

Maíz morado, un milagro medicinal hecho refresco



Esta variedad del fruto sagrado de los incas, imprescindible para la sabrosa chicha y mazamorra morada, es un verdadero milagro medicinal porque sus antioxidantes protegen el ADN celular evitando mutaciones que podrían desencadenar procesos cancerosos, especialmente al colon.

Desintoxica al organismo de los agentes de la contaminación ambiental, desactivan sustancias cancerígenas, fortalecen el sistema inmune y protegen al cuerpo del desarrollo de enfermedades crónicas degenerativas como cataratas, artritis, tensión alta, diabetes, envejecimiento, arterosclerosis y enfermedades cardíacas, entre otros males de la civilización moderna.

Es importante resaltar que el maíz, ya tenía presencia en Caral, primera civilización del Perú y América que se formó entre los 3000 y 2500 años a.C. (hace unos 5,000 años) en el valle de Supe.

Clima especial

Tiene un color morado oscuro e intenso y misteriosamente si es sembrado en otro país no sale del mismo color, inclusive a veces hasta podría salir amarillento. Los especialistas barajan diversas hipótesis como factores no descubiertos en el clima, la tierra o el agua.

Composición química

Posee un alto porcentaje de Antocianinas, un tipo de flavonoides complejos que se caracterizan por tener un importante efecto antioxidante al apoyar la regeneración de los tejidos, fomentar el flujo de la sangre, reducir el colesterol y promover la formación de colágeno, mejorando la circulación.

Asimismo reducen el envejecimiento del cuerpo, disminuyen los riesgos de ataque al corazón y son excelentes preventivos contra el cáncer.

El uso farmacéutico de las Antocianinas también es reconocido en Oftalmología, por sus propiedades de incrementar la agudeza visual y mejorar la visión nocturna.

También para el tratamiento de diversos trastornos de circulación de la sangre relativos al Colesterol y recientemente gracias a las investigaciones del Profesor T. Shirai de la Facultad de Medicina de la Universidad de Nagoya y la Empresa San Ei Gen en Japón, se concluyó que el principio activo del Maíz Morado, evita la presencia de cáncer al intestino grueso o colon.

¿Qué es el Maíz Morado?



Los científicos han demostrado que muchos de los pigmentos que dan su color a las frutas y vegetales, contienen muchos de los compuestos que parecen combatir enfermedades degenerativas del cuerpo humano y que a su vez, brindan efectos benéficos para la salud y el bienestar. Este es el caso de las antocianinas que el Maíz Morado posee en una alta proporción.

Las investigaciones establecieron que dichos compuestos no son ni vitaminas, ni minerales y los han denominado fitonutrientes, sustancias químicas presentes en las plantas, responsables de darles color, sabor, protegerlas de los rayos ultravioletas, ayudarlas a combatir las infecciones bacterianas, virales o micóticas y permitirles superar las inclemencias y presiones de su entorno (insectos, animales depredadores, sequía, etc.).

Contra el cáncer

Los últimos informes sobre esta gramínea maravillosa, revelan que por la característica tan especial del pigmento que posee, llamado "Antocianina", evita la aparición del cáncer al intestino grueso, tal como señala un extenso informe en el diario japonés Mainichi Shimbun.

Se hace hincapié en que este pigmento incrementa la salud cardíaca, mejora la circulación sanguínea y protege el corazón, logrando beneficios antienvjecimiento.

En la Universidad de Nagoya, Japón, un grupo de investigadores de la Facultad de Medicina, encabezados por el profesor Tomoyuki Shirai, confirmó que el pigmento del maíz morado evita la aparición del cáncer de intestino grueso.

En pruebas de laboratorio con ratas se les dio comida mezclada con una sustancia cancerígena natural que se encuentra en las partes quemadas de la carne y el pescado asado, junto con un 5% de pigmento de maíz morado.

El resultado fue que de las 20 ratas a las que se les dio sólo la sustancia cancerígena, 17 (el 85%) desarrollaron cáncer de intestino grueso frente a sólo 8 ratas (40%) de las que tomaron el pigmento.

Según la Agencia de Investigación en Cáncer de Japón, la capacidad de las sustancias cancerígenas contenidas en las zonas quemadas de los alimentos sería suficiente para

causar cáncer en las personas.



San-Ei Gen, empresa de Osaka, fabricante de aditivos para alimentos que ha participado en la investigación ha declarado que en Japón y otros países desarrollados los cánceres de intestino grueso van en aumento. De allí que desean continuar con los estudios del pigmento del maíz morado y su uso en alimentos medicinales.

El cáncer colonrectal es el segundo más letal de todos los cánceres. El que ataca el intestino grueso (colon) es más frecuente en mujeres, mientras que el de recto lo es en hombres.

Cuando el mal no puede ser controlado con cirugía, se aplica quimioterapia, pero las posibilidades de curación son escasas. La cirugía disminuye algunos síntomas pero la supervivencia es aproximadamente de 7 meses.

Como medidas preventivas se recomienda comidas ricas en fibra y bajas en proteína animal, grasas e hidratos de carbono refinados. También se aconseja consumir calcio, vitamina D y vegetales como el repollo, coles de Bruselas y brócoli para disminuir los riesgos.

En esta lista se podría ya incluir al maíz morado cuyas propiedades como regulador de la presión alta son reconocidos por nuestra farmacopea natural.

Cultivo



El Perú es el único país con sembríos comerciales de maíz morado. Se estiman en 5,000 a 6,000 las hectáreas sembradas con una producción de 3 a 6 toneladas por hectárea. Sin embargo, estas cifras resultan ínfimas si se las compara con las 270,000 hectáreas de maíz amarillo, por ejemplo.

El Programa de Maíz de la Universidad Agraria de La Molina viene trabajando desde hace 20 años en el mejoramiento de la especie morada habiendo logrado dos variedades -una para siembra en costa y sierra alta; y la segunda para alturas de 2,600 a 3,000 metros sobre el nivel del mar, en las que se ha aumentado el tinte y mejorado la productividad lo que nos pone en inmejorables condiciones para potenciar el recurso.

Mazamorra morada

Ingredientes:

- 1/2 kilo de maíz morado
- 8 clavos de olor
- 2 rajas de canela
- 1 piña
- 1/4 kilo de guindones
- 100 gramos de guindas
- 100 gramos de huesillos
- 1/2 kilo de azúcar
- 1 taza de harina de camote
- 1 limón
- 1 cucharada de canela en polvo

Cocinar el maíz en tres litros de agua con clavo de olor, canela y cáscara de piña hasta que revienten los granos. Se cuela y se vuelve al fuego agregando las frutas secas lavadas y remojadas previamente. Cuando todo esté cocido añadir la piña cortada en dados y el azúcar. Disolver la harina en agua fría y echarla lentamente hasta que espese. Añadirle jugo de limón. Se sirve espolvoreada de canela molida.