

LIMÃO *Citrus limon* (L.) Burm. f

http://www.plantamed.com.br/plantaservas/especies/Citrus_limon.htm



Plantamed

Última Revisão: 01/03/2012 11:14:27

Citrus limon (L.) Burm. f. - LIMÃO-SICILIANO

Nome científico: *Citrus limon* (L.) Burm. f.

Família: Rutaceae.

Sinônimos botânicos: *Citrus limonelloides* Hayata, *Citrus medica* var. *limon* L., *Citrus X limonum* Risso, *Citrus limonum* Risso, *Citrus limon* var. *rajahmudri*, *Citrus limonia* var. *digitata* Risso, *Citrus limonia* var. *limetta* Engl.

Outras espécies de Limão com usos similares: *Citrus limonia* (L.) Osbeck (limão-cravo), *Citrus aurantifolia* (Christm.) Swingle (limão galego, limão tahiti).

Outros nomes populares: limoeiro, limão-eureka, limão-gênova, limão-feminello, limão-monochelo, limão-lisboa, limão-verde, limão-verdadeiro; zitrone (alemão), lai men g (chinês), limón (espanhol), citron (francês), limoen (holandês), lemon (inglês), limone (italiano), lajm (russo).

Constituintes químicos: felandrina, hidrocarbonetos terpênicos, limonina, óleo essencial ((limoneno), ácidos orgânicos (cítrico e málico), bioflavonóides (hespiridina), pectinas, vitamina A (retinol), vitamina B1 (tiamina), vitamina B2 (riboflavina), niacina), sais minerais (potássio, fósforo, ferro, cálcio, sódio, magnésio, enxofre, cloro), vitamina C (ácido ascórbico).

Propriedades medicinais: adstringente, alcalinizante, antianêmica, antibiótica, antidepressiva, antiemética, antiescorbútica, antiespasmódica, antiinflamatória, anti-séptica, antitérmica, aperiente, bactericida, clareador da pele, depurativa, diaforética, diurético, expectorante, refrescante, sedativa, sudorífera, tônica estomacal, vermífuga, vitaminizante.

Indicações: acidez estomacal, afecções das vias biliares, amidalite, acidez gástrica, acne, amigdalite, artrite, ascite, asma, arteriosclerose, astenia, azia, caspa, câncer, cirrose, colesterol, colelitíase, desarranjos intestinal, diabetes melito, diarréia, difteria, dispepsia gotosa, disenteria, doenças do fígado, doenças da bexiga, doenças do coração, escorbuto, enjôo, envenenamento (soda e potassa), enxaqueca, escorbuto, estomatite, excesso de bÍlis, favorecer o aproveitamento do ferro, faringite, febre, febre tÍfica, feridas, fermentação gastrointestinal, gota, gripe, gastroenterite, hidropisia, hipertensão arterial, icterícia, impaludismo, impurezas no sangue, infecções em geral, inflamações em geral, linfatismo, náuseas, nefrite, nefrolÍtiase, nevralgia, obesidade, pedra nos rins, piorrÍeia, pirose, prevenir tosse, resfriado, reumatismo, soluço, tifo, tuberculose, úlceras em geral.

Parte utilizada: folhas, frutos (casca e suco).

Contra-indicações/cuidados: aplicado externamente, não se deve expor a pele ao sol, pois queima e provoca manchas escuras; a aromaterapia com óleo de limão é contra-indicada para diabéticos; desaconselhada para quem tem pressão baixa.

Em doses elevadas é convulsivo, provoca tremores, delÍrio e vertigens. Na aromaterapia, o óleo

essencial de limão usado em altas doses, por longos períodos de tempo, pode causar hipertensão arterial.

