



## Araruta: Resgate de um Cultivo Tradicional

Maria Cristina Prata Neves<sup>1</sup>  
Irmair da Silva Coelho<sup>2</sup>  
Dejair Lopes de Almeida<sup>3</sup>

### Introdução

A araruta é uma planta herbácea cujo nome científico é *Maranta arundinacea*. Pertence a um grande grupo de plantas denominado Zingiberales. Neste grupo estão reunidas 8 famílias de plantas tipicamente tropicais, que compreendem 89 gêneros e cerca de 1800 espécies. Algumas são comestíveis, como a banana, o gengibre, a cúrcuma ou açafrão indiano que usamos no Brasil e a araruta, outras são plantas ornamentais de grande beleza, como a helicônia, estrelitzia, alpínia, cana-da-Índia e a árvore do viajante.

Ao contrário da cúrcuma e do gengibre que são originárias da Ásia, a araruta é originária da América do Sul, ocorrendo em toda a região costeira, desde as Guianas até o Rio de Janeiro.

Os indígenas de toda a região de ocorrência da araruta conheciam bem a planta, havendo indícios de seu cultivo a mais de 7.000 anos atrás (WIKIPEDIA, 2005). No Brasil, os Caraíbas e os Caiapós cultivavam numerosas variedades de marantáceas, em campos dentro da floresta, nas margens das trilhas que ligavam uma aldeia à outra, nas clareiras naturais ou nas roças de morro, geralmente feitas por mulheres idosas da aldeia, constituindo reservas de alimento para fazer frente à escassez, no caso de enchentes ou perda de colheitas. Essas roças representavam valiosos bancos de reserva dessas e de outras plantas tuberosas (POSEY, 1985). Os Pataxós de Coroa Vermelha, na Bahia, pela proximidade com as áreas de turismo e possibilidade de viver da venda de artesanato, abandonaram a agricultura e perderam seus bancos de reserva, a tal ponto que os jovens já desconheciam por completo a cultura. Num programa realizado pela Embrapa na década

de 90, com o objetivo de restaurar as práticas agrícolas e a cultura tradicional, as mulheres idosas da aldeia de Coroa Vermelha se lembraram da araruta que, entretanto, já não existia mais na região sul da Bahia. Em 1999, coube aos pesquisadores da Embrapa Agrobiologia fornecer as mudas para re-introdução da araruta nas aldeias Pataxós (PINSKY, 1999).

### Origem do nome ARARUTA

Uma pesquisa feita pela Internet mostra que a origem mais provável do nome araruta é derivado do nome da tribo Aruak, índios que habitavam desde o Amazonas até a região do Caribe. Eles cultivavam a *Maranta arundinacea* e extraíam o amido que usavam para engrossar sopas que eram usadas para tratar diarreia, especialmente de crianças, para fortalecer parturientes e como purificador do sangue. O macerado fresco dos rizomas contém substâncias ácidas e consta que os índios aplicavam como compressas contra feridas provocadas por flechas ou como antídoto, nas picadas de insetos e outros animais peçonhentos.

Os colonizadores ingleses chamavam o produto de "*Aruak root starch*" ou seja, "*polvilho da raiz dos Aruak*" que acabou corrompido para "*arrowroot*", ou seja, derivando para português como araruta.

O nome inglês também pode ser devido ao uso medicinal das plantas ou mesmo pelo formato dos rizomas que têm forma de uma ponta de flecha que em inglês se traduziria como "*arrow root*" (SILVA & MONTEIRO, 1968).

Uma outra versão, diz que os Aruaks chamavam a planta de "*aruaque aruá-aru*", significando

<sup>1</sup> Bióloga. PhD. Pesquisadora da Embrapa Agrobiologia, BR 465, km 7, Caixa Postal 74505, CEP 23851-970, Seropédica, RJ - E-mail: mcpneves@cnpab.embrapa.br

<sup>2</sup> Professora aposentada do Colégio Técnico da UFRRJ

<sup>3</sup> Engº Agrônomo. PhD. Pesquisador da Embrapa Agrobiologia, BR 465, km 7, Caixa Postal 74505, CEP 23851-970, Seropédica, RJ - E-mail: dejair@cnpab.embrapa.br

"refeição das refeições", pelo fato de considerarem especiais as refeições preparadas com o polvilho que tem como uma das propriedades mais destacadas sua alta digestibilidade.

