La congorosa *(Maytenus ilicifolia)*:

un pequeño gran arbusto indígena

En cierta oportunidad, una persona amiga llegó a mi jardín y al ver la congorosa exclamó: ¡Se parece a los adornos de navidad! En efecto, la congorosa es muy parecida al acebo (quizá más conocido en el Uruguay de hoy bajo el nombre inglés de "holly"), cuyo uso como decoración navideña en Europa se extendió a nuestro país. Sin embargo, a pesar de su similitud, se trata de dos especies diferentes, estando el acebo clasificado como *Ilex aquifolium* y la congorosa como *Maytenus ilicifolia*. En cuanto al uso de la congorosa como adorno navideño en nuestras latitudes (más allá del papel y el plástico), solo me fue posible hallar una referencia que dice: "En la Prov. de Entre Ríos he visto que emplean las ramas para decoraciones navideñas" (INET 2002).

La congorosa es una especie que se distribuye en todo el territorio uruguayo, siendo además nativa del sur de Brasil, Paraguay, noreste de Argentina y Bolivia. De acuerdo con Lombardo (1979), "generalmente aparece como un arbustillo o mata arbustiva de 80-100 cms de altura y las menos veces como un arbusto de 2-3 mts y rara vez como un arbusto de más de 4 mts de altura". Brussa y Grela (2008) dicen que es un "arbusto u ocasionalmente árbol que alcanza 2 a 4 m de altura y 10 cm de diámetro". Agregan que su copa es "globosa, densa y compacta". con tronco grueso, tal como se observa en la foto siguiente.

De la semilla al arbusto

En enero de 2002 coseché semillas de congorosa en Treinta y Tres. Los frutos de esta especie – verdes primero, amarillentos más tarde y anaranjado-rojizos en su madurez- son sumamente decorativos.

A lo anterior se agrega el atractivo de que se abren de una manera muy particular. Con el calor del sol se separan en dos mitades y va quedando a la vista una especie de huevo de color blanco, dentro del cual se encuentran entre una a cuatro semillas, de color marrón oscuro brillante.

Cuando se trata de una sola semilla, ésta tiene forma elíptica redondeada, en tanto que si son dos tienen formas aplanadas y si son cuatro se asemejan a gajos con una cara redondeada y dos planas.

El tejido blanco que las recubre se denomina “arilo” y es de gran importancia para la dispersión de la especie, ya que los pájaros engullen el fruto entero para consumir el arilo y luego siembran las semillas con sus deyecciones (Scheffer 2004).

Para sembrar congorosa se recomienda remover el arilo y dejar las semillas en remojo durante 24 horas antes de su siembra. La razón radica en que las semillas tienen un tegumento bastante duro, lo que dificulta la germinación, que se ablanda con el agua, facilitando así la emergencia de la plántula.

La germinación de esta especie es muy peculiar. En efecto, las plantas con flores (angiospermas) se dividen en dos grandes grupos: monocotiledóneas y dicotiledóneas. Ello significa que el embrión de las primeras tiene un solo cotiledón, en tanto que las segundas presentan dos. Los cotiledones son las primeras “hojas” que emergen de la semilla y permiten que la planta pueda realizar la fotosíntesis antes del desarrollo de las verdaderas hojas. En el caso de la congorosa (que se encuentra entre las dicotiledóneas), al germinar solo se observa un tallo delgado, sin que se puedan apreciar los típicos cotiledones.

Un detalle importante es que desarrolla una larga raíz pivotante (Plantas a Diario 2007), lo que le permite sobrevivir en situaciones de sequía, al poder acceder a la humedad en capas más profundas del suelo. Ello explica su comportamiento como especie “mesófila y sub xerófila” (Brussa y Grela 2008), al poder adaptarse tanto a condiciones moderadas de agua como a ambientes relativamente secos. En la foto siguiente se puede apreciar la longitud de la raíz (acompañada de raicillas en todo su largo), que ya en la etapa de almácigo es casi tres veces más larga que la parte aérea. Como detalle curioso, en la misma foto se puede observar que la plántula aún no se ha separado de la semilla.

Volviendo al almácigo, de las plantas que germinaron conservé 4, que trasplanté al año siguiente a macetas individuales. Como se puede apreciar en la foto, este arbusto emite una serie de vástagos desde la base, lo que continúa haciendo durante largo tiempo.

En mayo del 2006 puse a 3 de ellas en tierra: una en un jardín interno con muy poca insolación, otra en una zona relativamente sombría y la tercera en una parte con bastante insolación, aunque sin estar a pleno sol durante todo el día. De las tres, la que creció con más vigor fue la tercera, mientras la segunda creció bien, pero menos que la anterior. La que tuvo más problemas fue la del jardín interno, que desarrolló un solo vástago muy largo, evidentemente buscando acceder a la luz que le faltaba. Sus hojas se desarrollaron más que las de las otras, siendo también mucho más blandas.

Fue además la única atacada por la cochinilla cerosa (*Ceroplastes grandis*), mostrando así su debilidad por la falta de luz.

En octubre de 2007 la trasplanté a una maceta, le corté un trozo de su largo fuste y la puse bajo media sombra, donde al poco tiempo recuperó su vigor y comenzó a emitir un nuevo vástago desde el suelo.

Lo anterior coincide con lo que afirman Brussa y Grela (2008), que la definen como “desde heliófila hasta sub umbrófila”, es decir, que se desarrolla tanto a pleno sol como en ambientes algo sombríos.

¿Crecimiento lento, medio o rápido?

