

El sorosí

Contra triglicéridos y colesterol

Descripción botánica: Planta trepadora o postrada, herbácea, con tallos delgados, más o menos pubescentes, con zarcillos simples, filiformes, opuestos a las hojas. Hojas membranáceas palmilobuladas con entre cinco y siete lóbulos profundos, agudos o redondeados al ápice y con el borde dentado. Flores amarillas, con cinco pétalos, unisexuales, solitarias o agrupadas. El fruto es una baya amarilla de 3 a 10 cm. de largo, de ovoide a cilíndrico, tuberculado, la pulpa es roja y amarga. Variedades seleccionadas se cultivan con el nombre de pepino chino, las cuales son muy apetecidas por los orientales. Las semillas son planas de 12 a 16 mm. de largo y están rodeadas de una especie de arilo rojizo y dulzón, el cual es apetecido por los chiquillos en el campo, pero se debe tener cuidado por poseer ciertas propiedades tóxicas.

Origen y distribución geográfica: Es originaria del suroeste de Asia, crece naturalizada en cercas, charrales, en terrenos yermos y abandonados y también invade cultivos agrícolas. Y de amplia distribución en los trópicos y subtropicos de todo el mundo.

Reproducción: Por semilla

Parte utilizada: Planta entera o algunos de sus órganos por separado o en conjunto.

Usos medicinales: Afrodisíaco. Aperitivo. Contra mordeduras de serpiente, asma, bronquitis, gripe, cólera, resfriados, fiebre, influenza, tos, dolor de cabeza, malaria, hipertensión, ictericia, cálculos renales, diabetes, anorexia, colitis, disentería, parásitos intestinales (oxiuros, áscaris), dolor de estómago, dispepsia, purgante, emética, antiflatulenta, hemorroides, tónica, anemia, gota, reumatismo, artritis, dismenorrea, emenagoga, contra inflamaciones vaginales y uterinas, leucorrea, gonorrea, galactogénesis, antimicótica, lepra, aftas, abscesos, eczemas, erupciones, forúnculos, granos, llagas, prurito, herpes, sarna, heridas, hemostático, emoliente, quemaduras, cicatrizante, pediculosis.

Forma de preparación y dosis: Contra triglicéridos y colesterol, hervir rápidamente una cucharadita de las hojas con el tallo en una taza de agua, dejar que se entibie y tomarse tres tazas al día (mañana, tarde y noche) durante 20 días, una semana no y otros 20 días y continuar con esos intervalos hasta lograr el equilibrio deseado.

Contraindicaciones: Por posible genotoxicidad, no se recomienda en mujeres embarazadas, ni en pacientes masculinos (niños, adolescentes), ni en adultos jóvenes de ambos sexos, en edad e intención de procreación.

Recomendaciones: Para evitar problemas con triglicéri-

Nombre científico: *Momordica charantia L.*

Sinónimos: *Cucumis africanus Lindl., Momordica anti-helmintica Schum. & Thoms., Momordica charantia L. var. abbreviata Ser., M. balsamina Descourt., M. elegans Salisb., M. humilis Wall., M. jagorana C. Koch., M. macropetala Mart., M. operculata Vell., M. papillosa Peckolt ex Rosenth., M. senegalensis Lam., M. zeylanica Mill.*

Nombres comunes: Brasil: melao de San Caetano. Colombia: balsamina, bejuco de coje, cundeamor, maravilla, sibicoje, sibicogen, subicogén, subi-coje, subicojen. Costa Rica: sorosí, pepino chino, pepinillo, pepinillo amargo, pepino cimarrón. Cuba: cundeamor. Ecuador: bálsamo-manzano, lagartilla, sorosí. Guatemala: balsamina, cundeamor, pepinillo, sorosí. Honduras: calaica, pepino. Panamá: balsamina. Puerto Rico: conde amore. Perú: balsamina, papayilla. EE.UU: wild balsam apple. Venezuela: cundeamor, maravilla.

Familia: Cucurbitaceae

dos y colesterol, es recomendable: (1) disminuir al mínimo las grasas en especial las de origen animal; (2) dejar una cucharadita de avena integral en un vaso con agua toda la noche y en ayunas tomárselo; (3) mezclar en medio vaso de agua una cucharadita de vinagre de manzana, una cucharadita de aceite de oliva y una cucharadita de jugo de limón ácido y tomarse esta mezcla dos veces al día; (4) hervir en la cantidad de una botella de agua una rebanada de más o menos pulgada y media de berenjena (*Solanum melongena L.*, Solanaceae), dejar enfriar, colar y guardar en la refrigeradora o en un lugar fresco y tomarse tres tazas al día, y (5) caminar todos los días de 30 minutos a una hora.

Bibliografía consultada

- Cáceres, Armando. 1996. *Plantas de Uso Medicinal en Guatemala*. Editorial Universitaria de la Universidad de San Carlos. Guatemala.
- Gupta, Mahabir P. (ed.), 1995. *270 Plantas Medicinales Iberoamericanas*. Editorial Presencia Ltda. Colombia.
- House, P. R. et al. 1995. *Plantas Medicinales Comunes de Honduras*. Litografía López, S. de R. L. Honduras.
- León, Jorge y Luis Poveda. 2000. *Nombres Comunes de las Plantas en Costa Rica*. Editorial Guayacán. San José.
- Robineau L. Germasén (ed. científico). 1998. *Farmacopea Vegetal Caribeña*. Enda Caribe-Tramil. Santo Domingo.
- Roig y Mesa, Juan Tomás. 1945. *Plantas Medicinales, Aromáticas o Venenosas de Cuba*. Partes I y II. Ministerio de Agricultura. Cuba.
- Tramil-Enda-Caribe-Asociación Andar. 1997. *Uso Tradicional y Validación de Plantas Medicinales de los Afrocostarricenses*. Ferlini Editores. Costa Rica.

Luis Poveda, biólogo de la Escuela de Ciencias Ambientales de la UNA, es especialista en flora costarricense.