

—

Flor de Borragem

in casadasciencias.org/banco-imagens

CITAÇÃO

Almeida, R. & Pissarra, J. (2022)
Flor de Borragem,
Rev. Ciência Elem., V10(03):058.
doi.org/10.24927/rce2022.058

EDITOR

João Nuno Tavares
Universidade do Porto

EDITOR CONVIDADO

Alexandre Lopes Magalhães
Universidade do Porto

RECEBIDO EM

06 de setembro de 2022

ACEITE EM

06 de setembro de 2022

PUBLICADO EM

20 de dezembro de 2022

COPYRIGHT

© Casa das Ciências 2022.
Este artigo é de acesso livre,
distribuído sob licença Creative
Commons com a designação
[CC-BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/), que permite
a utilização e a partilha para fins
não comerciais, desde que citado
o autor e a fonte original do artigo.

A propósito da belíssima flor da borragem (*Borago officinalis*), este comentário remete para uma descrição anatómica da planta e suas utilizações. A borragem é uma herbácea anual que pode atingir 70 cm de altura. Nativa da região Mediterrânea, encontra-se naturalizada em outras regiões. Os caules e as folhas são recobertos por indumento hirsuto-áspero. As folhas são alternas, simples; as basilares são ovadas, elípticas ou lanceoladas; as caulinares são ovado-oblongas a lanceolado-oblongas, as superiores, decorrentes e rentes. As flores, em inflorescências cimeiras ramificadas, têm pedicelos longos avermelhados, corola em forma de estrela com cinco pétalas azul-violeta ou rosadas, nectários a rodear o tubo floral e estames com anteras purpúreas e compridas. Ainda que prefira solos calcários, a borragem encontra-se em todo o país em prados, pousios, incultos e escombros. É cultivada para alimentar apiários e consociada em culturas variadas para atrair insetos auxiliares no controlo de pragas. Das sementes extrai-se um óleo rico em ácido γ -linoleico utilizado em cosmética.

José Pissarra
Ciências/Universidade do Porto

Ao longo da história muitas são as referências a Borago ou Borragem, planta cheia de propriedades medicinais e fonte de uma grande variedade de nutrientes únicos. Nativa do mediterrâneo, *Burrach* foi o nome que os celtas deram a esta planta, significando "alegre coragem". É conhecida desde a antiguidade e Plínio "o Velho" acreditava que esta planta era a *Nepenthe* da *Odisseia de Homero* que induzia o esquecimento quando infundida em vinho. Dioscórides, médico romano, precursor da Botânica moderna, na sua obra *De materia medica*, sugeria infusões vínicas de borago para "levantar os espíritos deprimidos" e Gerald, na sua obra *Herbal* celebrou as qualidades da borragem afirmando que "*conforta o coração, afasta a tristeza e aumenta a alegria*". Curiosamente, entre outras novidades, a investigação mais recente demonstra que a borragem pode estimular a produção de adrenalina verificando-se ter importante papel no tratamento da depressão. Sendo a fonte vegetal mais rica conhecida de ácido gama-linoleico (GLA), parece que também poderá trazer alguma esperança na luta contra o cancro.

Rubim Almeida
Ciências/Universidade do Porto

rce.casadasciencias.org



