

# GRANADO

*Punica granatum* L.

FAMILIA: PUNICACEAE

## Algo de la historia de la planta:

El nombre científico del granado, “*punica*”, le viene dado por su procedencia de Cartago y, “*granatum*”, por ser un fruto de muchos granos, o bien de color granate. El granado es conocido desde hace más de cuatro mil años por la civilización egipcia, en cuyas tumbas se han encontrado restos de los frutos. Considerado como símbolo del amor y la fecundidad, este árbol fue consagrado por los griegos a la diosa Afrodita, y por los sirios a la diosa Rimel.

## Descripción

Árbol pequeño, de 2 a 4 metros de altura, poco robusto, de tallo ramificado, algo espinoso. Hojas opuestas estrechas, lanceoladas, enteras en los bordes, brillantes, de color verde claro. Las flores son muy llamativas, de color rojo vivo, con muchos estambres, de cáliz coriáceo que crece hasta tomar la forma globosa del fruto maduro, compartimentado y lleno de semillas jugosas rojo transparentes de agradable sabor agridulce, persisten sobre el fruto, a modo de corona, los cinco dientes que conforman el cáliz.

## Origen y ecología

Su origen primitivo parece ser en Persia, luego fue extendido en Asia y Europa por los fenicios, los romanos y los árabes; finalmente los españoles lo llevaron

a América. Cultivada y a veces silvestre. No amenazada.

## Localización

Cultivada como ornamental y en ocasiones silvestre porque los pájaros extienden sus semillas. En casi todas las islas: F, C, T, P, G, H.



**En Agaete:** escasos granados pero aún se ve alguno en El Valle, El Risco, Guayedra, Piletas, Los Llanos, hasta en Las Nieves pueden verse algunos ejemplares.

## Parte utilizada

La corteza de la raíz y del fruto, también el jugo del fruto.

## Principios activos fundamentales

### Corteza de la raíz:

- ✓ Alcaloides: piperidina, tropinona.
- ✓ Taninos
- ✓ Sales minerales

### Epicarpio o corteza del fruto:

- ✓ Taninos, en mayor cantidad que en la raíz.
- ✓ Sustancias estrogénicas

## Jugo del fruto:

- ✓ Taninos en menor cantidad
- ✓ Flavonoides antocianósidos
- ✓ Ácidos orgánicos como cítrico y ascórbico (vitamina C)
- ✓ Sustancias estrógénicas: genisteína, cumestrol, estrona.

## Propiedades e indicaciones terapéuticas:

### ▪ *Derivadas de la experiencia de uso tradicional*

Tradicionalmente se ha empleado la corteza de la raíz del granado para la eliminación de parásitos intestinales, incluso las tenias o “solitarias”.

La corteza del fruto en medicina popular se considera un excelente antidiarreico.

Es conocido el uso popular del “jarabe de granadina” para tratar los trastornos inflamatorios de la garganta, o para usar como bebida refrescante, o para aderezar ensaladas de frutas o postres.

### ▪ *Según el contenido en principios activos o ensayos farmacológicos*

La corteza de la raíz causa paraliza o mata a las tenias provocando su eliminación con las heces.

La corteza del fruto, sobretodo debido a los taninos, demuestra capacidad astringente, antibacteriana y antifúngica.

Los flavonoides del jugo de granada poseen actividad antiséptica, antiinflamatoria y antioxidante. En los últimos años ha crecido mucho el interés hacia la granada, tras la aparición de estudios experimentales que muestran actividad anticancerígena ante tumores de mama, próstata, piel y colon.



La capacidad antioxidante de la granada ha demostrado ser tres veces superior cuando se ha comparado con la del vino tinto y del té verde.

### ▪ *Derivadas de ensayos clínicos*

En estudios clínicos en humanos ha sido demostrada la actividad antiaterosclerótica del zumo de granada, reduciendo la oxidación de las lipoproteínas de baja densidad (LDL), suponiendo un factor importante de protección cardiovascular.

