

# ¿La conoces?

Por: Maricruz Rangel Galván



Esta planta es conocida como “tepeilite” (*Rhamnus pompana*) en la Sierra Norte y Nororiental del estado de Puebla. Se trata de un árbol de alrededor de cinco metros de altura, con flores blancas y hojas alargadas que produce unos frutos pequeños parecidos a los capulines, pero de coloración que va del rojo al púrpura.



Los frutos rojo-azules del tepeilite son una fuente rica de “antocianinas”. Estas sustancias naturales le dan una coloración roja, azul o morada a los órganos de las plantas. Las antocianinas tienen propiedades antioxidantes y antiinflamatorias, por lo cual, también son considerados nutraceuticos. Es decir, compuestos que pueden ejercer un efecto benéfico en el organismo.



Se sabe que los habitantes de la sierra nororiental de Puebla colectan estas bayas, principalmente para consumo alimenticio.



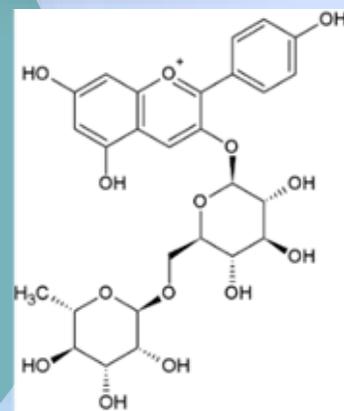
Estudios recientes han mostrado que las bayas del tepeilite son una fuente rica de otros nutraceuticos como la quercetina, el kaempferol, la luteína, el ácido linoleico y el ácido linolénico. Además, contienen micronutrientes importantes como la vitamina C, vitamina B6, ácido fólico, riboflavina y tiamina, potasio, calcio, hierro, sodio zinc y magnesio, necesarios para el buen funcionamiento del organismo.



Los frutos del tepeilite contienen delphinidina-3-O-glucósido, delphinidina-3-O-rutinósido, cianidina-3-O-rutinósido, pelargonidina-3-O-rutinósido y malvidina-3-O-rutinósido. La evaluación de estos compuestos en ratones tuvo un efecto benéfico en el metabolismo de carbohidratos y lípidos.



Además, la pelargonidina-3-O-rutinósido inhibió la proliferación de células cancerígenas de cáncer colorrectal. Por lo anterior, podría generarse un nuevo producto o suplemento a base de pelargonidina-3-O-rutinósido para prevenir el desarrollo de este tipo de cáncer. Un dato interesante es que esta sustancia es muy común en otros alimentos de origen vegetal como las fresas y el tomate de árbol (*Solanum betaceum*).



Pelargonidina-3-O-rutinósido

¿Cuál es la importancia de consumir frutos de color? Los frutos de color son un recurso importante de pigmentos que al consumirse influyen en nuestra salud por su capacidad de mejorar el perfil lipídico y los niveles de glucosa sanguíneos.

¡Te invitamos a que conozcas y conserves a tus recursos naturales!

Imagen: Yesenia Pacheco Hernández

Puedes tener mas detalles acerca de esta investigación en:

<https://doi.org/10.1002/cbdv.202301034>

CIENCIA EN LA SIERRA



Volumen 2. Número 5

2024