

Características generales de la berenjena

Bárbara Barrios Aguirre

La berenjena es una planta herbácea cuyo nombre científico es *Solanum melongena*. Su origen se sitúa en la India y se debe a los árabes su difusión en Occidente.

Sus tallos son erectos y vellosos, de entre 30 y 70 cm de altura. Sus hojas son enteras, ovales, de color verde grisáceo, y sus flores tienen color púrpura.

Los frutos de la *Solanum melongena* son bayas alargadas de pulpa esponjosa y semillas de color amarillo. Su cáscara es delgada, siendo el color más conocido el violáceo.

Las variedades e híbridos de berenjena se pueden agrupar de acuerdo a la forma de sus frutos. Entre las variedades de fruto largo se distinguen las siguientes: larga negra, larga morada, violeta de Barbentane y Croisette. Si el fruto es redondo, destacan Violeta de Nueva York y De Almagro. Por último, si el fruto es ovoideo, se encuentran las berenjenas Jaspeada de Gandía, Mission Bell, Belleza Negra, Blacknite, Bonica y Florida Market¹.

La berenjena requiere alta luminosidad y clima cálido, condiciones en las que crece como planta perenne. Si se cultiva en lugares más fríos se comporta

como planta anual y es mejor cultivarla en invernaderos². Deja de crecer con temperaturas inferiores a 10°C y muere a 0°C.

CULTIVO

Según el Censo Agropecuario 2006/07, en Chile existen 47,5 ha cultivadas con berenjena, todas en terrenos de riego.

De ellas, 40,4 ha están al aire libre y 7,1 ha corresponden a invernaderos.

La región que concentra la mayor cantidad de hectáreas es la Metropolitana, donde ocupan 23,5 ha, 49% de la superficie total cultivada con la hortaliza en Chile. Otras regiones que presentan plantaciones de berenjena son las de Arica y Parinacota y Atacama. La primera tiene 9,8 hectáreas y la segunda, 6,0.

En la zona central, el fruto se cosecha entre marzo y abril. Durante los siguientes meses la Región Metropolitana se abastece de bayas traídas desde Vallenar y en los meses más fríos (julio – septiembre), desde Arica.

La escasa cantidad de hectáreas se refleja en el volumen transado: entre

enero y junio de 2010 se comercializaron 689.830 unidades de la hortaliza en los mercados mayoristas de Santiago.

PROPIEDADES NUTRICIONALES Y MEDICINALES

En Chile, la berenjena no es un fruto de consumo masivo, a pesar de que tiene grandes beneficios para la salud humana.

Está compuesta mayoritariamente por agua (algo más de 90%), por lo que actúa como diurético; además, el jugo se puede utilizar para aliviar enfermedades de los riñones.

Contiene proteínas, carbohidratos, potasio³ y, en pequeñas cantidades, fósforo, calcio, magnesio y hierro, a lo que se suman vitaminas A, B1, B2, B3, B6 y C.

La berenjena tiene propiedades antioxidantes, dado su alto contenido de ácido clorogénico. Disminuye la cantidad de colesterol en la sangre, retardando el proceso de aterosclerosis. Además, es hematoprotector y mejora la digestión. Por otra parte, de la semilla de

¹ www.infojardin.com

² www.botanical-online.com



la baya se puede extraer fitina, que actúa como recomponente cerebral⁴.

Con las berenjenas se pueden fabricar cataplasmas para aplicarlas sobre quemaduras y abscesos, provocando alivio a los síntomas. Igualmente, su infusión puede contrarrestar los efectos de la embriaguez y calmar afecciones hepáticas.

Se recomiendan las bayas para disminuir el dolor de muelas⁵

DATOS ÚTILES

- La berenjena debe conservarse en un lugar fresco- preferentemente refrigerado - hasta ser consumida.

- Su ingesta no debe efectuarse después de diez días de cosechada, porque aparecen manchas pardas y un sabor amargo.

- Dado que la pulpa del fruto es porosa, no se recomienda freírla, ya que con el calor se pierde el agua y se absorbe el aceite, aumentando las calorías que aporta.

- Se debe consumir madura, puesto que el fruto verde posee solanina (alcaloide). En general, no conviene consumirla cruda.

www.odepa.gob.cl

³ www.yerbasana.cl

⁴ Ídem nota 2.

⁵ *La salud por medio de las plantas medicinales.* Juan Zin y Carlos Weiss. Editorial Don Bosco S.A., julio 2006.