

## O suco de maracujá faz a gente dormir?

Um suquinho inocente de maracujá não dá sono de jeito nenhum!

O que acontece é que alguns calmantes são feitos a partir da passiflora, que é o nome medicinal da planta maracujá. Só que as substâncias que tranquilizam e provocam sonolência são encontradas apenas nas folhas e nos galhos da árvore de maracujá, enquanto o suco é feito somente com as frutas.

Assim, tomar um chá feito de folhas de maracujá pode dar sono, mas o suco não causa esse efeito.

**Fonte: Revista Recreio**

