

QUE PLANTA É ESSA?

Escrito por Úrsula Passos de Lima Leite

Eu adoro soprar essa bolinha felpuda que, às vezes, encontro no jardim. Essa planta é o **dente-de-leão**. E você, já viu uma plantinha como essa em algum lugar? Vamos conhecer mais sobre ela!

UMA FLOR QUE MUDA DE FORMA

A flor do dente-de-leão é amarela e pode se tornar branquinha depois de um tempo. Ela fica cheia de sementes, que voam com o vento, se espalham e, ao caírem no solo, dão origem à novas plantas que florescem no momento certo. Legal, né? Porém são consideradas **ervas daninhas** e são encontradas facilmente em jardins, calçadas e terrenos vazios.

FICHA TÉCNICA

NOME POPULAR
Dente-de-leão

OUTROS NOMES POPULARES

Taráxaco, papai-careca, amor-de-homem, vovô-careca, amargosa, alface-de-cão, salada-de-toupeira, careca-do-seu-pai e outros.

NOME CIENTÍFICO
Taraxacum officinale

DISTRIBUIÇÃO GEOGRÁFICA

É originária do continente europeu, mas pode ser encontrada em quase todo o hemisfério sul e apenas em zonas quentes no hemisfério norte.

CARACTERÍSTICAS GERAIS

Pode crescer até 50 cm de altura. A raiz é profunda e grossa com a parte externa marrom e o interior branco leitoso. O caule é bem liso e oco, de cor avermelhada, com uma roseta de folhas que saem do meio da planta. As folhas podem ter a borda quase lisa, ou denteada. O formato da folha deu origem ao nome da planta, dente-de-leão. É considerada uma erva daninha.





FAÇA UM PEDIDO

Há quem diga que ao soprar devemos fazer um pedido. Também dizem que a quantidade de sementes que fica presa é a quantidade de cabelo que o seu pai, ou o avô, terá na cabeça. Se todas as sementes voarem, quer dizer que vão ficar carecas. Engraçado, não é mesmo?

No nordeste do Brasil, o dente-de-leão é conhecido como esperança e existe até uma frase que é falada antes de soprar. Repete aí:

“Abre as janelas e deixa a esperança entrar na tua casa, trazida pelo vento da tarde.”

Além dessas brincadeiras legais que podemos fazer com o dente-de-leão, essa planta também é conhecida por ter propriedades medicinais. Você sabe o que é isso?



PLANTA MEDICINAL E COMESTÍVEL

O chá feito das flores do dente-de-leão ajuda a digestão e alivia a prisão-de-ventre, que acontece quando ficamos com gases na barriga e o pum não consegue sair, sabe? Pode até doer um pouco.

Outra coisa muito interessante é que o dente-de-leão é comestível. Você deve ter pensado: Como assim? Ou, eca! Mas é verdade! O dente-de-leão é considerado uma Planta Comestível Não Convencional (Panc). Isso quer dizer que podemos comer, só que não é comum isso acontecer. Elas são plantas com alto valor nutritivo, têm vitaminas A, C e K, além de **vitamina E** e as do complexo B.

Até as raízes dessa planta podem ser usadas para fazer um chá forte, que parece café, pois as raízes são torradas e moídas para serem consumidas.

ATENÇÃO!

Tome cuidado com a higiene e tipo de local que você vai retirar essas plantas. Não pode comer dente-de-leão de qualquer lugar por aí, combinado?

NA HORA DE DESCARTAR NO LIXO, CORTE O ELÁSTICO DA SUA MÁSCARA



Quem nunca viu uma máscara descartável jogada na rua? Cuidado, pois esse lixo pode matar. Um artigo publicado no *Animal Biology* registra animais com corpos presos em elásticos de máscaras e aves usando máscaras como material para a construção de ninhos. São listadas 28 espécies afetadas pelo lixo, incluindo um caso brasileiro de pinguim que comeu uma máscara N95 e morreu.

Como podemos diminuir esse problema?

Corte o elástico da máscara antes de descartá-la e nunca jogue máscaras ou luvas em qualquer lugar que não seja a lata de lixo.