En lo que refiere a su rapidez de crecimiento, Muñoz et al (1993) la definen como de crecimiento lento, en tanto que Pérez Piedrabuena (2004) sostiene que es de crecimiento medio. Como veremos, en realidad resulta difícil decidir si es de crecimiento lento, medio o incluso rápido, ya que tal definición depende del criterio que se aplique. Uno de tales criterios puede ser el objetivo, basado en mediciones; otro el subjetivo que surge de la percepción de su crecimiento y un tercero que sería el utilitario, en base al tiempo que requiere para cumplir con la función que se le quiere asignar.

En cuanto al criterio objetivo, en base a mediciones realizadas en el ejemplar que recibe más insolación en mi jardín, se podría decir que es una especie de crecimiento medio a rápido.

La primera medición se hizo en mayo de 2006, es decir, luego de 4 estaciones de crecimiento (habiendo sido la primera muy corta, ya que se sembró en enero de 2002). En esa primera medición se observaron 5 fustes creciendo desde el suelo y uno de ellos bifurcado a 6 cm del suelo. Ninguno de los 6 fustes (contando al bifurcado como dos) tenía ramas laterales y la suma del largo de los mismos dio un total de 3,38 metros. La altura máxima fue de 0,68 m. Si bien no se hizo una medición del diámetro medio, éste se estimó en 3 mm.

En mayo de 2007 se hizo una segunda medición, observándose que ahora había 7 fustes, uno de los cuales había desarrollado una rama lateral y otro tres. La suma del largo de fustes y ramas arrojó la cifra de 6,69 metros, en tanto que la altura máxima fue de 1,24 m, con un diámetro medio estimado de 5 mm. Es decir, que si bien no se desarrolló mayormente en diámetro, sí lo hizo en largo total, que casi se duplicó de un año al otro (3,29 metros).

La última medición fue realizada en mayo de 2008. El total de fustes había ascendido a 12, ocho de los cuales con ramas laterales, totalizando 43 ramas. El largo total sumado ascendió a 15,90 metros y la altura máxima a 1,37 m. El diámetro medio estimado fue de 7 mm. O sea, que otra vez creció mucho en largo total (más del doble) y poco en diámetro.

Lo anterior indica claramente que su crecimiento no es lento y que, en base al crecimiento en el largo total (que se incrementó en 9,91 metros durante el último período de crecimiento), incluso podría hasta catalogarse de rápido.

Sin embargo, desde el punto de vista subjetivo da la impresión de ser de crecimiento lento, ya que su altura “parece” ser siempre más o menos igual. Mirando la altura del vástago más largo, la misma fue de 0,68 en 2006, de 1,24 en 2007 y de 1,37 en 2008. Esto significa que durante el último año “pareció crecer” apenas 13 cms. Dicha percepción resulta de priorizar un solo aspecto (la altura total), desconociendo la manera especial de crecer que tiene este arbusto, que se realiza a partir de nuevos vástagos que nacen desde la base (que pasaron de 7 a 12 en el último año) y de la emisión de ramillas (que pasaron de 4 a 43), que se desarrollan en sus varios fustes.

Cuando se aplica el criterio utilitario, el crecimiento puede ser catalogado de lento a rápido, dependiendo de que el objetivo se centre en lo ornamental o en lo medicinal.

Si el objetivo es que sea una especie ornamental (aislada, en macizos o en cercos), lo cierto es que 6 años después de su siembra aún no es capaz de cumplir con esa función. Por un lado, porque sus dimensiones todavía resultan insuficientes para ese fin y por el otro, porque si bien floreció al 5º año, aún no ha logrado formar los frutos que realzan su carácter de ornamental. O sea, que su crecimiento podría catalogarse como lento.

En cambio, si el objetivo es la producción de hojas con fines medicinales, el crecimiento podría ser considerado rápido, ya que al tercer año ya se pueden empezar a cosechar hojas. La única medición se hizo en mayo de 2008, cuando se cortó el fuste más alto de la misma planta cuya medición se menciona más arriba y se cosecharon todas sus hojas.

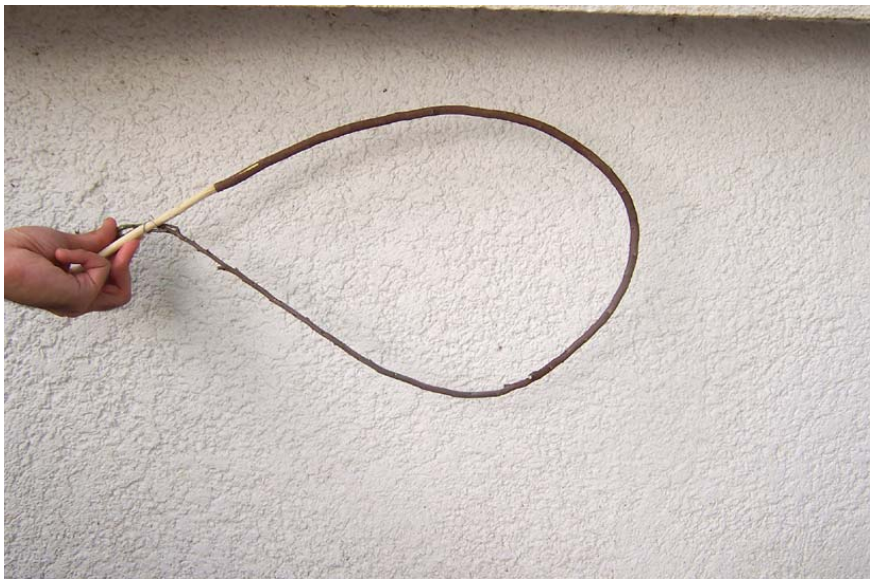
El total de hojas fue de 211, siendo la mayoría bastante grandes (largo medio de 5 cms y ancho promedio de 1,5 cms). Se puede estimar que si se hubiera cosechado la mitad de los fustes de la planta (que es la práctica recomendada), probablemente habría dado más que 1000 hojas, lo que muestra un crecimiento rápido para este objetivo.

