

Arándano rojo



Arándano rojo



Arándanos rojos.

Clasificación científica

Reino:	Plantae
División:	Magnoliophyta
Clase:	Magnoliopsida
Orden:	Ericales
Familia:	Ericaceae
Subfamilia:	Vaccinioideae
Tribu:	Vaccinieae
Género:	Vaccinium
Subgénero:	<i>Oxycoccus</i>

Especies

Vaccinium erythrocarpum
Vaccinium macrocarpon
Vaccinium microcarpum
Vaccinium oxycoccus



Distribución mundial aproximada del arándano rojo. Rojo: *Vaccinium oxycoccus*. Naranja: *Vaccinium microcarpum*. Verde: *Vaccinium macrocarpon*.

El nombre **arándano rojo** hace referencia a un grupo de arbustos enanos perennes del género *Vaccinium*, subgénero *Oxycoccus*, aunque algunos botánicos consideran *Oxycoccus* un género aparte. Crecen en turberas de carácter ácido en las zonas más frías del [Hemisferio Norte](#).



Flores de *Vaccinium oxycoccus*.

El arbusto del arándano rojo es bajo, con tallos de 10 cm o menos, con tallos finos y pequeñas hojas perennes. Las flores son de color rosa oscuro, con distintivos [pétalos](#) "reflejados" que dejan el [estilo](#) y los [estambres](#) completamente expuestos, apuntando hacia delante. El fruto es una [baya](#) auténtica de tamaño superior al de las hojas. Es inicialmente blanco, pero se vuelve rojo intenso al madurar. Es comestible, con un sabor ácido que puede enmascarar su dulzor.

Especies

Existen tres o cuatro especies de arándano rojo, clasificadas en dos secciones:

Subgénero *Oxycoccus*, secc. *Oxycoccus*

- [Vaccinium oxycoccus](#) u [Oxycoccus palustris](#) (**arándano rojo común** o **arándano rojo del norte**). Se encuentra por toda la zona fría del [Hemisferio Norte](#), incluyendo el norte de [Europa](#), el norte de [Asia](#) y el norte de [Norteamérica](#). Presenta hojas pequeñas, de entre 5 y 10 mm. Las hojas son de color rosa oscuro, con un espigado central morado, y crecen en tallos ligeramente vellosos. El fruto es una pequeña baya de color rosa pálido, con un sabor refrescante de carácter marcadamente ácido.
- [Vaccinium microcarpum](#) u [Oxycoccus microcarpus](#) (**arándano rojo pequeño**), que se da en el norte de Europa y en el norte de Asia, y difiere del anterior en que las hojas son más triangulares, y los tallos de las flores no tienen vellosidad. Algunos botánicos lo incluyen en *V. oxycoccus*.
- [Vaccinium macrocarpon](#) u [Oxycoccus macrocarpus](#) (**arándano rojo americano**), nativo del norte de Norteamérica (este de [Canadá](#) y este de [Estados Unidos](#), al sur de [Carolina del Norte](#), a grandes altitudes). Se diferencia del *V. oxycoccus* en que las hojas son mayores, de entre 10 y 20 mm de longitud, y su sabor ligeramente parecido al de la [manzana](#).

Subgénero *Oxycoccus*, secc. *Oxycoccoides*

- [Vaccinium erythrocarpum](#) u [Oxycoccus erythrocarpus](#) (**arándano rojo de las montañas del sur**), es nativo del sureste de Norteamérica a grandes altitudes en el sur de los [Montes Apalaches](#), y también en el este de Asia.

El arándano rojo puede ser víctima de la *falsa flor*, una enfermedad dañina pero controlable del [fitoplasma](#) que es frecuente en las áreas de producción de [Massachusetts](#) y [Nueva Jersey](#).

Historia



La Cosecha de Arándano rojo en la isla de Nantucket, Eastman Johnson, 1880.

El arándano rojo ha formado parte de la dieta de los pueblos árticos durante milenios, y sigue siendo un fruto muy popular en [Escandinavia](#) y [Rusia](#). En [Escocia](#) las bayas eran recolectadas en arbustos silvestres, pero la pérdida de [hábitats](#) adecuados ha hecho las plantas tan escasas que ya no se encuentran. En el este de Norteamérica, los [amerindios](#) utilizaban los frutos del [Vaccinium macrocarpon](#) como alimento siendo uno de los ingredientes principales del alimento de supervivencia llamado [pemmican](#). Se sabe que se los enseñaron a los famélicos colonos ingleses en [Massachusetts](#) alrededor de 1620, por lo que el arándano rojo fue incorporado a la tradicional fiesta del [Día de Acción de Gracias](#).