Modo de usar:

- *suco ou refresco de limão (limonada), coquetéis, sorvetes, caipirinha, temperar carnes, peixes, frutos do mar, aves, saladas e molhos;*
- *casca, em pedaços ou em raspas, condimento aromático ou matéria-prima essencial para doces, compotas, pudins, tortas, balas, cremes, recheios, suspiros, caldas etc., conservas em calda ou em compotas;*
- *2 gotas de limão e 1 colher (sobremesa) de óleo de amêndoas e 2 colheres (sopa) de açúcar: esfoliante natural para as mãos e os joelhos (os terpenos do limão ajudam a clarear as manchas e os cristais pentaédricos do açúcar removem células mortas);*
- *suco do limão misturado a açúcar e água em ceras de depilação caseiras;*
- *óleo essencial de limão na aromaterapia estética: prevenir varizes e a eliminar acne de peles oleosas;*
- *óleo essencial na perfumaria: para cabelos oleosos e claros (limpar, remover a oleosidade e eliminar resíduos de géis, mousses, aerossóis e laquês). Pode ser misturado a um xampu neutro e aplicado uma vez por semana nos fios.*
- *óleo essencial: formulação industrial de xampus, sabonetes, produtos de higiene bucal, cremes e óleos;*
- *óleo essencial de limão na aromaterapia: anemia, astenia, arteriosclerose, congestão hepática, dispepsia, doenças infecciosas, doenças da pele, falta de apetite, flatulência, hipertensão, hiperviscosidade do sangue e reumatismo;*
- *xarope ou extrato fluido de limão: expectorante, fluidificante, combater secreção catarral; xarope caseiro com mel, tem a mesma aplicação;*
- *suco de limão em gargarejos: inflamações na boca e na garganta;*
- *suco de limão decocção: malária;*
- *decocção de 1 limão cortado e rodelas bem fervido, 1 xícara 3 a 4 vezes ao dia;*
- *Meio limão num copo de água morna tomado em jejum: regimes de emagrecimento;*
- *cura pelo limão: durante 19 dias tomar o suco de limão, começando pelo suco de uma unidade. No segundo dia de dois limões e assim sucessivamente até atingir no décimo dia 10 limões. A partir daí ir diminuindo um por dia até que termine o tratamento no 19º dia tomando o suco de um limão;*
- *uso externo, sumo do limão misturado com açúcar, até formar uma pasta, é ótimo no tratamento da acne, da pele cansada e da oleosidade excessiva;*
- *uso externo, o sumo serve para clarear as mãos e amaciar as cutículas endurecidas, na cabeça, ele diminui a oleosidade do couro cabeludo e elimina a caspa;*
- *a casca, as folhas e as flores do limoeiro são usadas em chás e xaropes.*

Algumas espécies do gênero: [Citrus](#).

Foto é encontrada em:

www.botanical-online.com/fotoslimona.jpg

www.botanical-online.com/fotocitruslimonum.htm

<http://jouet.roger.free.fr/base/plantesemaine/agrumes.htm>

<http://www.frutas.radar-rs.com.br/frutas/limao/limao.htm>

[O limão na aromaterapia](#)

[Limão e a cromoterapia](#)

[Propriedades curativas do limão](#)

[Usos terapêuticos](#)

[Terapia de 20 dias do Limão](#)

[Indicações de usos interno e externo](#)

[Usos do limão na cosmética](#)

[Floral de Saint Germain](#)

Limão (Citrus limonium)

Foram os árabes que levaram o limão para a Europa, de onde ele se propagou para o mundo inteiro. Com vitaminas (A, B1, C) e sais minerais, a fruta é sempre lembrada em casos de gripes e resfriados, mas tem várias outras aplicações terapêuticas. Quando a casca ou o suco entram em contato com a pele, porém, é preciso lavar bem, com sabonete. Se antes da lavagem a parte afetada for exposta ao sol, ocorrerão manchas e queimaduras, provocadas pelas substâncias fotossensibilizantes do limão.

