ARMAZENAMENTO

Deve-se evitar o seu empilhamento e distribuí-las em camadas pouco adensadas. O armazenamento constitui uma prática importante para a boa conservação do produto, devendo-se escolher lugares frescos e arejados à sombra, pois o excesso de humidade, vento, luz solar, frio e calor, podem causar danos à conservação dos tubérculos.

BENÉFICOS DO INHAME PARA ORGANISMO HUMANO

Limpeza do sangue: o inhame consegue fazer a remoção de impurezas através da pele, dos rins e dos intestinos.

Fortalecimento do sistema imunológico: o inhame fortifica os gânglio linfáticos, que são responsáveis pela defesa do sistema imunológico.

Prevenção de doenças : doenças como a malária, dengue e febre amarela.

Aumenta a fertilidade da mulher: por possuir fitoestrogénios e hormónios vegetais da acção gonadotrofinas que estimula o ovário na produção de folículos consequentemente maior fertilidade da mulher. Ameniza, cólicas menstruais e os detestáveis sintomas da tensão pré-menstruais. Além disso, estimula a libido.

Anti-inflamatório: esse beneficio do inhame deixa a pessoa menos susceptivel ao acúmulo de liquidos.

Outros beneficios do tubérculo: retira farúnculos, quistos sebáceos, unhas encravadas, verrugas, espeinhas grandes, farpas ou cacos de vidro, tira a inflamação de cicatrizes, retira o sangue pisado de contusões e derivados, evita inchaço e dor após fraturas e queimaduras, também auxilia no combate ao processo inflamatório de hemorróidas, apendicites, artrites, reumatismo, sinusite, neuritis, etc.

RECEITAS DE REMÉDIOS COM INHAME

Para melhorar/aliviar os sintomas da catapora, o inhame pode ser usado como elixir, aplicado na pele, sobre as feridas. Comé-lo também ajuda na melhora.

Fazer compressas de inhame ralado e crú ajuda na eliminação de abcesso, substituindo o inhame a cada hora e fazendo isso por pelo menos 4 horas.

Ficha Técnica

Autores
João Sevene Jeque
Magalhães Amade Miguel

Maquetização
Joaquim Venâncio Waite

Fotografia
Joaquim Venâncio Waite

Layout e Design final
Marcos Vieira Niuaia

Impressão
Reprografia do IIAM

Tiragem
500 Exemplares

Ano
2017

Endereço
Estação Agrária de Sussundenga
Contracto: 860150753
Email: joaojeque65@gmail.com

Instituto de Investigação Agrária de Moçambique
Sede: Av. das FPLM, Nº 2698; Bairro: Mavalane B - Caixa Postal 3658
Telefone: (+258) 21462241; Fax: (+258) 21461581
Email: info@iiam.gov.mz; Website: www.iiam.gov.mz
Maputo - Moçambique

Ministério da Agricultura e Segurança Alimentar
Instituto de Investigação Agrária de Moçambique

CULTURA DE INHAME

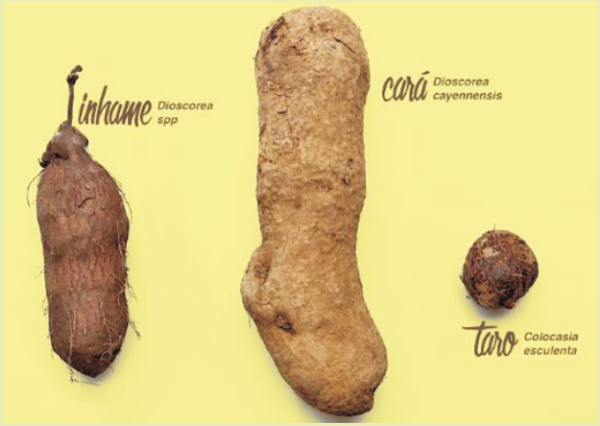
Maputo, 2017

INTRODUÇÃO

O Inhame também conhecido como cará-da-costal (Discorea cayenensis), é uma planta de origem africana, sendo cultivada no mundo inteiro por se tratar de um alimento energético e de alto valor nutricional, comercial (cultura gera renda para pequenos e médios produtores de Sussundenga e Macate) e medicinal (sendo algumas espécies cultivadas com finalidades farmacológicas visando a obtenção de materiais para a sintese da cortisona e hormônios esteróides). A maior zona agroecológica é a 7 que inclui, Niassa, Cabo Delgado, Nampula, Zambézia e Tete, e a menos é 9 que compreende o planalto de Mueda e a parte de Macomia na província de Cabo Delgado.

VARIEDADES DO INHAME

Chigoigoi, Chidumbedumbe, Cirinda (locais), Cara-da-Costa, cara Tabica, cara negro, Cara S. Tome, Cara mandioca1 e Cara florida.



CONDIÇÕES EDAFO - CLIMÁTICAS

Esta cultura pode ser cultivada nas regiões tropicais com precipitação em torno de 1.000 a 1.600 mm anuais ou sob-regime de irrigação.

Pode ser cultivado em diversos tipos de solos, desde aqueles com textura arenosa até os de textura argilosa-média, profundos, bem drenados, arejados e com o pH entre 5,5 a 6,0.

Quando o cultivo é feito em condições de sequeiro, deve ser plantado no início das chuvas e quando em regime de irrigação, a melhor época é aquela em que a colheita coincide com o período da entressafra do inhame. Para o plantio de um hectare usam-se entre, ou seja de 2.250 a 3.750 quilos.

PRINCIPAIS NUTRIENTES DO INHAME

Energia-116kcal, carbohidratos-27,6g; proteinas-1,5; lípidos-0,14; fibras-3,9; vitaminas-10mg; cálico-14 mg; ferro-052 mg; potássio-67,0 mg.

PRAGAS E DOENÇAS

Formiga de roça (cortadeira) - pode ser controlada através de iscas formicidas ou aplicando-se o formicida directamente no formigueiro. Recomenda-se o uso de formicidas líquidos no inverno e em pó ou em forma de iscas granuladas, no verão;

Lagarta da folhagem – o controle deve ser efectuado com insecticidas piretróides (Decis ou Karatê), logo após o aparecimento da praga;

Broca do caule– o controle deve ser realizado com os inseticidas Carbaryl na base de 200-250 g do produto comercial para 100 litros de água ou Deltamethrin na base de 25-50ml do produto comercial para 100 litros de água;

Casca-preta- causada pelo nematóide Scutellonema, recomenda-se evitar o uso de semente atacada, pois pode aumentar a incidência da doença de ano para ano; usar rotação de cultura em áreas afetadas, substituindo o inhame por milho ou sorgo ou deixar a terra descansar por dois ou três anos;

ESTRUME E FERTILIZANTES

A adubação orgânica é feita utilizando-se antes do plantio, aproximadamente, um litro de esterco de curral bem curtido por cova. A adubação química é feita mediante recomendação da análise de fertilidade do solo.

As plantas de inhame são tutoradas individualmente com varas de 1,20 a 1,50 m de altura, colocadas ao lado da planta no momento do plantio ou por ocasião da emissão dos brotos.

Podem também ser usados no tutoramento os fios de arames lisos, números 12 ou 14, estendidos entre uma estaca e outra, distando uma da outra de seis a oito metros, sendo as plantas orientadas por meio de barbante até o arame.

Seguindo-se estas recomendações e as condições climáticas apresentando-se favoráveis, a produção de túberas comerciais poderá alcançar as médias de 20 a 25 t/ha. Utilizando-se os sistemas de cultivo tradicionais, a produtividade fica entre 9 a 12 t/ha.