Es también un cultivo típico de la isla [frisía](#) de [Terschelling](#), a donde llegó en el siglo XIX: un barril (resto de algún naufragio) cargado de frutos llegó a la costa donde, según cuentan, fue abierto por los habitantes de la isla. Estos, no encontrando nada de valor en el barril, arrojaron los frutos por tierra. Pero el arándano rojo encontró un hábitat idóneo y ahora abunda en la isla, donde se hacen [licores](#), [mermeladas](#) y muchos otros productos con él.

Cultivo y aplicaciones



Cosecha de arándanos rojos en Nueva Jersey.

El arándano rojo es un importante cultivo comercial en varios estados de [Estados Unidos](#) y en varias provincias [canadienses](#). También en el sur de [Chile](#) y de [Argentina](#), en los [Estados bálticos](#) y en [Europa Oriental](#) existen pequeñas áreas de producción.

El 95% de los frutos se procesan en productos como [zumos](#), [salsas](#), [mermeladas](#), o se secan y azucarar para su consumo. el 5% restante se vende fresco para su consumo directo. Los arándanos rojos destinados al procesado se suelen congelar poco después de la cosecha.

Cuando se obtiene fresco, el fruto se suele usar en la elaboración de [compotas](#) o [jaleas](#) caseras que se sirven como acompañamiento de carnes asadas. También es habitual usarlos en la confección de bollería (p. ej. [magdalenas](#)), pero se considera demasiado ácido para comerlos sin acompañamiento.

El zumo que se obtiene del fruto, normalmente azucarado, también es un producto derivado importante.

El arándano rojo es una fuente de [polifenoles antioxidantes](#), sustancias beneficiosas para los sistemas [cardiovascular](#) e [inmunológico](#).


Se dice que el consumo regular del zumo de arándano rojo combate las infecciones de las vías urinarias. Aunque muchas de las pruebas al respecto son equívocas, algunos [ensayos clínicos](#) sugieren que realmente hay un efecto demostrable: un componente del jugo parece inhibir la adhesión de bacterias a la [vejiga](#) y a la [uretra](#).¹

En otoño de 2004 se publicó un aviso en el [Reino Unido](#) advirtiendo a los pacientes que tomen [warfarina](#) de que no bebiesen zumo de arándano rojo, debido a los efectos adversos que esta combinación parece producir.

El arándano rojo igual que todos los arándanos contiene cantidades significativas de [ácido benzoico](#).²

El zumo de arándano rojo también contiene una sustancia química que bloquea los agentes patógenos que provocan las [caries](#).³

Enlaces externos

-  [Wikimedia Commons](#) alberga contenido multimedia sobre [Arándano rojo](#).
- (en inglés)"[Current Problems in Pharmacovigilance](#)" (pdf) - sobre la advertencia referente a la [warfarina](#) y el zumo de arándano rojo (p. 10), octubre de 2004.
- (en inglés)[Estudio de 2001 review](#) sobre las pruebas de efectos terapéuticos del zumo de arándano rojo.
- (en inglés)[Estudio de 1989](#) Sobre el papel que el zumo de arándano rojo puede jugar en la inhibición de la adherencia [bacteriana](#) a la pared interna de la [vejiga](#).
- (en inglés)[The Cranberry Institute](#): información sobre los beneficios para la salud del arándano rojo.
- (en inglés)[Cranberry Library Page](#): página muy completa de enlaces relacionados con el arándano rojo (Universidad de Wisconsin-Madison).

Referencias

1. [↑] (en inglés)K. Priehs, S. Quinn (2004), *[A glass \(or two\) of cranberry juice a day may keep bladder infection away](#)* ([Un vaso \(o dos\) de zumo de arándano rojo al día puede prevenir las infecciones de vejiga](#)), Infectious Diseases Society of America
2. [↑] (en inglés)Dr A. Wibbertmann et al. (2000), [BENZOIC ACID AND SODIUM BENZOATE](#), International programme on chemical safety [4 de octubre de 2006]
3. [↑] Koo, H. Caries Research, January-February 2006; vol 40. News release, University of Rochester Medical Center

Categorías: [Vaccinium](#)

[Bayas](#)

[Plantas medicinales](#)

Esta página fue modificada por última vez el 19 oct 2012, a las 10:53.