

PIÑA (ANANÁS)

Ananás comosus, la piña o ananá, es una planta de la familia de las bromeliáceas, nativa de América del Sur. Es una planta perenne, de escaso porte y hojas duras y lanceoladas de hasta un metro de largo, que fructifica una vez cada tres años produciendo un único fruto fragante y dulce, muy apreciado en gastronomía, siendo, de todos los procedentes de América Latina el que más éxito tiene en Europa.



Aunque la mayoría de las bromeliáceas son epífitas, *A. comosus* es una planta vivaz, terrestre, aparentemente acaule, con una roseta basal de hojas rígidas, sésiles, lanceoladas, estrechamente imbricadas, con los márgenes dotados de espinas cortas, de 30 a 100 cm de largo; son ligeramente cóncavas, para conducir el agua de lluvia hacia la roseta. El tallo, rojizo, se hace visible alrededor de los 2 años, creciendo longitudinalmente hasta alcanzar los 120 cm. De las axilas foliares pueden aparecer pequeños retoños que se dispersan para dar lugar a reproducción vegetativa durante este período.

Del tallo brotan inflorescencias en forma de espiga, con el tallo engrosado, formadas por varias docenas de flores trímeras de color rosa, que aparecen al final de un escapo en las axilas de las brácteas. Las flores son hermafroditas, sésiles, con brácteas inconspicuas, los tépalos externos apenas asimétricos y libres, de ovario hipógino. El período de floración se extiende por un mes o más; la planta es autoestéril, un rasgo seleccionado por los criadores para favorecer la reproducción vegetativa. La polinización está a cargo, en su entorno natural, de colibríes.



El fruto es una pequeña baya, que se fusiona tempranamente con las adyacentes en un sincarpo o infrutescencia, grande y de forma ovoide. El corazón del sincarpo, más fibroso, se forma a partir del tallo axial engrosado, y las paredes del ovario, la base de la bráctea y los sépalos se transforman en una pulpa amarilla, apenas fibrosa, dulce y ácida, muy fragante, que no guarda rastro de los frutos que la compusieron.

La flor propiamente dicha se transforma en un escudete octogonal de cubierta dura, formada por la fusión del ápice de la bráctea y los tres sépalos, que formará la dura piel cerúlea y espinosa del

fruto. La cavidad de la flor endurece sus paredes; según el cultivar aparece como una celdilla vacía junto a la piel, en la que se conservan los restos duros y filiformes de los estambres, o se reduce a unas ranuras. Más hacia el interior las celdas del ovario, que contienen las semillas en el raro caso de fertilización, también se estrechan considerablemente.

El fruto contiene:

- ✓ Vitaminas: vitamina C, B1, B6, B9 (ácido fólico) y un poco de E.
- ✓ Minerales: Potasio, Magnesio, Yodo, Cobre, Manganeseo.
- ✓ Ácido cítrico, ácido málico, ácido oxálico, enzima bromelina.
- ✓ Su aroma se debe al acetato de etilo.

Cultivo

El ananá puede plantarse en cualquier momento del año en suelos húmedos, aunque la mejor época es el otoño. Es rara la reproducción a partir de semilla. Más frecuentemente se utilizan los retoños del tallo central; los mejores proceden de la parte basal del mismo, aunque también pueden usarse las yemas del tallo distal o la corona de brácteas de la fruta. Naturalmente, los brotes basales se desarrollan, fructifican y dan a su vez origen a nuevos tallos. Los distintos tipos de retoños se conocen como corona (el meristemo apical), gallo (las yemas pedunculares) y clavos (vástagos de la yema peduncular).



Los vástagos se plantan en línea, dejando 40-45 cm entre plantas y algo más entre hileras, o más si se aplicará pulverización mecánica con herbicidas, con una densidad total de 37.500 a 50.000 plantas por hectárea. Las plantaciones de fruta con destino industrial son más apretadas, de hasta 80.000 plantas. Se desmaleza dos veces al año; la alternativa es el rociado con herbicidas, en especial ametrina, diuron e incluso uracilos como el caso del bromacil. Se fertiliza tri o bianualmente con nitrógeno, potasio y fósforo, de 5 a 6 g por planta, a los que se añade a veces magnesio. En zonas de heladas la planta debe cubrirse durante la temporada de frío.

La cosecha principal se efectúa normalmente desde principios de verano hasta comienzos de otoño; el fruto debe recogerse maduro, pues no continúa la maduración una vez extraído. El rendimiento del 30% se considera aceptable, es decir, de 12.000 a 18.000 frutos de entre 1 y 2,5

kg por hectárea. Normalmente las plantas se renuevan cada dos ciclos de cosecha para evitar la disminución del rendimiento. Con el uso de etefón puede inducirse la floración para regular el ciclo productivo.



Uso

El fruto se aprecia para su consumo fresco y en conserva. En Occidente se usa habitualmente como postre, aunque cada vez más como ingrediente dulce en preparaciones de comida oriental. Cuando el ananá está maduro, la pulpa es firme pero flexible, las hojas se pueden arrancar de un fuerte tirón y el aroma es más intenso en la parte inferior. Debido al costo del transporte del fruto fresco y la concentración del consumo, se producen numerosos subproductos industrializados, en especial jugos y mermeladas. Del jugo se produce un vinagre excelente y muy aromático.

Entre las propiedades medicinales del mismo la más notable es la de la enzima proteolítica llamada bromelina, que ayuda a metabolizar los alimentos. Es también diurético, ligeramente antiséptico, desintoxicante, antiácido y vermífugo. Se ha estudiado su uso como auxiliar en el tratamiento de la artritis reumatoide, la ciática, y el control de la obesidad.

Es rico en vitamina C y en fibra. La alta concentración de bromelina en la cáscara y otras partes ha llevado a su uso en decocto para aliviar infecciones laríngeas y faríngeas, así como en uso tópico para la cistitis y otras infecciones.

Propiedades

Indicaciones: Es proteolítico, digestivo: la bromelina es un fermento digestivo comparable a la pepsina y la papaína. Antiinflamatorio, hipolipemiente, antiagregante plaquetario. Diurético, vitamínico, de gran valor nutritivo. Agente de difusión, detergente de las llagas. Indicado para dispepsias hiposecretoras, reumatismo, artritis, gota, urolitiasis, arteriosclerosis. Bronquitis, enfisema, asma, mucoviscidosis. En uso tópico: limpieza de heridas y ulceraciones tróficas. El corazón de piña se ha preconizado como coadyuvante en regímenes de adelgazamiento, por su contenido en fibra, con acción saciante y ligeramente laxante.