que os benefícios totais eram superiores à soma das partes.

Paracelso possuía uma posição de ser contra o uso da planta como um todo e a favor dos princípios activos delas extraídos, isoladamente. Da era dos boticários passou-se à era dos farmacêuticos de síntese, época essa que durou até ao início do século XIX.

No entanto, nos últimos 50 anos, verificou-se um novo incremento no uso das PAM's e começou-se a valorizar novamente a Fitoterapia e a Naturopatia, agora, já com bases científicas. Esta valorização deve-se ao facto dos novos medicamentos de síntese produzirem efeitos secundários e dependência e, pelo facto de que, quando se usam as plantas medicinais no seu todo, usamo-las de forma praticamente atóxica.

Garcia d'Orta, Dr Amato Lusitano, Dr João Vigier, Dr Félix de Avelar Brotero, Dr Rui Teles Palhinhas, Dr Raul de Oliveira Feijão, Dr Viveiros de Bettencourt, José Lyon de Castro, Dr Aloísio Fernandes Costa e Prof. Dr Américo Pires de Lima, são alguns dos nomes de renome que prestaram grande contributo no desenvolvimento desta área, em Portugal.

PRODUÇÃO DE PAM'S

Somos produtores de PAM's há vários anos, seguindo as normas do modo de produção biológico. Somos certificados pela SOCERT-Portugal.

Como produtores, seleccionamos sementes e plantas certificadas para a produção de PAM's, sendo possível garantirmos a conservação do material genético das nossas culturas.

Temo-nos vindo a dedicar à produção de lúcia-lima (*Lippia citriodora*), perpétua roxa (*Gomphrena globosa* L.), alcachofra (*Cynara scolymus* L.), erva cidreira (*Melissa officinalis* L.), hortelã-pimenta (*Mentha piperita* L.), hipericão do Gerês (*Hypericum androsaenum* L.), flor de fava (*Vicia faba* L.), helicrisium (*Helicrisum italicum*), equinácea (*Echinacea angustifolia*), erva príncipe (*Cymbopogon citratus*), estrela do Egípto (*Coreopsis tinctoria*), alecrim (*Rosmarinus officinalis* L.), entre outras.

Quando os nossos colectores de plantas recorrem à colheita em locais não poluídos, temos a preocupação de dar-lhes formação para a conservação das espécies, através da reprodução de estacas das plantas colectadas no ambiente, mas nos seus campos de cultivo. Para além de colherem PAM's na natureza, são também produtores de algumas espécies que tenham interesse comercial para a nossa empresa; neste caso, fornecemos as sementes ou estacas das nossas

* In: Figueiredo AC, JG Barroso, LG Pedro (Eds), 2007, *Potencialidades e Aplicações das Plantas Aromáticas e Medicinais. Curso Teórico-Prático*, pp. 155-157, 3ª Ed., Edição da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa - Centro de Biotecnologia Vegetal, Lisboa, Portugal.

plantas, para garantirmos a conservação do material genético.

TRANSFORMAÇÃO DE PAM'S

As etapas da secagem e conservação das PAM's são muito críticas. A secagem das PAM's deve ser feita o mais rapidamente possível, à sombra e num local bem arejado e ventilado, para que melhores sejam a qualidade e cor da planta seca. Fazemos também secagem das PAM's num secador eléctrico, com excelentes resultados.

Os piores inimigos das PAM's são o pó, o calor e a humidade. São estes os principais pontos críticos a controlar num Sistema de Autocontrolo HACCP, que está a ser de momento implementado no nosso grupo de empresas.

Dispomos de equipamento em inox, apropriado à transformação de PAM's: secador eléctrico, tamisadora, peneiras manuais, máquinas com vários tipos de corte, moinho de martelos, crivadora com detecção de metais, misturadora, embaladora automática,...

Somos uma equipa empenhada em melhorar o trabalho que desenvolvemos, dia após dia, para que possamos oferecer ao mercado nacional e internacional, chás e tisanas de qualidade!

COMERCIALIZAÇÃO DE PAM'S

As PAM's são comercializadas em celofanes com um cabeçote identificativo, onde estão discriminadas as seguintes informações:

- Nome da planta
- Parte da planta utilizada
- Nome botânico
- Peso aproximado
- Modo de usar/preparar
- Precauções de uso (quando existam)
- Lote
- Consumir de preferência antes do fim de (2 anos após embalamento)
- Código de barras
- Ponto verde
- Nome e morada da nossa empresa
- Conservar em local seco e fresco ao abrigo da luz e da humidade

As nossas PAM's obtidas segundo o modo de produção biológico, são comercializadas em pacotes de papel reciclado com uma pequena abertura para visualização do conteúdo e um rótulo informativo com as informações acima discriminadas.

