

## Milpesos: nutritivo como la leche materna y fino como el aceite de oliva

Nilsen Lasso-Rivas PhD. – Docente, Universidad del Pacífico

### La fruta de vino

Palma de milpesos es el nombre con el que comúnmente se conoce en el Pacífico colombiano a la especie *Oenocarpus batahua* Mar. En otras partes de Colombia también se le conoce como seje, chapil, milpés, patabá, seje grande, unamo, trupa, aricaguá, bateí, batú, obango, palma de leche, palma resina. El nombre “*Oenocarpus*”, significa “fruta de vino” del griego oeno = vino y carpus = fruto o semilla, este nombre se lo dieron los primeros exploradores de América y hace referencia a la utilización del fruto en la elaboración de una bebida alcohólica. La palma posee un tallo liso y solitario de 15 a 30 centímetros de diámetro con muy marcadas cicatrices dejadas por las hojas al caer, y puede alcanzar los 22 metros de altura. Un rasgo característico de la especie es la forma de los racimos que se asemejan a una cola de caballo de 1 a 2 metros de largo (figura 1).



Figura 1. Aspecto general de la palma de milpesos, se aprecia el racimo en forma de cola de caballo.

El fruto tiene forma ovoide de color violáceo a negro, con el ápice agudo, de 2,5 a 4 cm de longitud y 2 a 3 cm de diámetro, pulpa carnosa y grasosa (figura 2). El fruto cuando esta fresco pesa alrededor de 15 gramos mientras los racimos de frutos pueden llegar a pesar 30 kilogramos.



Figura 2. Frutos de la palma de milpesos. Foto: Yurani Mosquera.

### Usos y beneficios del milpesos

**Alimentación:** la pulpa de los frutos se puede comer directamente o se puede preparar un jugo que tiene un valor nutricional comparable al de la leche materna humana (figura 3); también se puede utilizar la pulpa para la elaboración de helados. En menor medida se consume el cogollo o tallo joven comúnmente conocido como “palmito”. Un uso alimentario indirecto de la palma es el cultivo o cosecha de larvas de escarabajos.

**Medicina tradicional:** diferentes partes de la palma de milpesos se utilizan en la medicina tradicional. Por ejemplo, las inflorescencias jóvenes se emplean para curar la disentería; la infusión de las plántulas jóvenes se utiliza para tratar la mordida de serpientes; las raíces tienen principios antidiarreicos, antidisentéricos y vermífugos. El aceite se utiliza para tratar

afecciones como inflamaciones, dolores de articulaciones, dolores en los huesos en general, prevenir la aparición de hongos en la piel, problemas gastrointestinales y tratar la tuberculosis.

**Materiales de construcción:** las hojas de la palma de milpesos se utilizan en la construcción de viviendas tradicionales.



Figura 3. Jugo de milpesos. Foto: Yenifer Rentería.

**Artesanía:** las fibras extraídas de las hojas de la palma de milpesos se utilizan para la fabricación de cestas, escobas, mochilas, esteras, abanicos, sombreros, bolsas y otros productos artesanales.

**Aceite:** el aceite es el producto derivado del fruto de milpesos con mayor importancia económica. Es comparable en sabor, apariencia, y calidad al aceite de oliva (figura 4).



Figura 4. Aceite de milpesos. Foto: Yenifer Rentería.

## **Establecimiento del cultivo**

Debido a que la explotación de poblaciones naturales, que puede ser destructiva cuando se tala la palma ya sea para extraer el palmito o cosechar frutos, es la principal forma de aprovechamiento de la palma de milpesos, se han creado métodos para la implementación de plantaciones de con el fin de reducir la presión sobre las palmas nativas y garantizar la conservación, sostenibilidad, seguridad y eficiencia en la producción del recurso. A continuación, se describe una de estas técnicas.

### **Fase de vivero**

La semilla se pone a germinar a la sombra en cajones que contengan un substrato húmedo de aserrín descompuesto, la germinación se inicia de 20-40 días después de la siembra y se prolonga hasta 90 días del almacigado. Cuando las plantas alcanzan de 5 a 10 cm se transfieren a bolsas plásticas negras de 2 kg de capacidad conteniendo una mezcla de tierra negra, arena, materia orgánica descompuesta en proporción de 1:1:1. Los plántones deben mantenerse con el 50% de sombra durante la fase de vivero y evitar condiciones de alta humedad que promuevan la proliferación de hongos. Los plántones deben permanecer en el vivero hasta que alcanzan una altura de 30 a 40 cm, lo que puede tardar de 1 a 1,5 años, momento en el cual se hace el trasplante a campo.

