

Anotaciones al conocimiento etnobotánico y medicinal de los espárragos extremeños (Género *asparagus* L.)

José Ramón Vallejo Villalobos¹, Diego Peral Pacheco¹, María Consuelo Carrasco Ramos².

¹ Grupo de Investigación en Humanidades Médicas. Universidad de Extremadura. Avda. de Elvas s/n. 06071 Badajoz.

² Consultorio Médico Local Virgen de La Soledad de Gadiana del Caudillo (Badajoz). Plaza Mayor s/n. 06186 Gadiana del Caudillo (Badajoz).

RESUMEN:

Se presentan unas notas descriptivas para añadir al conocimiento de los espárragos extremeños, que incluyen algunas nuevas citas de nombres vernáculos, la terapéutica popular, datos sobre la composición química e indicaciones fitoterapéuticas.

Palabras claves: Plantas medicinales, Etnobotánica, Historia de la Medicina, Extremadura.

ABSTRACT:

This is a contribution to knowledge of the Extremadura's asparagus, including news vernacular names in this Area, its therapeutic popular use, data on the chemical composition and the applications phytotherapeutic.

Key words: Medicinal plants, Ethnobotany, History of Medicine, Extremadura.

INTRODUCCIÓN

El género *Asparagus* L. se encuadra en la familia Liliaceae, en la cual encontramos plantas que sintetizan numerosos alcaloides y glucósidos que actúan como cardiotónicos, así como compuestos sulfurados. El uso de especies de esta familia está muy extendido en las Medicinas Tradicionales de China, India, África, Brasil y en la Antropología médica europea, tropical y de regiones templadas. En Extremadura se pueden destacar 16 especies con propiedades medicinales pertenecientes a esta familia (1).

Existen 14 especies de espárragos en Europa; de éstas, 6 taxones están presentes en la Península Ibérica y en Extremadura se pueden observar 3 especies silvestres (*Asparagus albus* L., *Asparagus*

acutifolius L., *Asparagus aphyllus* L.) y una cultivada (*Asparagus officinalis* L.).

Las diferencias morfológicas entre las cuatro especies del género *Asparagus* L. en Extremadura se aprecian claramente en las fotografías incluidas en el presente texto y se pueden sintetizar basándose en el carácter rígido y punzante de sus cladodios en *A. acutifolius* y *A. aphyllus*, a diferencia de la flexibilidad y carácter no punzante de las hojuelas o cladodios de *A. officinalis* y *A. albus* aunque en esta última especie existen espinas blanquecinas; después dichas especies se deberán separar atendiendo a las diferencias en la longitud de las hojuelas o cladodios.

Entre los principios activos generales que presentan las especies del género destacan la asparra-

gina, asparragosa y pseudoesparragosa; podemos encontrar otros componentes mejor estudiados en *A. officinalis* como la arginina, colina, ácidos glicólicos y glicéricos, fructosanas, saponósidos como el asparagósido, flavonoides como el rutósido, taninos así como trazas de antocianósidos, y sales de potasio y fósforo que han transferido un uso y unas aplicaciones a la sabiduría popular que ha sabido deducir sus remedios e introducirlos en sus farmacopeas. Cualquiera de las especies objeto del trabajo han sido utilizadas para combatir los problemas que ocasiona el ácido úrico en el padecimiento de la gota, muy utilizadas en casos de litiasis renal, para el tratamiento de eccemas, para curar o paliar los síntomas de la sífilis y para tratar la acumulación anormal de líquido seroso de origen cardíaco (2). En la Medicina Popular se utiliza tanto el rizoma como los tallos jóvenes, es decir, los brotes tiernos, turiones o espárragos antes de ramificarse o "esparragarse".

