

Plantas de dietéticas

Julio Alberto Hurrell
Patricia M. Arenas
María Lelia Pochettino

Editorial LOLA
Literature of Latin America
<http://www.lola-online.com>



Este libro contiene información sobre 100 especies de plantas vasculares y de algas, cuyos productos derivados (partes de las mismas, materiales fragmentados, en polvo, tinturas, suplementos dietéticos) se expenden con fines alimentarios y terapéuticos en las dietéticas de la conurbación Buenos Aires-La Plata, y de muchas áreas urbanas del país. Además, contiene apéndices con 120 especies no desarrolladas en el texto, pero tratadas de modo exhaustivo en libros anteriores: *Plantas aromáticas condimenticias*, *Hortalizas: verduras y legumbres*, *Frutas frescas, secas y preservadas*. En total, entonces, se citan 220 especies comercializadas en las dietéticas. Asimismo, este libro guarda estrecha relación con *Plantas de herboristería*, que incluye 170 especies de plantas medicinales que también suelen venderse en las dietéticas.

Esta obra apunta a la difusión del conocimiento disponible sobre las especies y sus productos, sus beneficios, sus posibles efectos perjudiciales y sus formas de utilización. De este modo, los lectores podrán orientar sus posibilidades de elección.



Presentación

Este libro contiene información sobre 100 especies, 88 de plantas vasculares y 12 de algas, cuyos productos derivados (partes de plantas, materiales fragmentados, en polvo, tinturas, extractos) se expenden con fines alimentarios y terapéuticos en las dietéticas de la conurbación Buenos Aires-La Plata. Para las plantas vasculares (con órganos) los productos corresponden, por ejemplo, a órganos subterráneos (ginseng, maca), hojas (stevia, té), frutos y semillas (cereales, soja). En el caso de las algas (sin órganos, consideradas históricamente en el Reino Vegetal y, en la actualidad, en distintos reinos), los productos incluyen células (chlorella) o fragmentos de sus cuerpos (fucus, nori).

Además, contiene apéndices que suplementan la información sobre la variedad de productos presentes en las dietéticas: datos sobre 120 especies no desarrolladas en este libro, pero tratadas de modo exhaustivo en textos anteriores (Hurrell *et al.*, 2008, 2009, 2010). En total, entonces, se citan 220 especies de dietéticas. Asimismo, este libro guarda una estrecha relación con *Plantas de herboristería* (Hurrell *et al.*, 2011b), que incluye 170 especies comercializadas en el área metropolitana. Dado que tales comercios son cada vez más escasos, y que casi todas las dietéticas también venden estos mismos productos, ambos textos deben considerarse en forma conjunta.

Las llamadas *dietéticas* son los locales donde se adquieren productos de origen vegetal valorados tanto por su rol alimentario (“para comer”) como terapéutico (“para curar”). Muchas de las especies tratadas aquí son ejemplos de este doble uso, asociado con la idea de *dieta saludable*, tan difundida por los medios masivos de comunicación.

El contenido de este libro se basa en resultados de una línea de investigación en *Etnobotánica urbana* desarrollada en el Laboratorio de Etnobotánica y Botánica Aplicada (LEBA), de la Facultad de Ciencias Naturales y Museo (FCNM), Universidad Nacional de La Plata (UNLP). Incluye datos obtenidos a través de métodos etnobotánicos usuales, realizados en la última década en numerosas dietéticas del área de estudio. Esta corresponde a la conurbación Buenos Aires-La Plata, que comprende dos aglomerados urbanos contiguos: el Gran Buenos Aires y el Gran La Plata, entre los cuales se verifica un continuo flujo de personas y productos. En términos administrativos, el Gran Buenos Aires comprende la ciudad de Buenos Aires (la Capital Federal) y 24 partidos de la provincia de Buenos Aires. En



Conurbación Buenos Aires-La Plata (Imagen NASA, 2007).

población, es el mayor aglomerado urbano del país, el segundo de Sudamérica, el quinto de América, y el décimo séptimo del mundo (Forstall *et al.*, 2004). El Gran La Plata se constituye en torno a la ciudad de La Plata, capital de la provincia de Buenos Aires, situada a 58 km de la Capital Federal. Incluye los partidos de La Plata, Berisso y Ensenada (Arenas *et al.*, 2011; Hurrell *et al.*, 2011a; Pochettino *et al.*, 2012).

Las investigaciones pertenecen al ámbito de la *Etnobotánica*, la ciencia de las relaciones entre las personas y su entorno vegetal (Albuquerque & Hurrell, 2010; Hurrell & Albuquerque, 2012). En particular, los estudios se refieren a la *Etnobotánica urbana*, campo de desarrollo reciente pero extendido en diversos países que trata, entre otros temas, el *conocimiento botánico urbano: un corpus complejo que incluye saberes y creencias diversos sobre las plantas y sus productos, algunos ligados a tradiciones (familiares, de diferentes grupos de inmigrantes), otros no tradicionales (incluido el conocimiento científico), que conviven e interactúan dentro del mismo espacio pluricultural urbano* (Pochettino *et al.*, 2008; Hurrell *et al.*, 2011b; Pochettino *et al.*, 2012).

Plantas de dietéticas hace hincapié en productos vegetales considerados *saludables*, y apunta a la difusión del saber disponible sobre los mismos, para que los consumidores puedan ampliar sus propios conocimientos sobre las especies, sus beneficios, sus posibles efectos perjudiciales, contraindicaciones y formas de utilización. De este modo, los lectores podrán orientar sus posibilidades de elección.