### **Traslado a campo**

Los plántones se pueden implementar sin problema en diversos tipos de suelos, sin embargo, se aconseja sembrar en suelos francoarcillosos y francoarcillosos-arenosos. Los terrenos deforestados y con un pH neutro o poco ácido son ideales para la implementación del cultivo de milpesos. Dado que la especie no tolera la exposición directa al sol en su etapa inicial de crecimiento, se recomienda que se siembre con un cultivo asociado que le dé sombra temporal durante la primera etapa. La distancia de siembra sugerida para plantaciones en monocultivo es de 7 x 7 m, con aplicación de 1,5 kg de fertilizante por planta. Para el sistema agroforestal se sugieren distancias de 6 x 12 m ó 12 x 12 m, las especies

propuestas para asociación cacao (*Theobroma cacao*), caimarón o uvilla (*Pourouma cecropiifolia*), guaba (*Inga edulis*), aguacate (*Persea americana*). La siembra debe realizarse en hoyos de 40 x 40 x 40 cm que contengan un sustrato de tierra y materia orgánica descompuesta y debe hacerse al inicio del periodo lluvioso.

## Extracción del aceite

El proceso de extracción artesanal del aceite de milpesos consiste en lavar el fruto y calentarlo a 50 °C; después se macera para separar la pulpa de la semilla; el jugo resultante se cocina hasta que se evapora el agua y se filtra con papel.

## Recetas con milpesos

- Jugo de milpesos

### Ingredientes:

- 2 libras de frutos de milpesos
- 4 litros de agua
- Azúcar al gusto

### Procedimiento:

Coloque los frutos en una olla con dos litros de agua.  
Ponga la olla a hervir y deje en el fuego hasta que el fruto esté suave, aproximadamente entre 15 a 20 minutos. Retire del fuego y espere a que esté tibio. Saque el fruto de la olla.  
En otra olla, machaque el fruto con una piedra hasta obtener una pulpa.  
Agregue agua a la olla con la pulpa y revuelva bien para sacar todo el zumo del fruto hasta que tenga una consistencia deseada.  
Cierna la mezcla para separar el zumo de la pulpa y las semillas.  
Agregue azúcar al gusto y revuelva bien para disolver.  
Sirva el jugo de milpesos frío o a temperatura ambiente, según prefiera.

- Salsa de milpesos

### Ingredientes

- 1 libra de frutos de milpesos
- Agua (suficiente para cubrir ligeramente los

frutos).

- Azúcar (al gusto)
- Sal (una pizca)

### Procedimiento:

*Cocción:* Cocina los frutos de milpesos en una olla con poca agua durante aproximadamente 15 minutos, hasta que estén suaves.

*Machaque:* Retira los frutos cocidos del agua y colócalos en un mortero o recipiente adecuado. Machaque los frutos con una piedra o mortero hasta obtener una consistencia pastosa.

*Endulzado:* Agrega azúcar al gusto a la mezcla y continúa machacando hasta que el azúcar se integre bien y la mezcla tenga la dulzura deseada.

*Sazonado:* Añade una pizca de sal a la mezcla y revuelve bien para integrar todos los ingredientes.

*Listo para servir:* La salsa de milpesos está lista para ser servida. Puedes usarla como acompañamiento para diversos platos.

## Bibliografía y Enlaces relacionados

Avila, L. M., & Diaz Merchan, J. A. (2002). Sondeo del mercado mundial de Aceite de Seje (*Oenocarpus bataua*). 2002, 1–19.

Balick, M. J. (1988). *Jessenia* and *Oenocarpus*: neotropical oil palms worthy of domestication. FAO Plant Production and Protection Paper, No. 88.

Bernal, R., & Galeano, G. (2015). Cosechar sin destruir. In *Statewide Agricultural Land Use Baseline 2015* (Vol. 1, Issue October).

Galeano, G. (1991). Las palmas de la región de Araracuara. In *Tropenbos: Vol. I*.

González, A., & Torres, G. (2011). Manual de producción de plantones de ungrahui. 2011, 1–12.

Montúfar, R., & Pintaud, J.-C. (2008). Estatus taxonómico de *Oenocarpus bataua* (*Euterpeae*, *Arecaceae*) inferido por secuencias del ADN cloroplástico Taxonomic status of *Oenocarpus bataua* (*Euterpeae*, *Arecaceae*) inferred from plastid sequences. 15(November), 73–78.