En definitiva, que según el cristal con que se mire, la congorosa puede ser de crecimiento lento, medio o rápido.

Vale la pena mencionar que el fuste cortado para hacer la medición del número de hojas permitió hacer algunas observaciones adicionales. Por un lado, que al retirar la corteza, se

observa que la madera es blanca y compacta y, por otro lado, que la corteza está muy pegada a la madera, lo que hace muy difícil el descortezado manual.

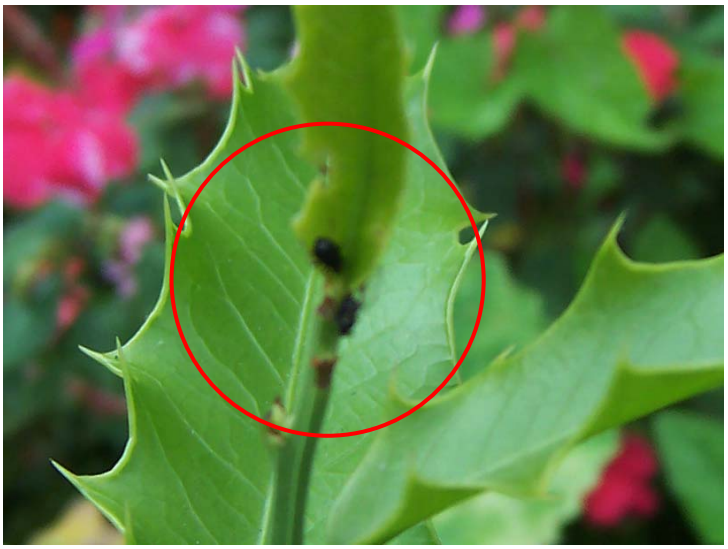
Ese detalle es importante para quien piense en utilizar los fustes para artesanías. Con respecto a esto último, cabe señalar que en estado verde la madera es muy flexible, tal como se puede observar en la foto.



Insectos a los que sirve

Los ejemplares plantados en el jardín no resultaron ser atractivos para muchos insectos. La excepción fue uno que consume principalmente las hojas tiernas de los brotes terminales y en ocasión hasta el brote terminal mismo, aunque el daño que ocasiona es menor. Pese a mis esfuerzos, nunca pude encontrarlo comiendo efectivamente las hojas, pero asumo que se pueda tratar de *Naupactus leucoloma*, que fue observado con cierta frecuencia en las hojas y que según la bibliografía (Bentancourt y Scatoni, 1999) “los adultos se alimentan del follaje comiendo las hojas desde los bordes”, tal cual se observa en este caso.

También existe la posibilidad de que se trate de unos pequeños insectos negros (ver en foto a la derecha), que también fueron hallados en las hojas, aunque con mucho menos frecuencia.



Otro insecto asociado a la congorosa es una especie de hormiga, que se desplaza constantemente entre las flores, probablemente alimentándose del néctar de las mismas.

Si bien como dije, estas plantas aún no han fructificado, se puede asumir que esas hormigas cumplen una función polinizadora, de gran importancia en este caso, ya que la planta tiene pequeñas flores femeninas y masculinas separadas. Tal hipótesis se confirma con Hurrel y Bazzano (2003), quienes afirman que la polinización de esta especie es entomófila, es decir, que se realiza a través de insectos. Además, como se verá más adelante, las flores son también muy visitadas por las abejas.

También fueron observados algunos pocos individuos de dos cochinillas, una negra y otra marrón, en hojas y tallos, que fueron removidos manualmente.

Pero el insecto más interesante hallado fue un tatadiós (*Mantis sp*), que se instala durante horas en el envés de una hoja (casi siempre la misma), donde permanece inmóvil esperando sus presas. Tanto el color, como la forma, como el diseño de este insecto, constituyen un perfecto camuflaje que lo hacen pasar totalmente desapercibido a sus presas y predadores.

Un remedio bueno, bonito y barato

Si bien la congorosa tiene una clara vocación ornamental, su principal valor social y económico radica en sus extraordinarias cualidades medicinales. Por esa razón en Brasil es conocida como espinheira santa (lo primero por los aguijones de sus hojas y lo segundo por ser un "santo remedio" para varios problemas). Por la misma razón, también recibe los nombres de "espinho-de-deus, salva-vidas y espinheira-divina" (Aielo s.f.).

Es interesante que Aielo (s.f.) señala que los indígenas usaban esta planta para combatir tumores y que ese uso puede haber generado otro de sus muchos nombres comunes en Brasil: "erva-cancerosa". Es decir, que es posible que el nombre "congorosa" o "cancorosa" o que se utiliza en Uruguay y Argentina (e incluso el de "cancerosa" en este último), pudiera provenir de una deformación de su nombre en portugués "erva-cancerosa".

