

El Ministerio de Salud de Chile, desarrolló recientemente un libro electrónico denominado “Medicamentos Herbarios Tradicionales: 103 especies vegetales”, documento vinculado con la normativa farmacéutica, que en sus páginas 59 y 60 se refiere al Cochayuyo (*Durvillaea Antarctica*), haciendo mención a sus características nutricionales.

A continuación aparecen la portada, el índice, la introducción y las páginas mencionadas que hacen referencia al cochayuyo.



MHT

*Medicamentos
Herbarios
Tradicionales*

103 ESPECIES VEGETALES

Cuadro de Marianne North, 1884. "Vegetación en un arroyo en Chanleón", Chile". *Galería de Marianne North*, Real Jardín Botánico de Kew en Londres. www.kew.org/heritage/people/north.html

Indice

Abedul (<i>Betula alba</i>)	7
Achicoria amarga (<i>Cichorium intybus</i>)	9
Ajenjo (<i>Artemisia absinthium</i>)	11
Albahaca (<i>Ocimum basilicum</i>)	13
Alcachofa (<i>Cynara scolymus</i>)	15
Aloe (<i>Aloe vera</i>)	17
Anís (<i>Pimpinella anisum</i> / <i>Illicium verum</i>)	19
Arnica (<i>Arnica montana</i>)	23
Arrayán / Chequen (<i>Luma chequen</i>)	25
Artemisa / Matricaria (<i>Tanacetum parthenium</i>)	27
Bailahuen (<i>Haplopappus baylahuen</i>)	29
Bardana / Lampazo (<i>Arctium lappa</i>)	33
Boldo (<i>Peumus boldus</i>)	35
Bolsita del pastor / Mastuerzo (<i>Capsella bursa-pastoris</i>)	37
Borraja (<i>Borago officinalis</i>)	39
Buchú (<i>Agathosma betulina</i>)	41
Cabello de ángel (<i>Cuscuta chilensis</i>)	43
Cachanlagua / Cachan-Lawen (<i>Centaurium cachanlahuen</i>)	45
Canelo / Voigue (<i>Drimys winteri</i>)	47
Cedrón (<i>Aloysia citrodora</i>)	49
Cepa caballo/ Amores secos (<i>Acaena splendens</i>)	51
Chépica (<i>Paspalum vaginatum</i>)	53
Chilco / Fucsia (<i>Fuchsia magellanica</i>)	55
Chinita / Caléndula (<i>Calendula officinalis</i>)	57

Cochayuyo / Ulte (<i>Durvillea antarctica</i>)	59
Contrayerba / Matagusanos (<i>Flaveria contrayerba</i>)	61
Culén (<i>Otholobium glandulosum</i>)	63
Diente de león / Amargón (<i>Taraxacum officinalis</i>)	65
Enebro (<i>Juniperus communis</i>)	67
Espuela de galán / Capuchina (<i>Tropaeolum majus</i>)	69
Eucalipto / Eucaliptus (<i>Eucalyptus globulus</i>)	71
Fenogreco (<i>Trigonella Foenum graecum</i>)	73
Frángula (<i>Rhamnus frangula</i>)	75
Fumaria (<i>Fumaria officinalis</i>)	77
Granado / Granada (<i>Punica granatum</i>)	79
Guayacán / Palo santo chileno (<i>Porlieria chilensis</i>)	81
Hierba de San Juan / Hipérico (<i>Hypericum perforatum</i>)	83
Hierba del paño (<i>Verbascum thapsus</i>)	85
Hierba dulce / Palo dulce (<i>Calceolaria thyrsoiflora</i>)	87
Hinojo (<i>Foeniculum vulgare</i>)	89
Hualtata / Lampazo (<i>Senecio fistulosus</i>)	91
Lampayo (<i>Lampaya medicinalis</i>)	93
Lavanda (<i>Lavandula angustifolia</i>)	95
Linaza / Lino (<i>Linum usitatissimum</i>)	97
Llantén / Llantén mayor (<i>Plantago major</i>)	99
Llaretia (<i>Laretia acaulis</i>)	101
Maitén (<i>Maytenus boaria</i>)	103
Malva (<i>Malva sylvestris</i>)	105
Manzanilla (<i>Matricaria recutita</i>)	107
Maqui (<i>Aristotelia maqui</i>)	109
Matico (<i>Buddleja globosa</i>)	111

