

USOS COMESTIBLES Y TERAPÉUTICOS DE LAS PLANTAS SILVESTRES CONSIDERADAS MALEZAS POR EL SISTEMA AGROINDUSTRIAL ARGENTINO EN LA ZONA DEL DEPARTAMENTO ROSARIO

GIANNONE, Marina¹

¹Maestría en Sistemas Ambientales Humanos, CEI-UNR/ marshangea@gmail.com

Palabras claves: plantas silvestres, usos terapéuticos, usos comestibles, malezas

INTRODUCCIÓN

Éste es el avance de una tesis de Maestría que toma como punto de partida la crisis socioambiental global. En ese contexto, considera que el paradigma agroindustrial hegemónico en Argentina categoriza a numerosas plantas nativas y naturalizadas como "malezas", desestimando su potencial nutricional y medicinal. Esta visión reduccionista, arraigada en un modelo productivista y un enfoque médico positivista, ha invisibilizado saberes tradicionales y obstaculizado la integración de estos recursos en estrategias de salud pública y soberanía alimentaria. La revalorización de medicinas tradicionales por organismos como OMS y FAO, destacan sus propiedades para la diversidad dietética, la prevención de enfermedades y la resiliencia socioambiental a bajo costo, especialmente en contextos de desigualdad socioeconómica y climática. Se adopta un enfoque crítico e interdisciplinario para dismantelar el sesgo de la categoría "maleza" y documentar los usos comestibles y terapéuticos de estas plantas, buscando restaurar su valor integral y promover un paradigma que dialogue entre el conocimiento científico, popular y ancestral en pos de la salud colectiva.

OBJETIVOS

Describir la presencia y potencialidad comestible y medicinal de especies vegetales silvestres, autóctonas o adaptadas, consideradas malezas, en la zona del departamento Rosario, Santa Fe, Argentina.

METODOLOGÍA

Estudio descriptivo no experimental, de diseño observacional. Propone analizar plantas silvestres consideradas malezas. De la totalidad de especies relevadas se tomaron 4 especies conocidas popularmente para describir su potencial medicinal y/o alimentario como muestra representativa. La investigación se centró en la recolección de datos de fuentes secundarias como repositorios científicos, revistas y documentos oficiales de los Ministerios de Agroindustria (INTA) y Salud, organismos provinciales y bibliografía especializada. El método de análisis fue documental y se organizó en variables clave como nombre científico, descripción morfológica, composición química, tipo y forma de uso, vía de administración, efectos adversos, precauciones y contraindicaciones.

RESULTADOS

La investigación identificó el considerable valor de las cuatro especies botánicas investigadas, comúnmente clasificadas como malezas: *Amaranthus quitensis* Kunth (yuyo colorado), *Chenopodium album* (L.) Bosc. (falsa quinoa), *Erigeron bonariensis* L. (yerba carnicera) y *Stellaria media* (L.) Vill. (capiquí). El análisis de fuentes revela que estas plantas poseen un marcado potencial comestible y terapéutico. Específicamente, *Amaranthus quitensis* y *Chenopodium album* destacan por su alto valor nutricional, proveyendo proteínas de calidad, minerales esenciales (calcio, potasio, hierro), vitaminas, biocompuestos (flavonoides) y aptos para la diversificación dietética y el abordaje de carencias. *Conyza bonariensis* y *Stellaria media* exhiben actividades antibacterianas, antifúngicas y antiinflamatorias, validando su empleo en afecciones dermatológicas, respiratorias y gastrointestinales.

Tabla 1. Composición química y usos terapéuticos y comestibles

	Nombre científico	Nombres populares	Usos comestibles	Composición química/ Aporte nutricional	Usos terapéuticos
	<i>Amaranthus quitensis</i> Kunth	Yuyo colorado, ataco, penacho, bleado, moco de pavo	Hojas, tallos, flores: cocidas como hortaliza o crudas en ensalada Semillas: enteras como fibra o molidas para harina	Hojas: gran contenido proteico, calcio, hierro, magnesio. Semillas: proteínas, lisina, calcio, almidón.	Diurética, digestiva, laxante Hepatoprotectora y antiinflamatoria
	<i>Chenopodium album</i> (L.) Bosc.	Quinoa blanca, falsa quinoa, quelite cenizo, quinoa negro, bleado blanco	Hojas, tallos, flores: cocidas como hortaliza o crudas en ensalada Semillas: como pseudocereal o para harina.	Vitamina C, carotenoides, hierro, calcio, potasio, flavonoides (luteolina)	Infusión: laxante, antimicrobiana Extractos: antifúngico, antioxidante
	<i>Erigeron bonariensis</i> L.	Rama negra, yerba carnicera, vira-vira, coniza	Hojas crudas o cocidas o secas como condimento	Ácidos fenólicos, flavonoides, terpenos (limoneno), taninos, cumarinas, cinarina, antraquinonas.	Infusión: antiulcerosa, diurética, hepatoprotectora, laxante, antidiarreica. Aceite esencial: antimicrobiano, antifúngico, antiinflamatorio
	<i>Stellaria media</i> (L.) Vill.	Capiquí, caapiquí, yerba del pajarero, pamplina	La planta completa cruda o cocida	Flavonoides (rutín), saponinas, potasio, silicio, magnesio	Infusión: antiinflamatoria, digestiva, expectorante, diurética Tópico: cicatrizante, antiinflamatoria, emoliente.

CONCLUSIONES

La investigación subraya la necesidad de un cambio de paradigma en la valoración de la biodiversidad local. Las cuatro "malezas" analizadas revelan un significativo y subestimado potencial comestible y terapéutico. Esta categorización no sólo ignora un vasto reservorio de nutrientes y principios activos con aplicaciones medicinales respaldadas por la etnobotánica y la ciencia, sino que también desarticula conocimientos tradicionales y oportunidades para la salud pública y la soberanía alimentaria. En un contexto de crisis socioambiental y presiones sobre los sistemas de salud, re-incorporar estas plantas silvestres en la dieta y la medicina representan una estrategia accesible y sostenible. Su estudio y promoción pueden contribuir a diversificar las fuentes de alimento, ofrecer alternativas terapéuticas de bajo costo y fortalecer la resiliencia ambiental y comunitaria hacia un modelo más equitativo y respetuoso con la complejidad ecológica y cultural.