VALOR MEDICINAL DEL ESPÁRRAGO EN LA DIETA

46 Los espárragos en Extremadura son muy apreciados gastronómicamente, aunque son recogidos en casi todas las regiones de la Península Ibérica. Los turiones de todas las especies son comestibles, aunque algunas personas prefieren los tallos jóvenes aclorofilicos (ya que se coleccionan antes de darles la luz) de la especie cultivada; sin embargo la tradición viene marcada por recoger los brotes tiernos de las especies silvestres que son más apreciados cuanto más jóvenes, ya que de esta forma su sabor es menos amargo. Al comer los espárragos la orina toma un olor desagradable muy peculiar debido al metiltioacrilato y a los tiopropionatos. Hay que tener cuidado con la ingesta de bayas pues contienen compuestos del grupo de las saponinas con cierta toxicidad que pueden resultar peligrosos.

Los espárragos en Extremadura son preparados en platos tradicionales de formas muy diferentes desde los típicos revueltos a los espárragos guisados, en salsa, las espinacas esparragadas, los espárragos trigueros con huevos duros de Villamestias o los espárragos con huevos escalfados de San Pedro de Mérida cuyas recetas ha recopilado la Cofradía extremeña de gastronomía (3). Si generalizamos la composición química como vegetal se trata de un alimento que en la dieta presenta una alta proporción de fibra, glúcidos complejos, vitaminas y

sales minerales. Como se demuestra, por un buen número de investigaciones de carácter biomédico en los últimos años, una dieta rica en estos componentes actúa como factor de prevención de enfermedades y constituyen un pilar básico para el mantenimiento de la salud, por lo que se recomienda tomar espárragos como verdura. En este sentido autores como Lentini, señalan que *la Etnobotánica es un método preliminar de la investigación, adecuado para la recopilación de información sobre el uso de las plantas en la nutrición, que los conocimientos médicos populares constituyen fuentes de información útil para la investigación científica y que muchas plantas utilizadas exclusivamente en la tradición popular cuando se someten a examen científico se han encontrado útiles para diferentes sectores de la industria* (4).

Asparagus albus L.

Se trata de una especie conocida vulgarmente en Extremadura como espárrago blanco o esparraguera blanca, también es citada simplemente como espárrago silvestre, aunque otro nombre dado es simplemente el de esparraguera y en algunos lugares le llaman esparraguera de monte; en la Raya o "Raia" zona limítrofe entre España y Portugal podemos encontrar los términos espargo, espargo blanco y espargo bravo. En cuanto a la sinonimia científica podemos encontrar el término *Asparagopsis alba* (L.) Kunth.

La especie *A. albus* L., está ampliamente distribuida por toda Extremadura, suele aparecer en pedregales y en hábitats con suelos poco cohesionados, carentes de nutrientes, pobres y delgados. También es muy común observar este espárrago en matorrales y bosques de hoja perenne, junto a vegetación leñosa esclerófila. Se le puede ver tanto en solanas de sierras no cultivadas como en pastizales degradados.

En la bibliografía extremeña sobre Medicina Popular y uso de plantas medicinales destaca su aplicación como diurética ya que es rica en saponinas, así como su uso para el tratamiento de la próstata (5) (6). No hemos encontrado en Extremadura otras indicaciones populares de esta especie que se dan en la Península Ibérica como las de tratamiento de dermatitis, verrugas, eccemas y como vulneraria o para la anemia (7). Los brotes jóvenes de esta especie son utilizables para realizar las recetas comentadas anteriormente.



A. albus L. (fotografía: J. R. Vallejo)

Asparagus acutifolius L.

Entre los nombres que recibe esta especie se encuentran el de espárrago negro, espárrago amargo, espárrago silvestre y recientemente se ha podido constatar el uso extendido de los vernáculos ferreña y espárrago ferreño (8) en la Comarca de Olivenza, que no aparecen citados en las fuentes bibliográficas. Además en la Raya encontramos entre otros vernáculos los de espargo, espargo-menor-do-monte y espargo-silvestre-menor. La sinonimia científica nos ofrece el término *Asparagus corruda* Scop; además si analizamos la nomenclatura infra-específica de *A. albus* L. encontraremos un taxón infraespecífico que lleva el epíteto *acutifolius*.

Es el espárrago más abundante en Extremadura típico de zonas abiertas, no presenta querencia por ningún tipo de suelo, aunque prefiere suelos nutritivos y profundos, su hábitat va desde las orillas de arroyos



A. acutifolius L. (fotografía: J. R. Vallejo)

y ríos, entre zarzas y tamujares a lindes, olivares y roquedos (9).

