

PASOTE

Chenopodium ambrosioides L.

NOMBRE-s VULGAR-es: Pazote. Coliquera.

FAMILIA: CHENOPODIACEAE.

Algo de la historia de la planta:

Planta traída del continente americano por los primeros emigrantes canarios. Antes de la llegada de Colon, en Méjico o Cuba ya disfrutaban de sus virtudes medicinales; los indígenas americanos utilizaban el pasote como remedio eficaz ante las menstruaciones dolorosas y para la expulsión de los parásitos intestinales.

Descripción

Herbácea, de hasta poco más de 1 metro de altura; tallo muy ramificado, acanalado, verde a morado; hojas distantes, lanceoladas, alargadas y terminadas en punta, bordes sinuosos. Inflorescencias axilares como rabitos o racimitos de flores muy pequeñas sin corola.

Origen y ecología

Originaria de América, Méjico o Cuba. Introducida. Naturalizada en nuestras islas. No amenazada.

Localización

Entre cultivos y huertas de nuestras islas, en los márgenes de caminos o carreteras de todas las islas: L, F, C, T, P, G, H.

En Agaete: en huertas o fincas, donde han quedado semillas que se reproducen tras las lluvias.



Parte utilizada

Hojas y sumidades

Principios activos fundamentales

- ✓ Aceite esencial: ascaridol, alfa terpineno, limoneno, salicilato de metilo, *p*-cimeno, d-alcanfor, safrol.
- ✓ Saponinas
- ✓ Sales potásicas

Propiedades e indicaciones terapéuticas:

- ***Derivadas de la experiencia de uso tradicional***

“Úsase frecuentemente en decocción como remedio

de dolores cólicos, de donde le viene el nombre vulgar de coliquera. Igualmente en remedio de indigestiones, vómitos y otros males del estómago”.

(Viera y Clavijo, José de.2004)

También se recoge de la medicina popular otros usos como diurético, antiparásitos intestinales, colagogo, estomacal o digestivo y carminativo o antiflatulencias, antiasmático, analgésico.

(*) Otros usos puestos de moda en los últimos años para el pasote como remedio para el colesterol, o para el azúcar, o como ayuda para la pérdida de peso no están justificados ni por la bibliografía escrita de medicina popular canaria, ni por el contenido en sustancias activas farmacológicas.

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

Del aceite esencial - ascaridol-, cabe esperar su capacidad antihelmíntica o antiparásitos intestinales, especialmente frente a áscaris y anquilostomas, menos eficaz frente a oxiuros.

▪ **Derivadas de ensayos clínicos**

▪ **Avaladas por ESCOP o Comisión E u OMS**

Efectos adversos, incompatibilidades y precauciones

No existen datos empíricos ni estudios específicos clínicos o farmacológicos, sobre la toxicidad de esta planta. Por lo que debe ser utilizada con precaución.



Se contraindica sin embargo debido a su composición tomarlo durante el embarazo o la lactancia y en los enfermos de insuficiencia renal.

El aceite esencial puro en personas sensibles o en dosis elevadas puede producir cefaleas, vértigos, náuseas, vómitos y temblor de pies y manos; también puede dañar el riñón e incluso causar la muerte por acción sobre el centro respiratorio a nivel de sistema nervioso central.

Dosis y forma de administración

A falta de referencias bibliográficas específicas aconsejamos para una infusión, la dosis estándar de 20 a 30 grs. de planta seca para un litro de agua. Esto equivale a una cucharada de postre de 5mls.= 2-3 grs. para una taza de agua de 150 mls., para tomar 3 a 4 tazas/día. Se introduce la planta en el agua hirviendo, se apaga el fuego y se deja reposar durante 5 minutos; seguidamente, colar y tomar.



Ejemplos de utilización

Infusión digestiva de pasote

Para mejorar la digestión o combatir flatulencias tomaremos una taza de agua guisada de pasote después de las comidas.

Remedio antiparásitos intestinales

Para combatir los parásitos intestinales tomaremos la infusión en ayunas durante tres días seguidos, a continuación debemos tomar un laxante para provocar la expulsión de los parásitos. Como laxante nos vale el aloe vera tomado tres veces al día; preparado según la receta explicada de Fray Romano en la monografía específica para esta planta.

Masaje sobre el vientre con aceite tibio de pasote

Macerar un puñado de hojas de pasote en aceite de oliva en botella de cristal oscuro y removiendo al menos cada día hasta completar tres semanas; filtramos el aceite y ya queda listo para frotar estómagos delicados, con malas digestiones o inapetentes.

Testimonios de los Sabios de Agaete

- **D. Antonio Vega Rosario, “CÓ”:** *“Agua de pazote con sal, ...sudaban tapados con al manta, ...y al día siguiente pal Pinar. ...Una gran medicina, un agua buena de beber y que cura”.*
- **D^a Celestina Hernández Jorge, “Tina”:** *“Para aliviar el dolor de estómago se utilizaba el pazote, también para las lombrices”.*
- **D. Pedro Rodríguez Santana:** *“Para el estómago un vaso de agua con un chorro de limón, también esta la hierba de pazote. Pa la diarrea también un vaso de agua con un chorro de limón”.*
- **D. Pedro Rodríguez Santana:** *“Yo antes no bebía café sino agua guisá, lo mismo la tomaba de poleo que de pazote, dicen que es buena pal colesterol”.*

S. Jorge Cruz Suárez

“Más de 100 Plantas Medicinales en Medicina Popular Canaria”

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