Para além das plantas comercializadas individualmente, comercializamos também tisanas compostas, ou seja, 4-5 PAM's misturadas entre si de acordo com fins terapêuticos específicos. Neste caso, para além das informações acima discriminadas, informamos também a percentagem com que cada planta entra em cada composição, para que possamos disponibilizar não só a composição qualitativa como também a quantitativa.

Dentre os vários modos de preparação das PAM's, destacam-se:

- **Infusão:** usada para folhas, flores e plantas delicadas. Colocar uma colher de sopa de plantas em meio litro de água fervente e deixar em infusão durante 5-10 minutos, tapando o recipiente e mexendo várias vezes. Coar e beber quente.
 - **Decocção ou Cozimento:** usada para raízes, cascas, caules e sementes de plantas. Este aquecimento prolongado vai permitir a extração dos princípios activos das partes mais lenhosas das plantas. Colocar uma colher de sopa de plantas em meio litro de água. Ao fim de 15-30 minutos, aquecer até levantar fervura e deixar ferver durante 5 minutos. Coar e beber quente.
 - **Maceração a Frio:** usada para plantas específicas cujo uso tradicional esteja baseado nesta forma de preparação ou para plantas com algumas contra-indicações. Colocar uma colher de sopa de plantas em meio litro de água fria e deixar em maceração
-

durante 6-12 horas, mexendo de hora a hora. Coar e beber frio ou morno.

Dispomos de uma equipa de 4 vendedores que cobrem as lojas da especialidade (ervanárias, centros dietéticos, clínicas, para-farmácias, supermercados,...) de todo o país, 2 lojas para venda directa (Seixal e Cotovia) e um restaurante vegetariano (Seixal). Fechamos portanto o ciclo desde a produção à venda directa dos produtos que produzimos.

AROMATERAPIA

Definição de Aromaterapia

A aromaterapia possui as suas raízes nas mais antigas práticas curativas da humanidade. Consiste numa terapia natural que deve ser utilizada em sinergia com outras terapias naturais, para a prevenção e tratamento de várias doenças e sintomas, com o uso de óleos essenciais puros concentrados. O uso frequente dos óleos essenciais contribui para a promoção e manutenção de um estado de saúde e vitalidade.

Óleos Essenciais

Os óleos essenciais são substâncias voláteis aromáticas altamente concentradas, que podem ser obtidos por várias técnicas de extracção: destilação indirecta por arrastamento de vapor de água, pressão a frio das cascas de citrinos e por extracção com solventes orgânicos. De entre estas técnicas, apenas nos dedicamos à destilação indirecta por arrastamento de vapor de água, para a obtenção de óleos essenciais de origem biológica.

Nesta técnica de extracção industrial, uma caldeira com água fervente injecta vapor de água num recipiente contíguo no qual se encontram as PAM's a destilar. Deste recipiente sai o vapor de água misturado com os óleos essenciais obtidos no estado gasoso. Seguidamente, estes vapores sofrem condensação aquando da sua passagem por serpentinas que são arrefecidas com água fria, obtendo-se no final do processo de destilação, uma mistura líquida de óleos essenciais e água de destilação (água floral ou hidrolato), num vaso florentino. Após algumas horas de repouso, os óleos essenciais separam-se da água de destilação, pela diferença de densidades, formando-se duas fases.

A pressão a frio é exclusivamente utilizada para a extracção de óleo essencial das cascas de citrinos, em tabuleiros perfurados por agulhas em toda a sua extensão.

A extracção por solventes orgânicos não é muito utilizada, dado que se trata de um processo muito caro e dispendioso. É particularmente aplicada à obtenção dos óleos essenciais de jasmim e rosa.

Principais Aplicações dos Óleos Essenciais

Os óleos essenciais podem ser utilizados como matérias-primas nas áreas da cosmética, farmacologia e perfumaria ou usados puros na área da Aromaterapia. As águas florais ou hidrolatos podem ser eficazmente utilizados como tónicos faciais de limpeza.

De entre as principais aplicações dos óleos essenciais em Aromaterapia, destacam-se:

- Inalações de óleos essenciais
- Massagens aromáticas
- Banhos aromáticos
- Compressas aromáticas
- Desodorizantes e Purificadores do Ar
- Perfumes e Colónias

Para mais informações, consultar o nosso Manual de Utilização de Aromaterapia (1).

(1) Manual de Utilização de Aromaterapia (2006), 7ª Edição, Segredo da Planta, Produtos Naturais e Biológicos, Lda.