Otro estudio sobre enfermos hipertensos demuestra una acción reductora de la tensión arterial sistólica, por efecto inhibitorio sobre la actividad de la enzima convertidora de angiotensina (ECA).

- *Avaladas por ESCOP o Comisión E u OMS*

## **Efectos adversos, incompatibilidades y precauciones**

La corteza de la raíz, por la presencia de alcaloides puede resultar tóxica, pudiendo provocar náuseas, vértigo y alteraciones visuales.

## **Dosis y forma de administración**

### *Decocción antihelmíntica o tenífuga:*

Dejar macerar 60 grs. de la corteza de la raíz en medio litro de agua durante 24 horas; al día siguiente se hierve a fuego moderado hasta que el líquido se reduce a la mitad. Después de colar se toma a intervalos durante la mañana, una hora y media después se toma una infusión purgante, o un par de cucharadas (adultos) o cucharaditas (niños) de aceite de ricino, para provocar la eliminación de los parásitos intestinales.

### *Decocción antidiarreica:*

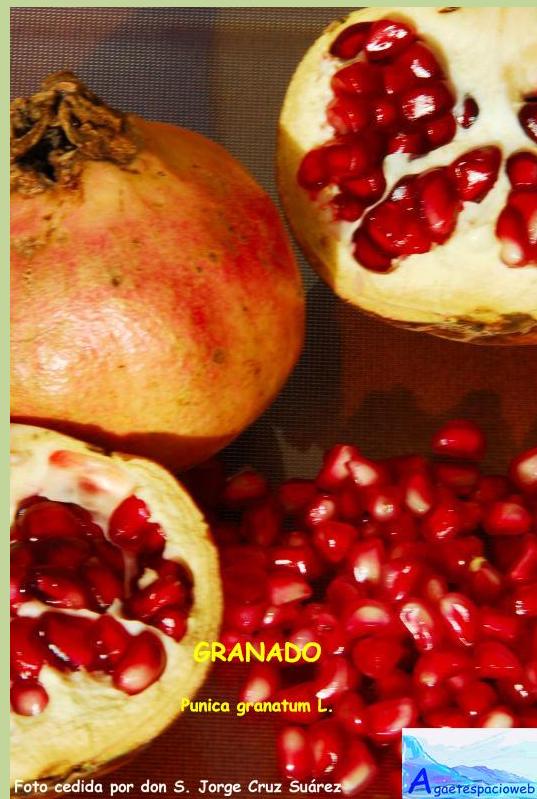
Tomar 30 gramos de corteza del fruto de granado y ponerlos a hervir en 1 litro de agua, mantener a fuego bajo durante 15 minutos, dejar reposar otros 15 minutos; colar y tomar el líquido resultante dividido en cuatro tazas al día hasta que desaparezcan los síntomas.

## **Ejemplos de utilización**

### *Jugo de granada y granadina:*

El jugo de granada es de obtención sencilla si nos servimos de un exprimidor normal de

naranjas manual o eléctrico. El jarabe de granada o granadina se obtendría tras hervir el jugo de granada con azúcar hasta que quede una mezcla homogénea tras la caramelización del azúcar.



(\*) Los estudios citados anteriormente que señalan efectos preventivos de la granada en enfermedades cardiovasculares o cancerígenas, se obtienen por el consumo del fruto del granado en sus diversas formas. Es preciso desechar la parte dura de las semillas porque resulta indigesta.

## **Testimonios de los Sabios de Agaete**

- **Dª Celestina Hernández**  
**Jorge, "Tina": "Guayabero blanco para la diarrea y**

*también utilizaban la cáscara de la granada”.*

**S. Jorge Cruz Suárez**

*“Más de 100 Plantas Medicinales en Medicina Popular Canaria”*

Las Palmas. Obra Social de La Caja de Canarias. 2007.