De acuerdo con Scheffer (2005), sus hojas han sido utilizadas desde hace siglos por las poblaciones indígenas y no indígenas de Argentina, Brasil, Paraguay y Uruguay, en particular adicionándolas a la yerba mate. Es interesante que antiguamente era común que la yerba contuviera un 10-15% de hojas de congorosa, lo cual ayudaba a evitar la acidez y gastritis que el mate provocaba en algunas personas. Sin embargo, a pesar del positivo efecto terapéutico que ello significaba, varias fuentes lo presentan bajo el rótulo negativo de "adulteración" de la yerba mate (Hurrel y Bazzano 2003, IMM s.f., INET 2002, Escape s.f.). Lamentablemente (para quienes sufren de acidez), la yerba que hoy consumimos en Uruguay ya no viene más "adulterada" con hojas de congorosa.

Las hojas de esta planta se utilizan en particular y con mucho éxito para el tratamiento de la gastritis y de la úlcera gástrica. Al respecto, el laboratorio fitoterapéutico PRONABEL (s.f.) dice que su principal acción farmacológica "se atribuye a su efecto antiulcerogénico, es decir, que ayuda a regular la producción de ácido clorhídrico por el estómago, siendo muy útil para el tratamiento de úlceras de origen nervioso". La misma fuente agrega que "presenta también actividad cicatrizante en úlceras estomacales".

Un buen resumen del uso de esta planta a nivel regional es aportado por Alonso y Desmarchelier (2007), que informan que “Las hojas y el tallo preparados en cocimiento y agregados al mate o cimarrón son empleados en Argentina en casos de úlceras sangrantes, hipertensión arterial, dolores articulares, como depurativo, para facilitar la salivación, contra el asma y también como antitumoral. Por su parte la raíz en cocimiento se recomienda como diurético (Alonso, 2004; Bandoni *et al*., 1976; Hurrell y Bazzano, 2003; Toursarkissian, 1980). En Paraguay emplean las hojas y corteza en decocción como anticonceptivo y emenagogo [que provoca el flujo menstrual]. También se suele utilizar para idénticos fines las raíces, el tallo y las ramas (Arenas, 1977; González Torres, 2003). Como abortiva, recomiendan un puñado de corteza de congorosa y orégano a hacer hervir en medio litro de agua. Se toma durante tres o cuatro días seguidos. En cáncer emplean la decocción de la corteza de la raíz por vía oral (Martínez Crovetto, 1981)”.

Los mismos autores continúan diciendo que “En Brasil se emplea para combatir gastritis, dispepsias y úlceras gastroduodenales, como antiasmático, contraceptivo, en ciatalgias [ciática] y como antitumoral (Corrêa, 1984; Di Stasi, 2002; Simões, 1986). La infusión de las hojas en uso externo como cicatrizante y antiséptico, en especial en casos de acné y eczemas. En forma de emplasto también se recomienda en casos de cáncer de piel (Lorenzi y Abreu Matos, 2002). En uso interno también es recomendada en casos de alcoholismo, a razón de un litro diario durante un mes. En Uruguay se emplea la infusión o decocción de las hojas o partes aéreas como eupéptico [que favorece la digestión], antiespasmódico, astringente, antiasmático, anticonceptivo y emenagogo. Por vía externa, como antiséptico y vulnerario [que cura llagas y heridas] (Alonso Paz *et al*., 1992; González y Vallarino, 1937).

En la bibliografía uruguaya, Arrillaga (1997) dice que “las hojas se usan en infusión al 10% como estomacal y astringente” y que “también se prepara una infusión más diluída -5%- para beber por vasos durante el día, como diurético”. Por su parte, Alonso Paz et al (1999) mencionan como de “uso popular” los siguientes: “La infusión de las hojas es diurética, astringente, estomacal (1%)” y “La decocción de las ramas es emenagoga (1-2%)”.

De particular interés para la mujer

Varias fuentes sostienen que la congorosa sirve “como estimulante menstrual (Raintree Nutrition s.f.), que es “regulador del ciclo menstrual” (Plantas a Diario 2007), que “ayudan en el periodo de la menstruación, armonizan el ciclo” (Diochi s.f.), que es emenagoga (Alonso y Desmarchelier 2007; Alonso Paz et al 1999). Otras sostienen que resulta útil durante la menopausia “para balancear el estrógeno hormonal durante la menopausia” (Raintree Nutrition s.f.), “disminuyen los sofocones de la menopausia” (Diochi s.f.). A eso se agrega que sus “hojas son una fuente potente de fitoestrogenas [sic] que reducen el riesgo de osteoporosis sobre todo en las mujeres” (Diochi s.f.).

Dado que la congorosa no tiene efectos negativos de tipo alguno (con una excepción que veremos en el párrafo siguiente), aquellas mujeres que tengan problemas con la menstruación o con la menopausia podrían al menos ensayar su uso, ya sea agregando una o varias hojitas al mate o, en caso de no ser adictas al mismo, que ingieran una o varias tazas de té de congorosa al día. La práctica dirá si les sirve de ayuda o no.

Sin embargo, se desaconseja el uso de la congorosa a las embarazadas o a quienes quieran quedar embarazadas. La razón es que puede prevenir el embarazo e incluso causar abortos. Las indígenas guaraníes utilizaban la congorosa “como contraceptivo y regulador de la

fertilidad, y para inducir menstruación y abortos" (Wikipedia s.f.). De acuerdo con Hurrel y Bazzano (2003), "la corteza hervida con orégano se consume como abortiva en Corrientes". No es aconsejado "para niños, lactancia o embarazo", ya que "puede provocar contracciones uterinas y reducción de la producción de leche materna, además reduce la fertilidad en las mujeres (Plantas a Diario 2007).

