

Annona muricata

GRAVIOLA



La graviola, guanabana o chirimoya brasileña es un árbol pequeño y vertical del árbol, que crece 5 a 6 metros de altura con hojas grandes, oscuras, verdes y brillantes.

Es nativa de la selva tropical del Perú y Brasil. La fruta se vende en Los mercados locales en los trópicos y es excelente para hacer las bebidas y los sorbetes y, aunque levemente de ácido agrio, puede ser comido fuera de mano.

HÁBITAT Y CULTIVO

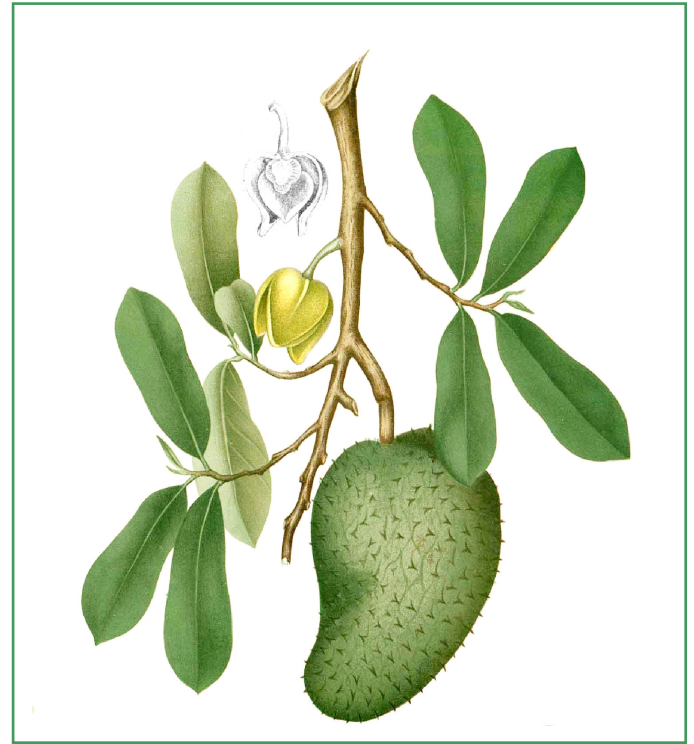
Originario del Caribe, México, Venezuela, Brasil y América Central, también es conocida en el África sub-sahariana al igual que en algunas zonas del sudeste asiático.

COMPONENTES

La composición de 100 gramos de pulpa de graviola posee: agua (80,2), proteínas (0,9), lípidos (0,7), glúcidos (14,1), vitaminas A, B, B2, C, hierro, fósforo y calcio.

EFFECTOS CLAVE

- * Antibacteriano
- * Anticancerígeno



- * Antiparasitaria
- * Antiespasmódica
- * Astringente
- * Febrífuga
- * Combate el asma
- * Combate la diabetes



USOS TRADICIONALES Y ACTUALES

* **Cáncer:** En 1976 se descubrieron las cualidades anticancerígenas por el Ph.D., Dr. Jerry Mc Laughlin de la Purdue University, en dónde es profesor emérito de farmacognosia. Desde allí se difundió la noticia al mundo.

* **Investigaciones en Corea:** La Universidad Católica de Corea afirma que la graviola mostró ser selectiva al atacar las células del cáncer, mientras dejaba intactas las células sanas, al contrario de la quimioterapia tradicional que ataca, sin discriminación a las células en proceso de reproducción (como las de el estómago y el cabello), causando efectos colaterales a menudo devastadores como náuseas y la pérdida del pelo.

Otro estudio reciente, de la Universidad de Purdue, encontró que las hojas del árbol de graviola matan las células de seis tipos de cáncer, en especial de la próstata, el páncreas y los pulmones.

CURIOSIDADES

* Los antiguos mexicanos utilizaban frecuentemente la graviola en su dieta: comían su pulpa

cruda, hacían bebidas y también aderezaban otros platillos. La pulpa sola, mezclada con miel de abejas meliponas, era para ellos estimulante y vigorizante.

* Un árbol de graviola se consideraba como hito fronterizo entre Venezuela y Colombia sobre el meta, a mediados del siglo XIX, cuando no estaban bien delimitadas las fronteras de ambos países.

* En Cuba se prepara una bebida refrescante con graviolas, conocida como “champola”, que contiene además leche, azúcar y hielo.

* Fray Bartolomé de las Casas, en su “Apológica Historia sumaria”, Capítulo XII, dice: “Hay otra [fruta] en esta isla que llaman guanábanas, la penúltima sílaba breve, que son tan grandes como unas bolas de jugar birlos; la corteza tiene verde clara y unas como tetillas de niño, con unas espinitas en ellas; lo de dentro y ques de comer, algo amarillo y como un maduro y tierno melón. Son muy sabrosas, con un poco de agrio que le da el buen sabor; hay en cada una qué comer dos hombres”.

Los datos de la presente ficha han sido extraídos de varias fuentes.