Provavelmente, o limão é a fruta mais conhecida e usada no mundo. São tantas suas aplicações na vida doméstica que fica difícil enumerá-las. Tudo nele é aproveitável. Com seu suco preparam-se refrigerantes, sorvetes, molhos e aperitivos, bem como remédios, xaropes e produtos de limpeza. Da casca retira-se uma essência aromática usada em perfumaria e no preparo de licores e sabões. enfim, muitas são as utilidades deste cítrico fácil de achar durante o ano todo, nas suas diversas variedades. Em geral, todos os tipos de limão têm aspecto semelhante, embora mudem no tamanho e na textura da casca, que pode ser lisa ou enrugada. Quanto à cor, variam do verde-escuro ao amarelo-claro, exceto uma das espécies, que se assemelha a uma mexerica.

O limão é uma excelente fonte de vitamina C, muito importante para combater as infecções, pois aumenta a resistência do organismo. contém ainda vitamina A e vitaminas do complexo B, além de sais minerais, como cálcio, fósforo e ferro. O suco de limão é um ótimo tônico e bactericida, mas não deve ser tomado puro, pois pode prejudicar o estômago devido à sua acidez.

As variedades de limão mais conhecidas são:

- limão-galego - pequeno e suculento, de casca fina, cor verde-clara ou amarelo-clara.
- limão-siciliano - grande, de casca enrugada e grossa, menos suculento e mais ácido que o galego
- limão-cravo - parecido com uma mexerica, tem casca e suco avermelhados e sabor bem forte
- limão-taiti - de tamanho médio, casca verde e lisa, muito suculento e pouco ácido.

Para comprar o limão deve-se tomar as seguintes precauções:

- limão-galego - deve ter casca fina e lisa. Escolha os mais pesados em relação ao tamanho e que cedam levemente à pressão dos dedos.
 - limão-siciliano - de cor verde e casca grossa. Escolha da mesma maneira que o limão-galego.
 - limão-cravo - mesmo verde, tem boa quantidade de suco, mas é sempre preferível escolher os maduros, pois têm maior valor nutritivo.
 - limão-taiti - com casca bem verde, quando maduro deve ceder à pressão dos dedos.
- Se o limão ainda está verde, guarde em lugar fresco, seco e arejado. Depois de maduro, conserve na geladeira, na gaveta própria para frutas e legumes. Um limão já cortado durará mais tempo se for guardado na geladeira, num pires coberto com uma xícara

DICAS CULINÁRIAS:

- para dar um gosto especial aos bolos, basta acrescentar raspa de casca de limão.
- o limão é o melhor tempero para ostras.
- para acompanhar legumes cozidos, peixes e assados, experimente o seguinte creme: misture 5 colheres (sopa) de suco de limão, 1 lata de creme de leite, um pouco de sal e pimenta-do-reino
- as bebidas alcoólicas, os refrescos e os chás ficam excelentes quando são temperados com umas gotas de limão
- para conservar a metade de um limão que ainda não foi usada, coloque num pires com água, com a parte cortada para baixo, e leve à geladeira.
- um pouco de suco de limão acrescido à água de cozimento dos frutos do mar deixa as carnes mais brancas e firmes.
- se for usar apenas algumas gotas de suco de limão, não desperdice a fruta toda. Faça um buraquinho com um palito e esprema a quantidade desejada. Depois volte a guardar o limão na geladeira.
- para conservar o limão por mais tempo, guarde em um vidro bem fechado.
- para obter mais suco do limão, bata a fruta com um martelinho antes de cortar.
- após ter espremido um limão para usar seu suco, embrulhe a casca em papel de alumínio e congele. Use em receitas que pedem casca de limão.
- quando for usar a casca de limão ralada, tome cuidado para não ralar junto a parte branca, porque ela amarga a receita.
- para que o doce de casca de limão fique bem verde, ferva em tacho de cobre.