Melón reuma / Pepino reuma (<i>Ecballium ellaterium</i>)	113
Menta / Menta negra (<i>Mentha x piperita</i>)	115
Milenrama (<i>Achillea millefolium</i>)	117
Molle (<i>Schinus areira</i>)	119
Morera (<i>Morus nigra</i>)	121
Nalca / Pangue (<i>Gunnera tinctoria</i>)	123
Naranja amargo / Naranja agrio (<i>Citrus aurantium</i>)	125
Natre / Tomatillo (<i>Solanum ligustrinum</i>)	127
Nogal (<i>Juglans regia</i>)	129
Olivo (<i>Olea europaea</i>)	131
Ortiga (<i>Urtica dioica</i>)	133
Paico (<i>Chenopodium chilense</i>)	137
Palqui / Parqui (<i>Cestrum parqui</i>)	139
Palto (<i>Persea americana</i>)	141
Pata de vaca (<i>Bauhinia forficata</i>)	143
Pelo de choclo / Pelo de maíz (<i>Zea mays</i>)	145
Peumo alemán (<i>Crataegus monogyna</i>)	147
Pichi (<i>Fabiana imbricata</i>)	149
Pingo-pingo (<i>Ephedra chilensis</i>)	151
Pino insigne (<i>Pinus radiata</i>)	153
Poleo / Menta poleo (<i>Mentha pulegium</i>)	155
Quebracho blanco / Sen chileno (<i>Senna stipulacea</i>)	157
Quillay (<i>Quillaja saponaria</i>)	159
Quilo / Mollaco / Voqui (<i>Muehlenbeckia hastulata</i>)	161
Quinchamalí (<i>Quinchamalium chilense</i>)	163
Quintral (<i>Tristerix tetrandus</i>)	165
Radal (<i>Lomatia hirsuta</i>)	167

Retamo (<i>Spartium junceum</i>)	169
Rica-rica / Kore (<i>Acantholippia punensis</i>)	171
Romaza (<i>Rumex conglomeratus</i>)	173
Romero / Romero castilla (<i>Rosmarinus officinalis</i>)	175
Rosa mosqueta / Mosqueta (<i>Rosa moschata</i>)	177
Ruda (<i>Ruta chalepensis</i>)	179
Sabinilla / Perlilla (<i>Margyricarpus pinnatus</i>)	181
Salvia (<i>Salvia officinalis</i>)	183
Sauce amargo / Sauce chileno (<i>Salix chilensis</i>)	185
Sauco (<i>Sambucus nigra</i>)	187
Sen / Sen de Alejandría (<i>Senna alexandrina</i>)	189
Siete venas / Llantén menor (<i>Plantago lanceolata</i>)	191
Tilo (<i>Tilia cordata</i>)	193
Tomillo (<i>Thymus vulgaris</i>)	195
Toronjil / Melisa (<i>Melissa officinalis</i>)	197
Toronjil cuyano / Marrubio (<i>Marrubium vulgare</i>)	199
Triqui-triqui / Trique (<i>Libertia sessiliflora</i>)	201
Tusílago (<i>Petasites fragans</i>)	203
Valeriana (<i>Valeriana officinalis</i>)	205
Verbena (<i>Verbena litoralis</i>)	207
Vira-vira (<i>Pseugnaphalium viravira</i>)	209
Yerba de la plata (<i>Equisetum bogotense</i>)	211
Yerba del clavo / Leliantú (<i>Geum chilense</i>)	213
Yerba del lagarto / Calahuala (<i>Polypodium feullei</i>)	215
Zarzaparrilla (<i>Ribes punctatum</i>)	217
Glosario	219
Bibliografía	227

INTRODUCCIÓN

Las plantas han sido un acompañante constante en la historia del ser humano como alimento, medicina, ornato y veneno. En efecto, desde muy antiguo es conocido que una misma especie vegetal puede tener cualquiera de estas características, dependiendo su actividad benéfica o perjudicial de la forma de usarla, así como de la dosis o cantidad en que es ingerida. A través de la observación constante, con el paso del tiempo se pudo obtener un mayor conocimiento sobre este tipo de cualidades y con ello mejorar la seguridad de su administración.

Las plantas en estado natural fueron parte de la materia médica en todos los países hasta comienzos del siglo XX. Sin embargo, por esa época el constante desarrollo científico de la química permitió ir mejorando el conocimiento de sus principios activos, al punto que poco a poco se va diferenciando un uso médico docto o académico de otro uso médico popular de ellas, no siempre coincidentes. A mediados de este siglo recién pasado a muchos profesionales sanitarios les pareció que la terapéutica moderna ya podía prescindir de las especies vegetales mismas y sólo bastaba contar con esos principios activos transformados en productos farmacéuticos, descuidando el sinergismo existente entre estos principios cuando convivían en el interior de una misma especie botánica. El nuevo escenario terapéutico incluso llevó a más de alguno a pensar que ya no era necesario continuar la investigación química, farmacológica y clínica de la botánica, ni que era justificado preocuparse por la situación de los recursos agronómicos involucrados con su disponibilidad.

