

BENEFICIOS DE LA HUAYA



La **huaya** es un árbol que puede llegar a alcanzar los 30 m de altura, recoger sus frutos es un trabajo de riesgo, que solo personas expertas pueden lograr. Sus frutos o drupas son parecidos a los melocotones, de tamaño redondeado de 2 a 4 cm de diámetro y se presentan en grandes racimos.



En su interior se encuentra la **semilla**, ésta es de grandes dimensiones y está protegida por una **pulpa de textura gelatinosa** y sabor agrisado cuando está maduro. Una fruta muy **rica en hierro y fósforo**, además de aportar gran cantidad de **Vitamina C** a nuestro organismo.

Entre **los beneficios** que puede aportar su consumo se encuentran:

Ayuda a prevenir y combatir distintas infecciones como pueden ser las infecciones como pueden ser infecciones renales o pulmonares.

- Ayuda a potenciar y mejorar el sistema inmunológico, gracias al aporte en vitamina C, la **Huaya** será un potente aliado para impedir que tanto virus como bacterias puedan proliferar en nuestro organismo.

- En las mujeres gestantes, el consumo de **huaya** potenciará la creación de proteínas, lo que ayudará a mantener los sistemas de defensas en perfectas condiciones.

- Ayuda a combatir los resfriados

- Ayuda a controlar la fiebre

Un fruto que consumido diariamente, aportará vitaminas B1, B3, B6 y B12, minerales, ácidos grasos como el oleico, aminoácidos, ácidos linoleicos, etc. Existen distintas controversias sobre el poder de **la Huaya para combatir las células cancerígenas**. Según algunos expertos, la **huaya** tiene propiedades capaces de **controlar la reproducción descontrolada de las células cancerígenas**. Un tema que trataremos mas adelante.

USOS DE LA HUAYA

Pero la **Huaya** no solo es buena por sus propiedades médicas, sus vitaminas y minerales, sino que también se ha utilizado tradicionalmente para fabricar riquísimos platos y bebidas que ahora vamos a enumerar:

- La **huaya** puede consumirse como un fruto fresco o bien se puede conservar y enlatar para que dure mucho más tiempo. Dependiendo del lugar, la **huaya** se puede consumir de distintas maneras, incluso como bebida refrescante.
- Otros usos que pueden darse a la **huaya** es aprovechar el color de sus frutos, un color amarillento que puede ser utilizado como un tinte natural.
- La pulpa del fruto de la **huaya** sirve para fabricar bebidas alcohólicas como puede ser la **cerveza de huaya** o el **aguardiente de huaya**.
- La semilla también se puede consumir, bien tostada, o cocinada sirviendo en muchas ocasiones como sustituto de la yuca. En algunos sitios se muele todo el fruto con semilla incluida, para realizar una especie de horchata que además de ser muy rica, sirve para desparasitar a los niños.

Con este fruto se pueden realizar además:

- Refrescos
- Bollos
- Postres
- Helados
- Mermeladas
- Conservas
- Miel

Pero también son apreciadas por ser un **estupendo plaguicida**, simplemente esparciendo las hojas por el suelo, éstas hojas atraen a las pulgas, provocando su muerte.



La madera de **huaya** también es muy apreciada, tanto en construcción como para ebanistería. Aunque no es una madera muy resistente para estar en el exterior, si es apreciada en obras de interiores por su ligereza, color y compactación, esta madera presenta unos tonos y texturas increíbles para trabajos finos de carpintería.

TRATAMIENTO DEL CÁNCER CON LA HUAYA

Como ya hemos comentado, no existen datos que aseveren que la **Huaya** sea un alimento que combate el cáncer, decir esto es muy arriesgado. Es verdad que tiene una serie de propiedades que como complemento, pueden ayudar a los tratamientos oncológicos a luchar contra el cáncer, pero solo como un complemento y siempre bajo la supervisión del oncólogo. **NUNCA** puede ser un **SUSTITUTIVO**.

Entres las propiedades para el tratamiento contra el cáncer, encontramos:

- Mejorar los Epitelios. Los epitelios son las células que se agrupan para cubrir las cavidades del organismo, cubrir los órganos y cubrir las glándulas. Como sabemos, el cáncer se encarga de atacar estas células y destruirlas. Consumiendo **huaya** conseguimos mejorar la salud de éstas.
- Gracias a que potencia el sistema inmunológico, evitará que ciertas bacterias y virus ataquen el organismo, ya debilitado por la enfermedad.
- La gran cantidad de vitaminas que aporta la **huaya**, como ya hemos visto es rica en vitamina B1, B2, B6, B12 e incluso C, además de los ácidos oléicos, del aporte de hierro y minerales, hacen que su consumo proporcione una protección extra a nuestro organismo.

Como hemos podido ver, no es que sea una fruta que ataque el cáncer, sino que intenta paliar los daños que éste pueda ocasionar, siempre como complemento a los tratamientos oncológicos. Pero si eres seguidor del elblogverde, habrás podido comprobar que existen muchas otras frutas y verduras con unas propiedades análogas como puede ser el brócoli o la granada.

RIESGOS DE LA HUAYA

El riesgo de comer **Huaya** no está en la intoxicación como podría parecer, el mayor riesgo y el que ha provocado muchas muertes en el península de Yucatán, lugar originario de este fruto, son las caídas desde los árboles.

Como hemos comentado al principio, estos frutos nacen en lo alto de unos árboles que pueden llegar a **medir más de 30 metros**. Las personas que suben a por estos frutos son verdaderos **profesionales**, conocen todas las técnicas para escalar por éstos árboles.



A menudo, muchos ciudadanos observan los frutos en las alturas y deciden subir a por ellas, provocando caídas con fracturas o en los casos más graves la muerte.

Otro peligro que podemos correr es el de asfixia, donde también han subido los índices de fallecimiento, en especial muertes de niños por asfixia o ahogamiento. El peligro radica en su semilla que tiene una textura resbaladiza, por lo que es muy fácil que ésta se escurra hacia la laringe provocando el ahogo y la asfixia.

Fuente de red:

<https://elblogverde.com/huaya-para-curar-el-cancer/>