CURIOSIDADES:

- para o tratamento da acne, faça uma pasta de suco de limão e açúcar e aplique sobre o rosto. A mesma pasta também serve para eliminar o excesso de oleosidade da pele.
- antes de fazer as unhas, amacie as cutículas endurecidas com um pouco de suco de limão.
- elimine a caspa e a oleosidade do couro cabeludo, massageando-o com suco de limão
- aproveite o bagaço do limão para eliminar o cheiro de peixe dos talheres e panelas. é só esfregar.
- use o bagaço do limão para clarear e amaciar as mãos. Coloque um pouquinho de açúcar na mão e esfregue o limão.
- melhore seu hálito fazendo gargarejos com 1 copo de água morna e o suco de 1/2 limão
- na Índia, a mulher escolhia o futuro marido fazendo-lhe uma estranha declaração de amor: atirava-lhe um limão.
- a Itália é o maior produtor de limão do mundo
- o limão-galego foi o primeiro cítrico introduzido na Europa.
- o maior limão conhecido pesava 2,83 kg.
- foi Colombo quem trouxe o limão para a América.
- se o móvel de madeira manchou com tinta de caneta, lave imediatamente com água fria e depois esfregue com suco de limão.
- para limpar os objetos de prata, esfregue com cinza de cigarro misturada com suco de limão.
- se num tecido lavável aparecer uma mancha de ferrugem, elimine-a da seguinte maneira: esfregue com limão e sal e coloque a peça no sol até secar. Depois, lave normalmente com água e sabão.
- nunca use limão na pele quando for expor-se ao sol.

Partes utilizadas: Folha e fruto

Propriedades medicinais do limão

O limão ácido por excelência - é o rei dos temperos e o campeão dos remédios. De gosto acre, de aroma agradabilíssimo e de efeito benéfico para o organismo, tem o limão a mais ampla aplicação na cozinha e na medicina.

Ajuda a tratar de: Afecções estomacais, aftas, feridas, gripes, microvarizes, resfriados, ressecamento da pele e da cutícula, tosses, unhas fracas e descascadas.

- Bom digestivo.

Utilidades Medicinais:

Acne - Evitar alimentos gordurosos e doces. Usar suco de limão com água, sem açúcar, várias vezes ao dia.

Amigdalite - Gargarejar várias vezes ao dia com água morna, suco de limão e um pouco de sal.

Asma - Tostar no forno um limão. Espremer e misturar o suco com mel. Tomar de hora em hora uma colher de chá.

Enjôo - Cheirar limão.

Estomatite - Bochechar com água e limão. Tomar duas ou três vezes ao dia um copo de água com meio limão.

Faringite - Proceder como indicado em amigdalite.

Febre - Cortar três limões médios em fatias finas. Pôr em 500 ml de água e levar ao fogo. Deixar ferver até que a água reduzida a um terço. Tomar 1/2 xícara de chá de hora em hora até que a febre baixe.

Feridas - Aplicar no local suco de limão com sal.

Gastrenterite - Tomar o limão bem diluído em água, sem açúcar, duas ou três vezes por dia, longe das refeições.

Gripe - Proceder como indicado em asma, ou tomar suco puro de limão três vezes por dia.

Solução - Deglutir o conteúdo de uma colher de sopa com suco de limão.

Três tipos de limões e suas características:

Limão Galego

Nome científico: *Citrus aurantifolia*

Família: Rutáceas

Nome comum: limão galego, galego, limão, limoeiro galego

Origem: Ásia

Descrição e característica da planta: o limão galego e o limão Taiti são agrupados como limas ácidas na classificação botânica. O limoeiro galego é uma árvore de pequeno porte, folhas de tamanho médio, ramos com muitos espinhos curtos e afiados. Tanto as folhas quanto os frutos têm um aroma suave e agradável, típico desse limão. As flores são brancas, têm os dois sexos na mesma flor (hermafroditas), compatíveis e produzidas em pequenos agrupamentos ou isoladas. Os frutos são arredondados, casca fina, suco ácido, de cor esverdeada, coloração da casca verde-clara, quando novos, e verde-amarelada a amarela, quando maduros, e contêm sementes pequenas. As condições climáticas favoráveis são: temperatura amena a quente, solos férteis, boa drenagem e boa disponibilidade de água durante o ano. Não tolera geada e solos encharcados. A propagação é feita por enxertia em porta-enxerto de plantas cítricas.