A planta é também conhecida em países de língua inglesa como planta rezadeira (*prayer plant*) devido à tendência das plantas, sempre na parte da tarde, enrolarem as folhas e mantendo-as bem eretas, apontadas em direção ao céu, como se estivessem rezando.

### Características botânicas

A araruta é uma planta herbácea perene rizomatosa, ou seja, que forma rizomas, comuns nas florestas tropicais. Os rizomas são caules prostrados que crescem horizontalmente sob o solo e que emite raízes, folhas e ramos a partir de seus nós. No caso da araruta, os rizomas são fusiformes, muito fibrosos e acumulam amido que formam as reservas para o desenvolvimento de uma nova planta. Cresce formando touceiras que podem chegar a 1,2 m de altura. As folhas são alternadas, têm a forma de lança, com longos pecíolos e apresentam um pulvino bastante proeminente na base que possibilita movimentos diurnos às folhas que se colocam fechadas e eretas ao entardecer. Apresentam pequenos pêlos na face inferior. As flores são pequenas, brancas, e podem ser solitárias ou em conjunto de 3 ou 4 dispostas em panículas terminais, protegidas por brácteas invaginantes. O fruto é muito pequeno e as sementes são avermelhadas, mas a planta é multiplicada mesmo através dos rizomas que emitem abundante brotação (PIO CORRÊA, 1984).



Plantação de Araruta

As duas variedades mais encontradas são a comum e a creoula. A primeira produz rizomas que podem atingir até 30 centímetros. São claros

e cobertos por uma escama muito fina que solta com facilidade. Na variedade creoula, os rizomas crescem mais superficialmente e apresentam uma coloração escura e se não forem muito bem lavados para retirar toda a película, produzem uma fécula escura de baixa qualidade.

### Manejo da cultura

A araruta prefere as regiões de temperatura média mensal maior do que 22°C, com boa distribuição de chuvas. Esse tipo de clima é característico do sul do Brasil, estendendo-se para o norte, nas zonas elevadas, onde a altitude abranda a temperatura e ocasiona precipitações abundantes. Prefere solos arenosos e profundos, ricos em matéria orgânica que favorecem o desenvolvimento dos rizomas. No entanto, devem ser evitados os solos pesados, muito argilosos, pois não tolera muita umidade ou solos arenosos muito secos e pobres. Os solos de baixada, desde que bem drenados são adequados (SILVA & MONTEIRO, 1968).

São plantas rústicas, muito resistentes e altamente micorrizadas. A associação da araruta com os fungos micorrízicos é uma das explicações para a rusticidade e resistência desta planta. Os estudos de COELHO (2003) mostram que cerca de 80% das raízes da araruta são micorrizadas. Mostraram também que o nível de P nas folhas, caule, raízes e rizomas não foi influenciado pela adubação suplementar com até 8 t/ha de cama de aviário

A araruta é plantada a partir dos rizomas inteiros ou das extremidades finas de rizomas grandes. Pode ser aproveitada a brotação natural dos rizomas que ficam no solo por ocasião da colheita. O plantio é anual e feito no início das chuvas. Cerca de 2.000 a 3.000 kg de rizomas são usados para plantar um hectare. São plantadas em covas de 20 cm dispostas em leiras, com espaçamento de 80 cm entre linhas e 30-40 cm entre covas. Mas em regiões com pouca oferta de água, é recomendado o plantio em sulcos.

