

"GUARANA" Em seu produto que se podem chamar miraculosas. São las as suas virtudes, no que diz respeito à conservação da juventude e à obtenção da longevidade, que desmora pessoalmente sua referência para o final d'esse estudo sobre os principais alimentos "de eleição".

Quase a totalidade da produção desse maravilhoso produto da zona do município de Maués, no Estado do Amazonas. Em nenhum outro lugar do mundo é o guaraná encerrado e feita a produção anual labica de 285 toneladas é consumida no território nacional, em forma de pó, refresco e alguns produtos farmacêuticos.

Seu nome científico é *Passiflora Cupana* e a alcalóide responsável por um agradável sabor é o tetrametoxilato, muito semelhante à cafeína, possuindo propriedades estimulante e excitante como aquela.

Entre os indígenas brasileiros da região amazônica, o guaraná gineo de tradicional fama como prolongador da vida e produtor da juventude permanece. Seus frutos são tipicamente septários que formam cachos de 15 a 50 unidades. Após a destilação, o fruto esmagado-se a um tubo humano, fato esse que justifica a lenda corrente entre os índios Maués, recolhido por Nunes Pereira e apresentada em seu estudo sobre aquelas tribos.

— A jovem e simpática Onhiamuacé estava em idade de casar. Todas as moças da tribo eram pretendentes à sua mão, como também vários dos primos da floresta. O cacique, no entanto, não desejava que ela se casasse, porque era a única pessoa que conhecia as propriedades das plantas amazônicas, orientando a Paga na cura das enfermidades. Uma cura muito sabida, conhecendo a magia de fazer uma donzela engravidar por simples toque no tornozelo, foi colocada no caminho da moça e quando esta voltava da mata, onde fora colher plantas medicinais, viu em seus lados pernas. Poucos meses depois o ventre da bela índia começou a crescer, o que motivou a ira do cacique e dos próprios irmãos da jovem. Logo nasceu a criança, começando os seus deparados a urdir o trama de seu castigo. Onhiamuacé manteve-se sempre vigilante, assegurando que o filho crescesse forte e sadio, até a idade de fazer. Certo dia porém, apresentando-se de uma ligeira distração de mãe, os feitizes selvagens mataram a criança sem a menor piedade.

Desesperada ante o cadáver do filho, Onhiamuacé jurou que a faria tornar-se eterno, servindo-se dos conhecimentos que possuía sobre as virtudes das plantas amazônicas. Arrancou então um dos ramos do manau e plantou-o, invocando com mágicas palavras e estranho ritual, as gênias das árvores e as duendes da floresta, para dizer solemnemente:

— "Tu, filho querido, viverás por toda a eternidade, nas sementes da trepadeira que farei nascer do teu siso. Faze-o bem a todas as tribos, livrando-as das enfermidades e dando-lhes longa vida. Aquelas que beberem o sumo ou comem os bagos da fruta que de ti nascerem, tornar-se-ão jovens como tu eras e não conhecerão as horras da velhice".



As plantas devem estar sempre limpas e bem cuidados, e, sempre que possível, o solo fertilizado através de adubações.

Poucos dias depois, surgiu-se um grande ruído no lugar onde a índia havia enterrado o siso do filho. Todos correram para lá, e quando Onhiamuacé camu a terra no siso exato donde provinha o barulho, surgiu dali uma formosa criança, forte e sorridente, que foi a primeira Mãe, dando origem a tribo que tem esse nome. Naquela lugar, dias depois, graças à trepadeira começou a crescer, produzindo frutos exatamente iguais ao siso do menino assassinado.

Com esta singular lenda justificam os índios do Amazonas as extraordinárias virtudes do guaraná. Na verdade, entre os índios Maués, a longevidade atinge limites quase inimagináveis, contando-se inscrições de mais de 150 anos de idade que trabalham como se fossem verdadeiras moças.

Possivelmente esse miraculoso vegetal contém alguns elementos, cuja descoberta da ciência oficial e aos quais se devem as propriedades vitalizadoras da planta.

Os refrigerantes comerciais, que levam o nome de guaraná, contém quantidades insignificantes da alcalóide da fruta, motivo pelo qual não servem para rejuvenescimento consciente. O

melhor meio de usar-se o verdadeiro guaraná é em pó ou em bebidas, sendo necessário, nesse último caso, retirar-se antes para utilizá-lo convenientemente".

A respeito do assunto, eis o que fala o Gen. Celso Miranda:

GUARANA — "elixir da longevidade"

"O 'Elixir da Longevidade' deve estar sempre presente no armário ou no refrigerador do aspirante a uma vida longa e sã. É de fácil preparação e pode ser consumido num frasco ou garrafa, acompanhado o candidato ao trabalho e aos passeios. Seu consumo mínimo diário é de três xícaras e a máxima de cinco copos. A composição desse maravilhoso alimento é a seguinte:

- Leite comum 1 litro.
- Lévedo de cerveja em pó 1/2 colher de sopa.
- Leite em pó sem gordura 3 colheres de sopa.
- Cerveja de trigo 1/2 colher de água.
- Melado preto 2 colheres de sopa.
- Mel de abelha 1 colher de sopa.
- Guaraná em pó 1 colher de chá."



Plantação de guaraná em Maués-Amazonas.