Produção e produtividade: as plantas, sem o vírus da tristeza dos citros, apresentam-se vigorosas e altamente produtivas. No entanto, quando um inseto, conhecido como pulgão, transmite o vírus, que causa doença conhecida como tristeza dos citros, a planta perde o vigor, as folhas ficam pequenas, amareladas, os ramos secam a partir do ponteiro, os frutos não crescem e produzem pouco suco. Em pouco tempo, ela entra em declínio e torna-se antieconômica. Como é uma doença causada por vírus,

não existe um método curativo para a doença. Entre as várias tentativas para vencer essa moléstia, a técnica que apresentou boa proteção foi a premunização. A premunização consiste na inoculação preventiva de estirpe fraco, do mesmo vírus que não causa danos às plantas, e que protege contra a ação de estirpe forte. Hoje, o limão galego não tem tanta importância como no passado, porque outros limões, como o limão Taiti, suprem o mercado, embora não tenha o mesmo aroma e sabor.

Utilidade: o limão galego é usado principalmente no preparo da limonada, da caipirinha, dos temperos de carnes diversas, sucos, sorvetes, bolos e doces.

Limão-siciliano

Nome científico: *Citrus limon*

Família: Rutáceas

Nome comum: limão-verdadeiro, limão-siciliano

Origem: Sudeste da Ásia

Descrição e característica da planta: A planta é perene, de porte pequeno a médio, com 3 a 6 metros de altura e ramos dotados de espinhos. As folhas novas apresentam cor avermelhada e depois passam para verde-clara. Elas são lisas, brilhantes, aromáticas, de 6 a 11 centímetros de comprimento e com extremidade afilada. As pétalas das flores são brancas na parte superior e púrpura na inferior, enquanto que os botões florais são avermelhados. Os frutos são ovais, grandes, o comprimento varia de 7 a 12 centímetros, aromáticos, dotados de um mamilo no ápice, a casca é mais ou menos grossa e amarela, quando maduros. A sua polpa é suculenta, firme, suavemente ácida e não se altera mesmo fora da geladeira. As condições favoráveis ao bom desenvolvimento da planta e à frutificação são: temperatura amena, boa distribuição de água durante o ano, solos não encharcados, boa fertilidade e ricos em matéria orgânica. A propagação pode ser feita por sementes e por enxertia. A enxertia é a mais usada e recomendada, por que mantém todas as características da planta matriz que forneceu o material, o que não ocorre quando se utilizam as sementes.

Produção e produtividade: Os maiores produtores mundiais de limão-siciliano são: a Argentina, a Espanha, os Estados Unidos e a Itália. O Brasil produz e exporta o fruto, mas é bem menos do que aqueles países. No município de Botucatu está instalada a Companhia Agrícola Botucatu, uma das maiores propriedades produtoras mundiais desse limão.

Utilidade: Os frutos são destinados ao mercado de fruta fresca, mas grande parte vai para o processamento de suco, extração de óleo e essências contidos na sua casca. O óleo é usado na indústria de bebidas de refrigerantes, na fabricação de cosméticos, essências aromáticas e na culinária. Uma tonelada de frutos pode render 5 quilos de óleo de cor amarela e apresenta inconfundível e agradável aroma de limões frescos. Os constituintes químicos dos frutos são: ácidos orgânicos, bioflavonóides, pectinas, vitaminas A, B1, B2, C e sais minerais (potássio, fósforo, ferro, cálcio, sódio, magnésio, enxofre e cloro). Os frutos, as folhas e outras partes da plantas são indicados na medicina natural.

