

El “epazote” (*Chenopodium ambrosioides* L.) hierba aromática mexicana en el Mediterráneo



(2)



(3)

Agustín Ortega Esquinca⁽¹⁾

Campo Arqueológico de Mértola (CEAUCP-CAM)
Centro de Estudos Arqueológicos das Universidades de
Coimbra e Porto

Maria da Conceição Fernandes

CEBAL / Instituto Politécnico de Beja (IPBeja)
CICECO, University of Aveiro, 3810-193 Aveiro, Portugal

Nombres comunes y científicos

Es imposible reseñar todos los nombres de esta planta en los países donde se ha difundido. En México se conoce como “epazote”, derivado de *epazotl*, palabra compuesta del Náhuatl (lengua de los aztecas), que significa *epatl*, zorrillo (en portugués, doninha fedorenta) o hedor; y *zotli*, hierba. Literalmente, “hierba del zorrillo” o “hierba hedionda” y señala la similitud entre el aroma de esta hierba y el de ese animal. En Portugal, se denomina como “erva formigueira”; en Brazil, “menstrução”; en España, “Yerba de Santa María”.

Los científicos le dan varios nombres, *Chenopodium ambrosioides*, *Dysphania ambrosioides*, *Teloxys ambrosioides*, que son sinónimos.

Usos y contraindicaciones

En los países americanos de donde es originaria, los indígenas la utilizaron en culinaria y herbolaria. En la herbolaria indígena, la infusión de epazote se utiliza de vermífugo; pero se desaconseja este uso debido a que la planta contiene grandes cantidades de un compuesto tóxico conocido como *ascaridol*. El problema está en la dificultad de dosificar la cantidad adecuada, que no es peligrosa. La intoxicación con dosis altas de esta sustancia puede provocar la muerte.

En culinaria se utiliza como hierba aromática para condimentar una enorme cantidad de platillos, los más conocidos son los frijoles negros (en portugués, feijão preto) y los champiñones (en español, zetas; en portugués, cogumelos). En estos platillos, al cocer se le agrega, junto con otros ingredientes, una o dos ramas de epazote. El resultado final es el típico de la cocina mexicana. Con una ventaja, el epazote elimina las flatulencias. Y con una contraindicación, no se recomienda a mujeres embarazadas (en portugués, grávidas), pues puede provocar aborto. Con todo, es ingrediente principal de la cocina mexicana.

Fragmentos de una historia

El polen de esta familia taxonómica está en los registros sedimentarios de los últimos 40 milenios, de las cuencas lacustres del Altiplano Central de México. Los estudios geológicos y paleoecológicos atestiguan su relevancia en la determinación del paleoclima.

Con todo, se desconoce la antigüedad de su utilización por los indígenas mesoamericanos porque el tallo y las hojas desaparecen en el consumo humano y no llegan al registro arqueológico.

En documentos históricos del siglo XIX, como la *Historia General de las Cosas de la Nueva España*, de fray Bernardino de Sahagún, elaborados después de la conquista de México, está el primer registro escrito del uso de esta planta.

Se supone que en 1577 Francisco Hernández, médico de Felipe II, llevó el “epazote” a España⁽⁴⁾, donde fue sembrado en los jardines reales. No existe registro de su dispersión por la región mediterránea de España, Portugal y Marruecos, donde crece silvestre e infesta los campos de cultivo. En el Alentejo, lo encontramos entre los cultivos, a la orilla de las carreteras y en las riberas del Río Guadiana y sus afluentes.

Es de notar que también se desconoce la historia de su dispersión por países de África, Europa y Asia, donde es común que se ignoren sus usos y sus contraindicaciones.

(1) FCT, Bolsa de Investigação Pos-Doctoral (SRFH/BPD/41505/2007)

(2) Fotografía: Miguel A. Marmolejo
(<http://www.medicinatradicionalmexicana.unam.mx/monografia.php?l=3&t=&id=7646>)

(3) Fotografía: Gernot Katzer (http://www.uni-graz.at/~katzer/engl/Chen_amb.html)

(4) http://es.wikipedia.org/wiki/Chenopodium_ambrosioides