Al respecto, una investigación científica realizada en Brasil (Veiga et al 2005) informa que "Estudios recientes realizados con ratas preñadas, señalaron el efecto colateral abortivo de espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia*), planta medicinal de comprobada baja toxicidad y acción antiulcerogénica, antiinflamatoria y anticonceptiva. Extractos hidroalcohólicos de esa planta mostraron ser abortivos por actuar en el período de pre-implantación de los embriones en el útero". De acuerdo con esto, más que abortiva, la congorosa sería anticonceptiva ... tal como siempre supieron las indígenas guaraníes.

Una experiencia diferente

Para conocer algo más sobre la aplicación práctica de la congorosa en Uruguay, entrevisté a Mariela Dos Santos, una persona que desde el año 2000 aplica el método bioenergético, asociado al uso de plantas medicinales para el tratamiento de distintos tipos de enfermedades.

Preguntada acerca de la congorosa, respondió inmediatamente que la usaba para la gastritis y la úlcera gástrica. Aclaró que en general se usa una sola hoja, mezclada con otras hierbas tales como llantén, caléndula, yerba carnicera y galio. Siempre como infusión, teniendo la precaución de retirar las hojas del agua a los 10 minutos, porque después de ese tiempo pueden comenzar a emitir otros compuestos que pueden ser nocivos para el organismo. Agregó que en el caso de la presencia de dolores muy fuertes sí recomienda una infusión de congorosa sola, porque las hojas de esta planta actúan como calmante (no sedante), con una eficiencia similar a la de la morfina. Dichos dolores pueden originarse en úlceras gástricas o de garganta, o en las encías y en estos últimos dos casos se utiliza en forma de buches.

Luego de señalar esos usos principales, Mariela también dijo que la congorosa es usada como "depurativo". Preguntada sobre el significado de dicha palabra, explicó que servía para arrastrar (en el torrente sanguíneo) una serie de residuos que no salen solos. En ese sentido destacó su utilidad en el caso de personas que habían abandonado (o lo estaban haciendo) el alcohol o el tabaco, puesto que la congorosa ayudaba para limpiar los residuos resultantes de su consumo.

Finalmente, agregó que había hecho una experiencia en materia de uso externo de la congorosa (unida a la caléndula) como cicatrizante y que había dado muy buenos resultados.

Recolección, procesado y comercialización de congorosa en Uruguay

Dado que no me fue posible encontrar información documentada acerca del proceso de recolección y comercialización de congorosa en Uruguay, solicité una entrevista al Ing. Agr. Enrique Lerena, encargado de compras de Laboratorio y Apiarios Cabral, una de las principales empresas que operan en el ramo de plantas medicinales. Lo que sigue es la información que muy amablemente brindó el entrevistado.

La congorosa que compra esta empresa proviene principalmente del centro-sur del país y es recolectada de plantas que crecen espontáneamente en el campo y monte. De acuerdo con Lerena, en el país no existen cultivos de congorosa, aunque sería muy deseable que los hubiera, tanto de ésta como de otras plantas medicinales, de las que necesitan “miles de kilos”. En un rápido cálculo, estimó que solo su empresa requiere más de 7000 kilos de congorosa por año.

Para la recolección no existen métodos tradicionales (como en el caso de Brasil), sino que simplemente se cortan las varas más finas (con poco más de 1 cm de diámetro y aproximadamente 1 metro de largo) y más tarde los rebrotes. La razón principal por la que se cortan de tal diámetro es que las ramas se comercializan al peso y no se aceptan ramas gruesas.

Hay dos tipos de grupos de recolectores. Por un lado están los monteadores, para quienes la recolección constituye una fuente adicional de ingresos y que venden las ramas a personas locales que se encargan de su procesamiento inicial. Por otro lado, estas mismas personas también hacen recolección propia. Salvo excepciones, el trabajo es realizado exclusivamente por hombres.

Las ramas reciben distinto tratamiento según que su objetivo sea la separación de hojas para su posterior envasado en bolsitas individuales o la molienda para su mezcla con yerba mate.

En el caso de la producción de hojas, las ramas son puestas a secar a la sombra, colocadas sobre una lona o “sombrite” montado sobre caballetes; a veces a la intemperie y otras veces dentro de galpones. En todos los casos se asegura que las hojas no queden expuestas a la humedad o al agua para que no se “manchen” o sean atacadas por hongos. En caso de que las hojas queden “manchadas”, no son aceptadas por los compradores. En general hay muy pocas hojas comidas parcialmente por insectos, por lo que esto no es un problema. Una vez que las varas con hojas están secas, las hojas son separadas de la vara mediante un sistema simple de golpeado, ya sea golpeando la rama contra una superficie dura o golpeando con un palo al conjunto de varas con hojas.

Cuando el objetivo es la incorporación de la congorosa a la yerba mate, no es necesario separar las hojas, puesto que tanto éstas como el tallo son mezclados con la yerba. El proceso se inicia con la eliminación de las partes más gruesas de las varas y luego se pasa al secado, que en algunos casos es precedido por el trozado y en otros casos éste se realiza una vez que las ramas y hojas están secas. En el primer caso, las varas son trozadas en verde y a machete, en trozas de entre 2 y 3 cms de largo. El trozado en verde es más fácil y además el secado se hace así más rápido. En otros casos el trozado se realiza en un molino a martillo, y entonces resulta más eficiente que las varas con hojas a procesar estén bien secas. En ambos casos, el sistema de secado es el mismo que el mencionado para el caso de las hojas.