Este distanciamiento del sistema sanitario oficial chileno respecto de las plantas medicinales muestra un cambio favorable desde los años 80 en adelante, con una lenta recuperación de la herbolaria médica como alternativa o complemento en el tratamiento de diversas enfermedades y problemas de salud. Varios han sido los factores asociados con este cambio, entre ellos la revisión de los postulados básicos de la farmacia en cuanto al uso de medicamentos obtenidos de especies vegetales totales y la posibilidad de diversificar la terapéutica médica moderna, el desarrollo de la Atención Primaria de la Salud, el surgimiento de una actitud más cuidadosa hacia el medioambiente y los equilibrios ecológicos de los seres vivos, incluidas sus enfermedades, y, finalmente, la revalorización del acervo cultural autóctono, en el cual nuestra propia medicina popular o tradicional ocupa un respetable lugar. El ejemplo de experiencias sanitarias oficiales de otros países, que considera desde diferentes series de fitofármacos en el arsenal terapéutico de los establecimientos del nivel primario asistencial hasta farmacopeas herbolarias modernas actualizadas, así como sucesivas actividades y documentos del Programa de Medicina Tradicional de la Organización Mundial de la Salud también han sido ejemplares para nuestra realidad aún incipiente.

A comienzos de los años 90 un Grupo de Expertos convocado por el Ministerio de Salud informó que el uso medicinal de herbolaria autóctona adolecía de definiciones técnicas apropiadas que diferenciaran entre planta medicinal y té de hierbas, y que existían importantes deficiencias en su proceso productivo (extracción casi por completo silvestre, con progresiva depredación de la flora involucrada; además de escaso control de calidad del material extraído y de los diferentes procesos previos a su venta a público, tales como identificación botánica, acopio, secado y almacenaje); ese mismo grupo entonces recomendó diferenciar en las condiciones de venta al público las categorías de té de hierba o complemento alimentario, del de planta medicinal o medicamento herbario. A mediados de ese mismo decenio se realizó un catastro de las plantas medicinales utilizadas empíricamente por la población chilena, pesquisándose alrededor de 460 diferentes especies vegetales de las cuales sólo unas

Cochayuyo / Ulte

Durvillea antarctica (Chamisso) Hariot

Nombres vernáculos: cochayuyo, ulte, cochahuasca, coyofe (Mapudungún)

Descripción: alga de hasta 15 m de largo, de color pardo verdoso o pardo amarillento, de superficie lisa y consistencia carnosa, que crece adherida por un ancho disco a las rocas sumergidas en el mar. Las frondas se originan de un estipe redondo, corto; son laminares, gruesas y coriáceas, de 3 a 12 cm de ancho, se dividen en segmentos delgados, que forman látigos de distinta longitud.

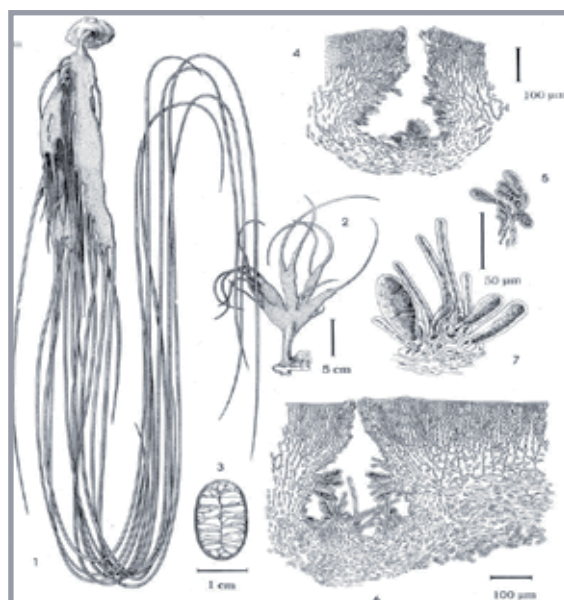
Se le conoce mayormente como “cochayuyo”, un término quechua que significa “nabo de mar”; de la misma lengua es otro de los nombres que recibe “cochahuasca” (soga de mar); en mapudungún esta alga es “collofe” (tintura parda), y su parte más apreciada es el “huilte”, o “ulte” como lo conoce el grueso de la población chilena, el segmento de la planta que media entre el disco con que ella se adhiere a la roca y la ramificación del vegetal; ya viejo se llama “mengo” y entonces se pone duro y toma una coloración café oscura.