As plantas crescem lentamente até 90 dias, independente dos tratamentos culturais usados, aumentando rapidamente o crescimento nos meses seguintes até atingir o máximo desenvolvimento tanto de rizomas como de folhagem aos 240 dias após o plantio (COELHO, 2003).

Como não são plantas exigentes, crescem bem aproveitando a adubação residual da cultura que lhe antecede. Se necessário, é recomendada uma adubação com esterco curtido ou composto de

cerca de um quilo por metro de leira (COELHO, 2003).

A araruta pode ser facilmente consorciada com culturas que tenham uma duração de até 4 meses, como, por exemplo, o feijão. No caso de consórcio com leguminosas para adubação verde, tais como a crotalária, esta deve ser cortada após os 4 meses de crescimento. Manejada dessa maneira, a crotalária proporciona um excelente desenvolvimento para as plantas de araruta que chegam a produzir entre 20.000 e 23.000 kg de rizomas por hectare, nas condições da Fazendinha Agroecológica Km 47, localizada em Seropédica, estado do Rio de Janeiro (ALMEIDA, D. L. de, comunicação pessoal em 2005).

A cultura tem se apresentando praticamente livre de pragas e doenças e, no sistema de produção orgânica, se desenvolve sem nenhum problema fitossanitário desde que sejam usadas mudas ou rizomas de plantações sadias.

A colheita pode ser feita 9 a 10 meses depois do plantio quando as plantas apresentam as folhas amareladas e secas, tombadas sobre o solo.

Os tratos culturais da cultura limitam-se a capinas e amontoas, que podem ser manuais ou mecanizadas.



*Araruta pronta para colheita*

### Usos da araruta

O uso tradicional da araruta é na forma do polvilho que é extraído dos rizomas depois de triturados. A massa fibrosa contendo o amido é peneirada e lavada para separação da fibra e de cantação do amido ou fécula. A fécula é seca e peneirada para confecção de bolos e biscoitos ou do mingau de araruta oferecido principalmente a pessoas debilitadas e convalescentes. A fibra era usada na alimentação de animais.

Porém, hoje com a valorização das fibras na alimentação humana estão sendo procurados outros usos para a araruta, como por exemplo, a farinha contendo tanto as fibras como o amido, em estudos na Embrapa Agroindústria de Alimentos.



*Rizoma de Araruta*

O amido da araruta tem características e qualidades consideradas inigualáveis. Conferindo leveza e alta digestibilidade aos confeitos. Uma outra característica importante dos alimentos feitos com a araruta é a ausência de glúten (uma proteína característica do trigo, da aveia, do centeio e da cevada e derivados) o que os torna recomendáveis para pessoas que apresentam intolerância alimentar a esta proteína.

O polvilho da araruta foi gradualmente sendo substituído pelo da mandioca mais fácil de industrializar, mas sem as mesmas características de fácil digestibilidade e capacidade de gelificação. O plantio escasso e a dificuldade para obtenção do polvilho puro fizeram a indústria alimentícia abandonar a comercialização do produto e a araruta praticamente desapareceu do mercado.

### Resgate da cultura da araruta

O resgate de culturas tradicionais, como a araruta, o mangarito e a cará, é uma das linhas de pesquisa realizadas na Fazendinha Agroecológica Km 47, um convênio entre a Embrapa Agrobiologia, a Embrapa Solos, a Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro e a Pesagro-Rio.

Por serem propagadas por rizomas e tubérculos, essas espécies podem facilmente desaparecer, pois dependem do replantio constante do material propagativo. Materiais de diferentes origens estão sendo mantidos.

O resgate da importância da araruta para a cultura brasileira e para a agricultura familiar, em

especial, tem se dado através de estímulo e orientações para seu plantio e também através de participação em eventos e de publicações variadas que inclusive resgatam a culinária tradicional e os antigos sabores do tempo de nossos avós (COELHO et al., 2005). É estimulada a troca de materiais com as pessoas interessadas para que a diversidade genética possa ser preservada. Além disso a Embrapa Agrobiologia, através da Área de Comunicação e Negócios envia graciosamente rizomas de araruta por remessa postal a pagar.