Una vez que el secado está completo, los operadores locales embolsan las hojas o el producto trozado y los venden a las principales empresas del ramo, que incluyen a Laboratorios Cabral, La Selva, Madre Tierra, La Botica y otras. En lo que respecta a Cabral, prefieren hacer las compras en los meses de altas temperaturas, cuando el secado natural es más completo.

Para Cabral, el material adquirido en el interior tiene dos destinos: la venta de hojas en bolsitas de polietileno y la preparación de dos tipos de yerba mate: Yerba Compuesta Cabral y Yerba para Nerviosos Cabral. En el caso de las hojas (de todos los tamaños), éstas son empaquetadas manualmente en bolsitas de polietileno y el trabajo (incluyendo todas las plantas medicinales) es realizado por dos mujeres.

Sin embargo, la mayor parte de la congorosa comprada se destina a las yerbas compuestas. En este caso, el proceso implica un picado mucho más fino (en molino a martillo), la mezcla con las otras plantas medicinales que componen el tipo de yerba que se va a producir y la mezcla del conjunto con yerba mate. El producto resultante es empaquetado y queda listo para su distribución comercial.

Vinculado a lo anterior, Lerena señaló que en Uruguay existen disposiciones legales en materia de comercialización de plantas medicinales. Entre las mismas se incluye que la mezcla de hierbas medicinales requiere la autorización del Ministerio de Salud Pública y un control del producto final. Esto se aplica por tanto a las yerbas compuestas, para lo cual la empresa cuenta con un Químico Farmacéutico encargado del tema. Al mismo tiempo, tanto ésta como todas las empresas del ramo son sometidas a controles por parte del MSP.

La comercialización posterior es realizada a través de la venta de las bolsitas con hojas y los paquetes de yerba mate compuesta a las cadenas de supermercados, farmacias y otros comercios autorizados de todo el país. No existe exportación.

Consultado acerca del rol del Ministerio de Salud Pública (MSP) en la promoción del uso de plantas medicinales en general y de la congorosa en particular, Lerena respondió no estar en conocimiento de que se estuviera haciendo. Al preguntarle si el MSP compra plantas medicinales para el tratamiento de sus pacientes, respondió negativamente.

En materia de promoción e investigación estatal sobre plantas medicinales en general, Lerena mencionó la existencia de algunos casos, como por ejemplo el Ministerio de Ganadería, Agricultura y Pesca (MGAP), a través de la Dirección General de la Granja (ex JUNAGRA), que tiene algunos proyectos de apoyo a productores en materia de producción responsable de plantas medicinales y aromáticas. Estos proyectos apuntan a la generación de rubros complementarios para pequeños productores, en los que están involucradas principalmente mujeres. A pesar de conocer algunos otros centros involucrados en algunas plantas medicinales (INIA, Facultad de Química, Facultad de Agronomía), al parecer ninguno está haciendo investigación sobre la congorosa en particular.

Consultado acerca del rol que podría cumplir el Estado en la promoción de las plantas medicinales en general y de la congorosa en particular, Lerena opinó que sería muy positivo que el MSP se interesara más en los posibles usos de estas plantas y planteó que el MGAP podría cumplir un importante papel en la promoción del cultivo de plantas medicinales a nivel de pequeños agricultores, como ingreso adicional. Al mismo tiempo, agregó que sería importante que el Estado elaborara y difundiera un manual para la recolección responsable de plantas medicinales, con el fin de asegurar su conservación.

En lo que respecta a la popularidad de la congorosa como planta medicinal, Lerena opinó que en una lista de todas las plantas medicinales de consumo popular, la congorosa se ubicaría “de la mitad para abajo”. El ranking estaría encabezado por la marcela, manzanilla, llantén, tilo, guaco y malva. El consumo más popular de congorosa se orienta hacia el tratamiento de la gastritis y las úlceras, así como para la arterioesclerosis y el colesterol.

Una visita a la feria

Con el objetivo de conocer más acerca de su uso en nuestro país, un domingo concurrí a la feria de Tristán Narvaja. Allí conversé con tres personas que se dedican a la venta de “yuyos”. De las entrevistas surgió claramente que si bien la congorosa no se encuentra entre los yuyos más vendidos (la marcela, tilo, boldo y algunos otros parecen ser los más requeridos), tampoco es de los menos solicitados y una vendedora me dijo que vendía unos 3-5 paquetitos por día. En base a dichas respuestas se puede concluir que las propiedades de la congorosa son conocidas por una parte relativamente importante de la población, pero que muchos otros las desconocen. Su costo la hace accesible a todo público ($12 por paquete y $20 por dos) y una bolsita puede alcanzar al menos para dos semanas.

En cuanto a su uso por los compradores resultó muy difícil obtener respuestas claras, ya que en general la gente compra los yuyos sabiendo de antemano para que los quiere y sin informar al vendedor/a acerca de ello. Sin embargo, lo primero que dijeron espontáneamente los tres vendedores entrevistados fue que se usaba para “el colesterol”. Una vendedora agregó que servía para el “ácido úrico” y al preguntarle a que se refería respondió que era para las personas que comían mucha carne. Agregó que la congorosa sirve para la gastritis, para mejorar la circulación y para “depurar la sangre”.

El ejemplo brasilero

En este tema, Brasil parece ser el ejemplo a seguir. Los estudios sobre la congorosa se iniciaron muy tempranamente y ya en 1922 el médico paranaense Aluízio França informaba que “En las gastralgias calma rápidamente los dolores. Tiene una acción tan evidente sobre el elemento dolor que se la puede comparar a la del opio o de la cocaína. Pero no calma porque

entorpezca la función del órgano, sino que lo hace porque estimula o corrige su función desviada" (citado en Scheffer 2005).