Farmacognosia: en las zonas donde su empleo como alimento es relevante, también lo son los usos medicinales consignados: afecciones reumáticas, respiratorias (tos y resfrío) y de la piel; úlceras estomacales, hipertensión, estreñimiento, inapetencia, obesidad, y mineralizador del organismo. El uso más importante del cochayuyo sigue siendo el comestible, pues su alto contenido de ácido algínico lo hace una muy buena fuente de fibra dietética. Sobre este aspecto varios trabajos señalan la buena digestibilidad de sus componentes y la utilidad del tipo de compuestos que lo integran, entre ellos las fibras, solubles e insolubles, que pueden constituirse en un buen aporte de fibra dietética para regímenes bajos en grasas y con un buen patrón de nutrientes, necesarios en el manejo de patologías cardiovasculares (arterioesclerosis, hipertensión), hepáticas (hígado graso), envejecimiento prematuro, metabólicas (diabetes, obesidad), etc. En las últimas décadas se han buscado otros usos para esta alga, como fertilizante. Recientemente se han puesto a la venta diversos preparados homeopáticos que incluyen cochayuyo en su composición, los que destacan el buen aporte de yodo que éste proporciona.



Durvillea Antarctica (cochayuyo).

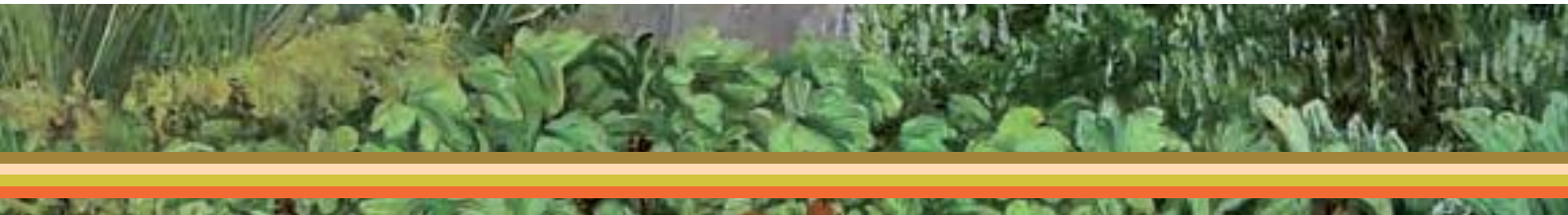
<http://www.araucaria2000.cl/losambientes/cochayuyo.jpg>



Durvillea antarctica.

1. Talo de cochayuyo, 2. Ejemplar juvenil, 3. Corte por la fronda, 4. Corte por el conceptáculo masculino, 5. Anteridio, 6. Corte por el conceptáculo femenino, 7. Oogonios, uno de ellos con cuatro óvulos (original Hoffmann y Santelices) ¹.

¹Hofmann y Santelices (1997).



Presentación comercial: paquetes para uso comestible, comprimidos recomendados para el control de la obesidad y la hipertensión.

Acuicultura: el cochayuyo se distribuye desde la zona central del país hasta Tierra del Fuego. Sólo en condición de laboratorio se ha intentado su cultivo; de otro modo se cosecha el talo completo con el disco incluido. El continuo aumento de los niveles de extracción para satisfacer la exportación ha originado su desaparición en algunos sitios australes. Es una buena fuente de ácido algínico.

El cochayuyo destaca entre las algas por ser una de las que tiene la cantidad de yodo mejor equilibrada (evitar su ingestión en pacientes con hipertiroidismo, por su gran aporte en yodo). Es un alimento con alto contenido en fibra, formada por mucilagos y por ácido algínico, compuesto éste capaz de unirse a metales pesados contaminantes y a otros tóxicos que se hallan en nuestro interior, formando alginatos que facilitan su eliminación. Es también un reservorio de calcio, hierro, magnesio y manganeso; con valores superiores a alimentos como la leche, las lentejas o el hígado de pollo. Su aporte de proteínas es significativo, superior a los cereales tradicionales como maíz, trigo y arroz integral. Otros de sus nutrientes son fósforo, zinc y sodio (debe consumirse con moderación por personas hipertensas), potasio, ácido fólico y vitamina E.

Hábito natural



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:DSC05220.JPG>

25. COCHAYUYO / ULTE (*Durvillea Antarctica*), toda la planta.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: obesidad, colesterol alto, hipotiroidismo, hígado graso, hipertensión, diabetes mellitus.

El macerado se prepara dejando una cucharada de la planta seca y triturada en agua toda la noche: beber 1 taza en ayunas.

b) uso externo: elimina tumores escrofulosos (tumores blandos no cancerosos).

Se utiliza como cataplasma, sancochando una cucharada de planta seca y triturada en una taza de agua caliente, que después se machaca en un mortero.

La planta guisada (en ensalada u otro plato caliente) ayuda a combatir la obesidad por su alto aporte de fibra soluble e insoluble.

Efectos: depurativo¹, hipolipemiente², tónico tiroideo³.

Precauciones: en caso de hipertiroidismo limitar su ingesta.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

2. Baja el nivel de colesterol en la sangre.

3. Estimula la función de la glándula tiroides.