## Referências Bibliográficas

COELHO, I. da S. **Efeito da consorciação e da adubação orgânica sobre a cultura da araruta (*Maranta arundinacea* L.)**. 2003. 48 p. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, RJ.

COELHO, I. da S.; SANTOS, M. da C. F.; ALMEIDA, D. L. de; SILVA, E. M. R. da; NEVES, M. C. P. **Como plantar e usar a araruta**. Brasília: Embrapa Informação Tecnológica; Seropédica: Embrapa Agrobiologia, 2005. 55 p.

PINSKY, L. **De volta à mesa pataxó - Redescoberta planta do receiptário indígena** Disponível em: <<http://epoca.globo.com/edic/19991129/ciencia3.htm>>. Consultado em: 28 out. 2005.

PIO CORRÊA, M. **Dicionário das plantas úteis do Brasil e das exóticas cultivadas**. Rio de Janeiro: Imprensa Nacional, 1984. v. 1. p. 150-151, 309. Editado pelo Serviço de Informação Agrícola.

POSEY, D. A. Indigenous management of tropical Forest ecosystems: the case of the Kayapo indians of the Brazilian Amazon. **Agroforestry Systems**, Holland, v. 3, p. 139-158, 1985.

SILVA, J. R. S.; MONTEIRO, D. A. Cultura da araruta industrial. **O Agrônomo**, Campinas, v. 20, n. 11/12, p. 11-21, 1968.

WIKIPEDIA. The free encyclopedia. **Arrowroot**. Disponível em: <<http://en.wikipedia.org/wiki/Arrowroot>>. Consultado em: 30 out. 2005.

## Literatura Consultada

GLOBO RURAL. **Araruta**. Enciclopédia. Disponível em: <<http://agrov.com/vegetais/raizes/araruta.htm>>. Consultado em: 31 out. 2005.

GRIEVE, M. **Arrowroot**. Disponível em: <<http://botanical.com/botanical/mgmh/a/arrow064.html>>. Consultado em: 31 out. 2005.

LEONEL, M.; CEREDA, M. P. Physicochemical characterization of some starchy tubers. **Ciência e Tecnologia de Alimentos**, Campinas, v. 22, n. 1, p. 65-69, 2002. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-20612002000100012&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-20612002000100012&lng=en&nrm=iso)>. Consultado em: 31 out. 2005.

PLANTS PROFILE. **Maranta arundinacea L. arrowroot**. Disponível em: <[http://plants.usda.gov/cgi\\_bin/plant\\_profile.cgi?earl=plant\\_profile&symbol=MAAR3](http://plants.usda.gov/cgi_bin/plant_profile.cgi?earl=plant_profile&symbol=MAAR3)>. Consultado em: 31 out. 2005.

## Comunicado Técnico, 79



Exemplares desta publicação podem ser adquiridos na:

### Embrapa Agrobiologia

BR465 – km 7  
Caixa Postal 74505  
23851-970 – Seropédica/RJ, Brasil  
Telefone: (0xx21) 2682-1500  
Fax: (0xx21) 2682-1230  
Home page: [www.cnpab.embrapa.br](http://www.cnpab.embrapa.br)  
e-mail: [sac@cnpab.embrapa.br](mailto:sac@cnpab.embrapa.br)

1ª impressão (2005): 50 exemplares

## Comitê de publicações

Eduardo F. C. Campello (Presidente)  
José Guilherme Marinho Guerra  
Maria Cristina Prata Neves  
Verônica Massena Reis  
Robert Michael Boddey  
Maria Elizabeth Fernandes Correia  
Dorimar dos Santos Felix (Bibliotecária)

## Expediente

Revisor e/ou ad hoc: Alberto Feiden e Renato Linhares de Assis  
Normalização Bibliográfica: Dorimar dos Santos Félix.  
Editoração eletrônica: Marta Maria Gonçalves Bahia.