En 1983, la Central de Medicamentos de Brasil inició una investigación sobre las plantas más utilizadas en la medicina popular, con el objetivo de evaluar científicamente sus propiedades. Entre ellas se encontraba la congorosa. En 1988 se publicaron los resultados de la investigación sobre esta planta, que confirmaban las propiedades terapéuticas de sus hojas para el tratamiento de úlceras gástricas. A eso se agregó la potencialidad de esta especie para ayudar en tratamientos contra el cáncer, lo que motivó una carrera para patentar en Japón y Estados Unidos varios de los compuestos presentes en las hojas de la congorosa (Scheffer et al 2005). Tales patentes fueron denunciadas como biopiratería por organizaciones de Argentina, Brasil y Uruguay, basadas en que dichos usos no fueron "descubiertos" por ningún investigador, sino robados al conocimiento tradicional de la región (CLAES 1998, Carrere 1997).

La difusión de los resultados de las investigaciones, que comprobaban los efectos medicinales de esta planta, implicó en Brasil un aumento importante en el uso de la congorosa, en particular en centros urbanos. Eso llevó a una extracción excesiva, que unidas a la disminución de áreas de ocurrencia natural de la especie (por expansión de la frontera agrícola y urbana, carreteras, etc.) generó preocupación acerca de su futuro y en particular sobre la posible erosión de su diversidad genética.

Se llevaron entonces a cabo una serie de investigaciones, incluyendo desde estudios sobre las prácticas extractivistas tradicionales hasta la producción hortícola de esta planta (siembra, plantación, manejo, cosecha, secado). Quienes estén interesados en más detalles al respecto pueden consultar los trabajos de Scheffer et al (2005), Scheffer (2004), así como (en Argentina), de Alonso y Desmarchelier (2007), a los que se puede acceder en internet (ver referencias).

En Brasil también se detectó un problema importante, que merece ser tenido en cuenta también en nuestro país: en algunas investigaciones se hallaron vestigios de plaguicidas organoclorados (en particular altos niveles de Dieldrin) en las hojas de congorosa (Rodrigues et al 2007), lo cual constituye obviamente una amenaza para la salud de quienes consumen esta planta con fines terapéuticos.

También útil para la producción de miel

Como si lo anterior fuera poco, la congorosa también es una planta valiosa para la producción apícola, en particular por el momento de su floración. Al respecto Bazzurro (s.f.) dice que "merece resaltar que debe de haber una relación entre el aporte de néctar y el de polen. Un gran aporte de néctar, por sí solo, no significa un correcto aprovechamiento de las abejas; .... El desarrollo de la población de abejas de una colonia, está directamente relacionado al aporte polinífero que exista. Es así que el uno debe de ir acompañado del otro. Este

hecho determina que el valor desde el punto de vista apícola de una especie vegetal, esté muchas veces supeditado al momento del año en que se dé su floración, y a la existencia o no, de otras especies que florezcan en el mismo momento. … Especies como la Congorosa (Maytenus ilicifolia), la Pitanga (Eugenia uniflora), el Molle (Schinus polygamus) o el Tala (Celtis sp.), si bien, pueden no ser grandes productores de néctar, aumentan su valor apícola por lo temprano en la primavera de su floración".

Brussa y Grela (2008) dicen que la congorosa "florece entre agosto y octubre". Odiozábal (s.f.) afirma que "florece desde setiembre y es muy visitada [por las abejas] en su floración temprana".

A modo de síntesis

La congorosa es obviamente una especie multipropósito (medicinal, ornamental y melífera) que podría cultivarse tanto en jardines (como ornamental y medicinal) como en explotaciones agrícolas. En particular, podría ser una especie muy interesante para ser integrada a la producción agroecológica.

En ese contexto podría aportar varios beneficios: por un lado, para aumentar la producción de miel (por su floración temprana) y por otro lado para generar un recurso medicinal para consumo interno y para venta. A eso se agrega que su plantación en cercos no solo no quitaría espacio para otras producciones, sino que además serviría como cortina protectora densa y baja (por lo que no proyectaría sombra sobre los cultivos) y para aumentar la biodiversidad del predio. De acuerdo con Scheffer (2004), su producción comercial puede hacerse a pleno sol, combinada con cultivos anuales intercalados o incluso con especies arbustivas de interés comercial.

Si bien la exportación a mercados del Norte puede ser una propuesta atractiva (tal como ha acontecido recientemente con la carqueja exportada a Estados Unidos para su uso como afrodisíaco), lo central debería ser su uso para beneficio de la salud de la población de nuestro país. En ese sentido, el Ministerio de Salud Pública podría jugar un papel clave, tanto en la incorporación de esta planta a sus prácticas de medicina preventiva y curativa, como en la promoción de la investigación científica sobre sus usos terapéuticos potenciales. Al respecto, además de la experiencia brasilera, puede servir de ejemplo la provincia de Misiones en Argentina, que recientemente incorporó a la congorosa, como agente antiulceroso, en su sistema de Atención Primaria de la Salud (Alonso y Desmarchelier 2007).

En mi caso particular, la información hallada acerca de las propiedades medicinales de esta especie me convenció sobre la conveniencia de agregar una hoja de congorosa al mate (que prácticamente no modifica su sabor) y las dos plantas que tengo en casa ya son más que suficientes para asegurar mi pleno autoabastecimiento. En definitiva, terminé convencido de que la congorosa es un pequeño gran arbusto indígena.