Es citado su uso terapéutico popular en Extremadura frente a problemas de próstata y como buen diurético (10) (5) (6), hecho relacionado con su riqueza en saponinas.

Igualmente existen testimonios orales en diferentes zonas de Extremadura sobre su utilización para paliar molestias o presiones de vientre que coinciden con usos dados en zonas del Alentejo en Portugal como en Évora o Montemor-o-Novo cercanas a Extremadura (11). Diversos autores

compilan en la Península Ibérica otras aplicaciones como las de antirreumática, hipocolesteremiante, laxante y aperitiva (7) que hasta el momento no aparecen en la bibliografía extremeña.

Los brotes jóvenes al igual que el resto de las especies se utilizan gastronómicamente de la forma ya comentada.

Asparagus aphyllus L.

Especie conocida como espárrago negro, espárrago triguero y espárrago silvestre, en zona limítrofe portuguesa es denominado habitualmente espargo bravo maior y espargo silvestre maior.

Se puede encontrar en hábitats típicamente pedregosos y abiertos, suele ser más abundante en el sur de Extremadura, en zonas de suelos nutritivos, arcillosos, pizarrosos y con sustrato calcáreo (9). No obstante, se puede observar en zonas como San Vicente de Alcántara (Badajoz) en alcornocales sobre granitos, en zona de canchales (12).

Se trata al igual que las otras especies de un buen diurético utilizado con este fin en la cultura de nuestros pueblos (5).

Es un espárrago muy apreciado desde el punto de vista culinario por las personas que los recogen para preparar algunas de las típicas recetas extremeñas.



A. aphyllus L. (fotografía: F. J. Tardío)

48

Asparagus officinalis L.

Se trata del espárrago cultivado, que podemos encontrar nombrado con los siguientes sinónimos:

- = *Asparagus altii* (L.) Asch.
- = *Asparagus capsicus* Hohen.
- = *Asparagus collinus* Scop.
- = *Asparagus polyphyllus* Steven
- = *Asparagus prostratus* Dumort.

Se puede encontrar naturalizada en terrenos arenosos, profundos, ricos en nutrientes y húmedos permanentemente; en Extremadura se cultiva en regadíos y en menor medida en huertos y jardines (9).

Presenta buenas propiedades diuréticas y se ha utilizado según fuentes bibliográficas extremeñas en caso de gota, reumatismo, eccemas, sífilis, en hidropesía de origen cardíaco (13) y frente a afecciones de pró-



Hojas y bayas de *A. officinalis* L. (fotografía: J. R. Vallejo).

tata como se puede deducir por uno de sus nombres sinónimos *A. prostratus* Dumort.

Si consultamos una de las bases de datos más amplias sobre conocimientos etnobotánicos con carácter internacional, la Dr. Duke's Phytochemical and Ethnobotany Database, podremos observar un extenso listado entre los que figura su aplicación frente a los dolores dentales y de espalda, su propiedad aperitiva, afrodisiaca, frente a la astenia, la debilidad, como demulcente, depurativo, frente a la hepatitis, hipertensión, para tratar el lumbago, en afecciones de pulmón, neurastenia, como desparasitario, purgante, tranquilizante y para el tratamiento de tumores de vejiga entre otras aplicaciones populares (14).

En Fitoterapia es raro el uso de esta planta, salvo que vaya asociada a otras especies medicinales (*Calendula*, *Solidago*, *Mentha*, *Arctostaphylos*, *Phaseolus*, *Betula*, etc.) para el tratamiento de cistitis, pielitis y nefrolitiasis (15).

La acción farmacológica se ha estudiado en *A. officinalis* sobre animales en experimentación demostrándose un efecto diurético (16). En la bibliografía se pueden encontrar de forma destacada las virtudes medicinales de esta especie en el sistema cardiovascular debido a su acción diurética (17). Puede ser asociada a la digitalina para el tratamiento de insuficiencia cardiaca y además se señala su acción sobre el sistema nervioso con una moderada acción anticonvulsivante (17).

