

PLANTAS MEDICINALES Y DROGAS VEGETALES



Fotos: S. Cañigueral

Cocotero

Cocos nucifera L. (arecácea)

El cocotero (*Cocos nucifera* L.) es una especie de distribución pantropical que se cultiva en la actualidad en Filipinas, Malasia, Indonesia, India y también en Oceanía y las Antillas. Vive en las proximidades del mar y es probablemente originario de las islas oceánicas de Malasia.

Es una planta leñosa de porte arbóreo y tallo no ramificado y derecho. Posee una copa de hojas grandes, de hasta 6 m de longitud, divididas en segmentos por rasgado. Puede alcanzar hasta 25 m de altura.

La inflorescencia es monoica y está rodeada de una espata voluminosa. Las flores, unisexuales, son regulares y presentan dos verticilos trímeros de hojas pequeñas que constituyen el periantio, 6 estambres y 3 carpelos superiores.

El fruto es una drupa grande con una longitud de 20-25 cm y una anchura de 12-16 cm. Contiene un exocarpo y un mesocarpo fibrosos, y un endocarpo muy duro. La nuez de coco comercial es el fruto desprovisto del exocarpo y del mesocarpo, estando constituida, por tanto, por el endocarpo y la semilla.

La semilla contiene un embrión muy pequeño, pero un endospermo muy abundante.

En el interior de la semilla se encuentra un líquido dulzaino (agua de coco o leche de coco) que corresponde al albumen y constituye una bebida común en muchas regiones tropicales productoras.

El albumen líquido es muy abundante en los frutos verdes y carece de almidón. A medida que el endospermo madura éste solidifica en una capa de pulpa de coco rica en aceite. El endospermo solidificado, cortado y desecado, es conocido con el nombre de copra, y se utiliza para la extracción del aceite.

Composición química

Los componentes principales de la copra son lípidos (65%), constituidos por glicéridos en los que predominan el ácido láurico y mirístico, junto con menores cantidades de hexanoico (caproico), oleico, palmítico esteárico y decanoico (caprílico), y ácidos grasos libres de cadena corta. El aceite de coco se obtiene de la copra simplemente por expresión. Este aceite es sólido a temperaturas próximas a 24-25 °C, por lo que en nuestras latitudes

es una grasa blanca, insípida y prácticamente inodora que se enrancia fácilmente cuando no está bien conservada.

El aceite de coco fraccionado y purificado contiene triglicéridos solamente de ácidos grasos de cadena corta y media, como octanoico (caprílico) y decanoico. Este aceite mantiene su baja viscosidad hasta cerca del punto de solidificación (cerca de 0 °C) y es un medio no acuoso útil para la administración oral de medicamentos. La leche de la nuez de coco contiene manitol, goma, albúmina, ácido tartárico y agua.

Las cenizas de las hojas contienen una elevada cantidad de potasio.

Acción y utilización

El aceite de coco, por su elevada proporción de ácidos grasos de longitud media, es fácilmente absorbido en el tracto gastrointestinal, lo cual hace que sea un producto de elevado interés en pacientes que padecen problemas de absorción. El aceite de coco es muy usado en la fabricación de jabones duros, particularmente por vía fría. Los jabones a base de aceite de coco pueden retener grandes cantidades de agua y forman abundante espuma.

En la industria alimentaria el aceite de coco desodorizado y neutralizado se consume bajo el nombre de vegetalina. Igualmente es materia prima de primera elección en la industria de los detergentes (obtención de los lauril sulfatos).

En medicina Ayurveda la leche de coco se utiliza como refrescante, nutritivo, aperitivo, diurético y antihelmíntico.

En las zonas donde abunda esta especie se utiliza prácticamente la totalidad del cocotero, por lo que constituye un recurso de elevado valor económico para los pueblos que allí viven. El tronco se utiliza como madera en carpintería, se hacen conducciones de agua, puentes y vallas. Las hojas sirven para cubrir chozas, para hacer tiestos, abanicos y sombreros. La yema terminal se considera un alimento muy nutritivo y digestivo y se llama «col de palmera». A partir del jugo fermentado de los brotes se obtiene una especie de vino de palmera cuya destilación da un licor. A la raíz del cocotero se le atribuyen propiedades diuréticas. □

BEGOÑA MILO

Unidad de Farmacología y Farmacognosia. Facultad de Farmacia. Universidad de Barcelona.