Ricardo Carrere, mayo 2008

Referencias

- Aielo Blanco, Rose (s.f.).- Espinheira-santa.
http://www.jardimdeflores.com.br/ERVAS/A06espinheira.htm

- Alonso, Jorge y Desmarchelier, Cristian (2007).- *Maytenus ilicifolia* Martius (Congorosa). Boletín Latinoamericano y del Caribe de Plantas Medicinales y Aromáticas Enero de 2007; Volumen 6, Nº 1, Pág. 11 - 22.
http://www.uv.es/prietojm/BLACPMA/ArchivoSep/ALONSO_BLACPMA_V6_N1.pdf

- Alonso Paz, Eduardo; Bassagoda, María Julia; Ferreira, Fernando (1999).- Yuyos. Uso racional de las plantas medicinales. Fin de Siglo.

- Arrillaga de Maffei, Blanca (1997).- Plantas usadas en medicina natural. Montevideo, Hemisferio Sur.

- Bazzurro, Daniel (s.f.).- Flora apícola.
http://www.mgap.gub.uy/DirecciondelaGranja/Apicultura/FloraApicola.pdf

- Bentancourt, Carlos y Scatoni, Iris (1999).- Guía de insectos y ácaros de importancia agrícola y forestal en el Uruguay. Hemisferio Sur.

- Brussa, Carlos y Grela, Iván (2007).- Flora arbórea del Uruguay, con énfasis en las especies de Rivera y Tacuarembó. Rivera : COFUSA

- Carrere, Ricardo (1997).- Los nuevos filibusteros y la congorosa. Cosmos 1(3), octubre.
http://www.guayubira.org.uy/monte/texto1.html

- CLAES (1998).- Patentamiento de derivados de especie vegetal del MERCOSUR. SICA-AL No. 57, octubre.
http://ar.groups.yahoo.com/group/ecointal/message/2

- Diochi (s.f.).- Congorosa – (Maytenus ilicifolia) - infusión – complemento de alimentación.
http://www.diochi.cz/main/regen_mini/sp/SPreg_maytenus.php

- Escape (s.f.).- Congorosa. Maytenus ilicifolia.
http://www.escape.com.ar/usr/dietprin/congorosa.htm

- Hurrell, Julio y Bazzano, Daniel (2003).- Arbustos 1: nativos y exóticos. Buenos Aires, L.O.L.A.

- IMM. Museo y Jardín Botánico Prof. Atilio Lombardo (s.f.).- Fichas de especies. Celastráceas - *Maytenus ilicifolius* Mart. ex Reiss. - "Congorosa"
http://www.montevideo.gub.uy/botanico/fichas_spp/maytenus_ilicifolius.htm

- INET (2002).- “Congorosa” “Concorosa”.
http://www.oni.escuelas.edu.ar/2002/entre_rios/un-gran-salto/paginas/congorosa.htm

- Lombardo, Atilio (1979).- Los árboles cultivados en los paseos públicos. Montevideo, IMM.

- Muñoz, J., Ross, P. y Cracco, P. (1993).- Flora indígena del Uruguay: Arboles y arbustos ornamentales. Montevideo, Editorial Hemisferio Sur.

- Odiozabal, Omar (s.f).- Flora Apícola (especies nectaríferas y poliníferas de mayor valor). Montevideo, Facultad de Agronomía.

- Pérez Piedrabuena, Fernando (2004).- Flora Nativa. Arboles y arbustos del Uruguay y regiones vecinas. Guía de campo y usos medicinales. Montevideo, Ediciones Guyunusa.

- Plantas a Diario (2007).- Congorosa (Medicinal). http://plantasadiario.blogspot.com/2007/07/congorosa-medicinal.html

- PRONABEL (s.f.).- Fitoterapia. Espinheira Santa. http://www.pronabel.com.br/news.php?news=32

- Raintree Nutrition (s.f.).- Espinheira Santa (Maytenus ilicifolia). http://www.rain-tree.com/espinheira.htm

- Rodrigues, Marili; Reyes, Felix; Magalhães, Pedro; Rath, Susanne (2007).- GC-MS determination of organochlorine pesticides in medicinal plants harvested in Brazil. Journal of the Brazilian Chemical SocietyVol 18 Nº1. http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-50532007000100015&script=sci_arttext

- Scheffer, M.C., Corrêa Júnior, C., Radomski, M. (2005).- Domesticaçao de plantas medicinais: a experiencia da espinheira-santa (Maytenus ilicifolia Mart ex Reiss) Agrociencia Vol IX Nº1 y Nº2 pág 53-59. http://www.fagro.edu.uy/agrociencia/VOL9/Agrociencia.%20(2005)%20Vol.%20IX%20Num%201%20y%20Num%202.pdf

- Scheffer, M.C. (2004).- Produçao de espinheira-santa (Maytenus ilicifolia Mart ex Reiss) na regiao metropolitana de Curitiba, Paraná, Brasil. http://www.cifor.cgiar.org/publications/pdf_files/Books/NTFPLatin_America/Chapter17-Chapter20.PDF

- Veiga Junior,' Valdir; Pinto,' Angelo; Maciel,' Maria Aparecida (2005).- Plantas medicinais: cura segura? Quím. Nova vol.28 no.3 São Paulo, May/June. http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-40422005000300026&script=sci_arttext

- Wikipedia (s.f.).- Maytenus ilicifolia. http://es.wikipedia.org/wiki/Congorosa