

*Capsicum frutescens***PIMIENTA DE CAYENA**

Originario de regiones tropicales de América, el pimiento se introdujo en Occidente en el siglo XVI. Su gusto extremadamente picante es muy conocido en la cocina, y no sorprende saber que en medicina es un poderoso estimulante que aumenta la sensación de calor. Actúa en la circulación y la digestión y se usa para un amplio espectro de dolencias, desde artritis y sabañones hasta cólicos y diarrea.

HÁBITAT Y CULTIVO

El pimiento de Cayena es nativo de América tropical, y ahora se cultiva en los trópicos, especialmente en África y la India. Crece de semilla y a principio de primavera prospera en condiciones calurosas húmedas. El fruto se cosecha en verano, cuando está maduro, y se seca a la sombra.

ESPECIES AFINES

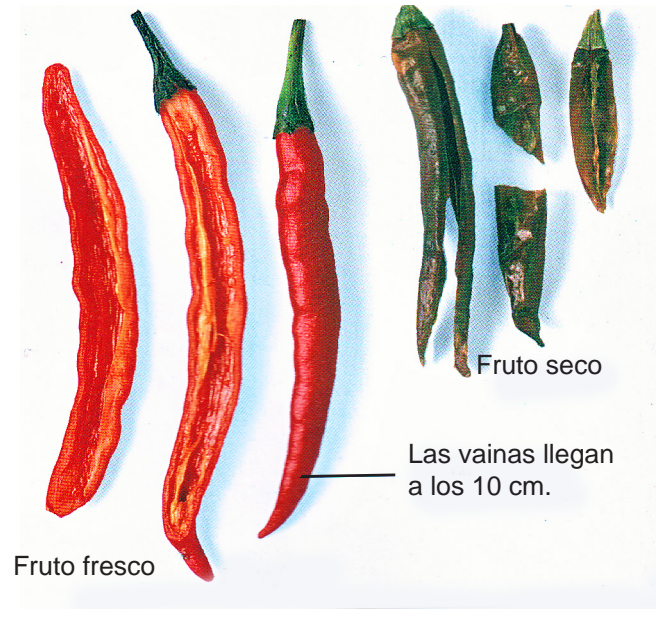
Existen muchas especies y variedades relacionadas con distintos grados de acritud. Paprika, (una de las más suaves), y los pimientos grandes verdes o rojos que se comen como vegetales son variedades de *C. annum*, y son importantes alimentos medicinales.

COMPONENTES

* Capsaicina (0,1-1,5%)

PARTES USADAS

El fruto mejora la digestión y la circulación.



Fruto fresco

Fruto seco

Las vainas llegan a los 10 cm.

* Carotenoides

* Flavonoides

* Aceites volátiles

Saponinas esteroides (capsicidinas — sólo en las

EFFECTOS CLAVE

* Estimulante

* Tónico

* Carminativo



- * Alivia espasmos musculares
- * Antiséptico
- * Aumenta la transpiración
- * Rubefaciente
- * Analgésico

USOS TRADICIONALES Y ACTUALES

* **Componentes activos:** se sabe que la capsaicina es el componente que estimula la circulación y altera la regulación térmica. Aplicada a la piel, la capsaicina desensibiliza las terminaciones nerviosas y en el pasado se usó como analgésico local. Se sabe ahora que las capsicidinas, encontradas en las semillas, tienen propiedades antibióticas.

† 9gh]a i`UbhY` WU`cf]ÜWUbhY. por sus propiedades caloríficas, la hierba es un valioso remedio para la mala circulación y afecciones afines. En particular mejora el

flujo de sangre a las manos y pies, y a los órganos centrales.

* **Usos externos:** aplicado localmente en la piel, el pimiento de Cayena es ligeramente analévo. Es también rubefaciente, y al aumentar el flujo de sangre a la parte afectada ayuda a estimular la circulación en casos de reumatismo y artritis “fríos”. ayudando a eliminar los productos de desecho y aumentando el flujo de nutrientes a los tejidos. También se usa para sabafiones (con piel sin abrir), y la aplicación de polvo dentro de las medias es un remedio tradicional para los que sufren de pies fríos.

* **Usos internos:** el pimiento de Cayena se toma para aliviar gases y cólicos, y para estimular las secreciones gástricas, ayudando así a la digestión. Ayuda a prevenir infecciones en el aparato digestivo y ataca la infección ya presente. Una pizca de polvo es excelente en gárgaras para dolor de garganta. Finalmente, aunque parezca asombroso, el pimiento de Cayena es eficaz para ciertos tipos de diarrea.

CURIOSIDADES

* La pimienta de Cayena, no tiene nada que ver con la pimienta. De hecho su nombre nace del despiste o equivocación que cometió Colón a su llegada a América. La palabra “ají” viene del quechua (fruto picante). Cuando se extendió hacia el norte los aztecas mexicanos los llamarón “chile” y cuando llegó Colón, no se dió cuenta que se trataba de un pimiento picante (ají o chile), pensó que se trataba de la pimienta tan ansiada por los Españoles y que traían de Oriente. Así es que la bautizó como “Pimienta de Cayena” equivocadamente.

* Algunos hechizos modernos de la “wicca” utilizan polvo de pimienta de cayena para realizar conjuros relacionados con el amor de pareja.

Los datos de la presente ficha han sido extraídos de varias fuentes, en especial “The Encyclopedia of Medicinal Plants” de Dorling Kinserley.