BIBLIOGRAFÍA

1. Vallejo JR, Peral D, Carrasco MC. Las especies del género *Allium* con interés medicinal en Extremadura. *Medicina Naturista* 2008; 2: 2-6.
2. Pizarro A, Rodríguez JL. 101 Plantas extremeñas que curan. Ávila. Fondo Natural, 2007.
3. Cofradía extremeña de gastronomía. Recetario de cocina extremeña. Estudio de sus orígenes. Badajoz. Universitas, 1985.
4. Lentini F. The role of ethnobotanics in scientific research. State of ethnobotanical knowledge in Sicily. *Fitoterapia* 2000; 71: 83-88.
5. Vázquez FM, Suárez MA, Pérez A. Medicinal Plants used in the Barros Area, Badajoz Province (Spain). *Journal Ethnopharmacology* 1997; 55: 81-85.

CONCLUSIONES

Las cuatro especies representadas en los ecosistemas extremeños se usan popularmente de forma indistinta con resultados similares, si bien no hay ensayos clínicos que evidencien la mayor eficacia de una u otra especie en el tratamiento de las dolencias señaladas o en el uso dado. La tradición popular concede una gran importancia al efecto diurético de estas plantas y de forma indirecta este efecto puede repercutir en diferentes patologías, hecho constatable médicamente.

Existe una cierta coincidencia terapéutica entre la Medicina Popular y la Fitoterapia ya que ambas se centran en cierto modo en el tratamiento de patologías del sistema urinario; de esta forma la Comisión E aconseja su uso en infecciones y litiasis urinarias (16). Otros usos populares deberían ser analizados y verificar la eficacia del género en el tratamiento de diversas enfermedades.

AGRADECIMIENTOS

No podemos terminar sin agradecer las diferentes aportaciones realizadas por Francisco Javier Tardío, Manuel Pardo-de-Santayana, Francisco Vázquez Pardo y Juan Beltrán Silva en la preparación de este manuscrito.

6. Devesa JA. Flora de interés medicinal. En: Devesa, JA. et al. *Vegetación y Flora de Extremadura*. Badajoz. Ed. Universitas, 1995.
7. Fernández-López et al. *Plantas medicinales y útiles de la Península ibérica*. Jaén. Herbario Jaén, 1999.
8. Silva JB. Comunicación personal sobre la Comarca de Olivenza (Badajoz) a JR Vallejo (inéd.). Campo Maior (Portugal), 2006.
9. Ramos S. Liliaceae. En: Vázquez FM, Ramos S, Blanco J, García D, Gutiérrez M, Rincón S, Muriel MR, Peral D, Gregori, MP, Guerra, MJ, López JL, Aguilar S, Vallejo JR, Penco AD, Altimiras J, Gordón F. *Plantas Medicinales en la Comunidad de Extremadura*. Badajoz. Ecma. Diputación de Badajoz, 2008.

10. Peral D, Vázquez FM, Herrera C. Aportación al conocimiento del uso de las plantas transmitidas en la Medicina Popular del Sur de Extremadura. Actas del Congreso Nacional de Historia de la Medicina. Granada, 1996.

11. Salgueiro J. Ervas, Usos e Saberes. Plantas Mediciniais no Alentejo e outros Produtos Natrais. Lisboa. Edições Colibri, 2005.

12. Tardío FJ. Comunicación personal sobre la zona de San Vicente de Alcántara (Badajoz) a JR Vallejo (inéd.). E-mail, 2008.

13. Pizarro A. Plantas Medicinales en Extrema-

dura. Autoedición. Mérida. Imprime Artes Gráficas Boysu, 1988.

14. Dr. Duke's Phytochemical and Ethnobotanical Databases [Online Database] 06 Setember 08.

15. Laumert E. Guía de las plantas medicinales y comestibles de España y de Europa. Barcelona. Omega, 1982.

16. Vanaclocha B, Cañigueral S. Fitoterapia. Vademécum de prescripción. 4ª edición. Barcelona. Masson, 2003.

17. Berdonces J.LL. Gran Enciclopedia de las Plantas Medicinales. Madrid. Tikal, 2001.