Limão-Taiti

Nome científico: *Citrus aurantifolia variedade taiti*

Família: Rutáceas

Nome comum: limão-taiti, limão tahiti, limão-verde

Origem: desconhecida, porque é um híbrido. A origem do Citrus é a Ásia

Descrição e característica da planta: a planta tem um rápido crescimento, pode chegar a 4 metros de altura, a copa é arredondada e bem enfolhada. As folhas são de tamanho médio e com formato elíptico. Os botões florais e as pétalas são brancos e produzidos nas extremidades dos ramos, em grupos de dois a vinte. Os frutos têm tamanho médio, formato arredondado, lisos, polpa com muito suco, não muito ácido e são colhidas ainda verdes para consumo e comercialização. Os frutos não têm sementes, porque tanto o pólen como as células do óvulo degeneram durante a multiplicação celular na fecundação. O limoeiro-taiti floresce e frutifica ao longo do ano, mas tem maior produção de janeiro a junho e menor oferta de julho a dezembro. A diferença no preço é muito grande entre essas épocas mencionadas e pode chegar de 5 a 10 vezes mais na entressafra. Para se conseguir melhor preço pelos frutos, o produtor deve eliminar os frutinhas na época de alta produção e adotar manejo adequado na irrigação e na adubação, e assim conseguir alta produção na entressafra. Nos ramos, nota-se a presença de espinhos curtos. O limoeiro se desenvolve e frutifica bem em condições de clima ameno a quente, solos profundos e bem drenados, portanto as mesmas condições para produção de laranjas. A propagação mais indicada é por enxertia. O limoeiro-taiti é do mesmo grupo do limão-galego. A partir da década de 1970, e houve uma grande expansão no seu cultivo e comercialização, porque uma doença causada por um vírus, conhecida como “tristeza dos citros”, tornou antieconômica à cultura do limoeiro-galego.

Produção e produtividade: o limoeiro-taiti é plantado em praticamente todos os estados brasileiros e também nos países da América do Sul, Central, México e nos Estados Unidos, no estado da Flórida. O Brasil e o México são os maiores produtores desse limão, suprimindo mais de 70% do mercado mundial (Fonte IBRAF – Instituto Brasileiro de Frutas). No Brasil, o estado de São Paulo lidera a produção e os estados do Rio de Janeiro e da Bahia são destaques.

Utilidade: o limão-taiti é usado na culinária para temperar peixes, frutos do mar, aves, carne de embutidos e saladas; na confecção de bolos, doces, pudins, compotas, balas, cremes, recheios, suspiros, sucos, sorvetes e também no preparo da famosa caipirinha. Essa fruta é rica em vitamina C e outras vitaminas e sais minerais. O seu suco é indicado para evitar escurecimento de muitas frutas cortadas e de verduras.

Plantio do limão

O espaçamento a ser usado: 6,0 X 3,0 metros.

Ver também :

[O limão na aromaterapia](#)

[Limão e a cromoterapia](#)

[Propriedades curativas do limão](#)

[Usos terapêuticos](#)

[Terapia de 20 dias do Limão](#)

[Indicações de usos interno e externo](#)

[Usos do limão na cosmética](#)

[Floral de Saint Germain](#)

Fontes:

<http://www.geocities.com/atine50/frutas/frutas.htm>, às 22:55h; em 27 de janeiro de 2008.

<http://globo.ruraltv.globo.com/GRural/0,27062,LTP0-4373,00.html> às 11:57 de 19 de abril de 2008.

Essencial - Um guia prático para cuidar da saúde, Editora Nova Cultural Ltda, São Paulo, 2001.

Curso Básico de Fruticultura - Engº. Agroº. Marco Moro - Escritório Regional da EMATER - Pelotas/RS - 2006.

www.todafruta.com.br Data Edição: 07/07/04

Bibliografia:

As Frutas na Medicina Natural

Alfons Balbach

Daniel S. F. Boarim

Edição Vida Plena

(XX11) 464-3888 - Itaquaquecetuba - SP.

