



Foto: Pixabay

MUCHO MÁS QUE CAFÉ HIPSTER

La canela es mucho más de lo que parece: nueva entrega del ciclo de las especias

El químico Bernardo Borkenztain nos pasea por el país de la canela, que una vez fuera tan buscado como El Dorado.

08.05.2019 11:56

Lectura: 7'

Siguiendo con el ciclo de las especias, hoy nos referiremos a la canela (*Cinnamomum zeylanicum* o *Cinnamomum verum*) una especia que tiene una historia mucho más rica de lo que uno se esperaría. El nombre proviene del griego, "kinnamomon", que probablemente refiera a su origen de la China (desde donde provenía su comercio).

El uso de la canela se origina tempranamente en las diferentes culturas; hay registros en China de más de 2.700 años y se sabe que tanto egipcios como romanos la usaban por sus propiedades aromáticas y medicinales.

El problema de la canela probablemente comenzó con un tema logístico que tenía Portugal entre los siglos XIV y XV, y es que era el país más lejano con respecto a Venecia, que monopolizaba el comercio de las especias por su única relación con el mundo árabe en general y con el Impero Otomano en particular. Esta lejanía geográfica se complicaba con el hecho problemático de que el Califato de Granada quedaba en medio y para poder comerciar debía seguir la ruta que pasaba por Holanda y eso encarecía mucho unos productos que ya de por sí eran carísimos (1). Por eso, fue que, pese a lograr en el reinado de Juan I una plaza fuerte en Ceuta, se abocaron a navegar por África en busca de una ruta hacia Ceilán y Java, mientras iban descubriendo fuentes de otras mercancías valiosas como oro y esclavos. Eso llevó a la conquista de la costa occidental y el cruce por Vasco da Gama del Cabo de Buena Esperanza, logrando una ruta que le permitió evitar el dominio veneciano y la costosa ruta por los países bajos.

Mientras tanto, España había enviado las expediciones de Colón que desembocaron en el descubrimiento de América y con el tiempo surgieron leyendas de tierras increíblemente ricas. Todo el mundo ha oído de *El Dorado* (2) pero no menos famoso fue el mito de *El país de la canela* que supuestamente estaba cerca y era una tierra en la que abundaba esta especia (3).

Todos estos esfuerzos nos hablan de la importancia económica de estas mercancías para Europa y Asia, pero no nos dicen mucho de cuál era su utilidad

La cultura de la canela

Para un uruguayo la canela probablemente sea una metonimia del arroz con leche o de una torta de manzanas, pero es mucho más que eso; como dijimos, tiene infinidad de aplicaciones por fuera de lo culinario.

Por un lado, en perfumería se la usa desde hace siglos, pero no tanto en fragancias corporales como en la fabricación de inciensos, ya que al ser una madera es fácil de incorporar a las mezclas ahumadoras balsámicas(4) y aerosoles.

También se usa, sin embargo, en la fabricación de perfumes, ya que las notas del aceite esencial de canela son cálidas y dulces, dando un perfil exótico oriental a las fragancias y combina muy bien con las otras maderas y con el ámbar. La reminiscencia a las bebidas calientes que la contienen(5) que se consumen en Europa especialmente en invierno, fortalece su uso, que ha caído fuera de la moda en una época en la que las especias en perfumería han retrocedido ante las notas florales y las frutales, más frescas y menos dulces.

La medicina y la canela

Como sucede con tantas otras plantas, las virtudes curativas de la canela se han mistificado y se comunican sin criterio ni rigor(6), llegándose a afirmar que puede tener propiedades: analgésicas, de relajante muscular, anestésicas, carminativas, antivomitivas, digestivas, hipoglucemiantes, hipocolesterolémicas, cicatrizantes, tonificantes, antibronquíticas, descongestivas y muchas más que no han sido en su totalidad verificadas.

Una pequeña búsqueda por fuentes científicas dio que, en efecto algunas de esas propiedades etnomedicinales sí las posee. Por ejemplo, por el hecho de tener en su aceite esencial eugenol(8), el uso de chupar una rama de canela para aliviar las escaldaduras en la mucosa bucal (atentos los tomadores de mate en ebullición) parece justificada, así como las de la infusión como digestiva y carminativa. Respecto a la glucosa y el colesterol si bien encontré algunos artículos no parece que sean muy efectivas para eso las preparaciones de canela. En suma, antes de usar una planta como medicamento hay que asesorarse bien o uno termina como Steve Jobs.

Para terminar, al investigar para esta nota recorrí varios lugares de venta de especias y pude ver algunos casos en que en vez de *Cinnamomum verum* parecía ser *Cinnamomum cassia*, pero no ser un botánico entrenado no me permite diferenciarlas bien. Lo que no ayuda nada para la genuinidad del producto es que en el rotulado, en la parte de ingredientes, decía "canela" y no la especie vegetal descrita con su nombre científico como es obligatorio poner en las especialidades vegetales medicinales (vulgo "yuyos"). Si los embalajes fueron aprobados así es porque están de acuerdo a la norma, pero en este caso es obvio que la norma es ineficiente para proteger al consumidor en ese aspecto...

(2) Según la leyenda, se trataba de una tribu en la región de Cundinamarca (Colombia) en la que el rey se cubría de polvo de oro y se sumergía en una laguna para rituales de adoración. Eso generó la idea de que el oro abundaba en la zona.

(3) La expedición más importante para encontrar el "país de la canela" seguramente fue la de Gonzalo Pizarro (hermano del conquistador) y Francisco de Orellana. La comitiva reunida por Gonzalo Pizarro era la más grande vista en esas tierras. Constaba de 340 hidalgos, 200 de ellos a caballo, 2.000 perros entrenados para la lucha, 4.000 porteadores indios, 2.000 llamas cargadas, 2.000 cerdos aportados por Pizarro y 21 soldados de Orellana. No les fue muy bien, se tuvieron que comer hasta los perros. Huelga decir que nunca fueron encontrados ni la canela ni el oro.

(4) De hecho la más misteriosa de todas las mezclas balsámicas, la KETORET, que se quemaba en el Templo de Jerusalem y cuya fórmula era secreta, se componía de 11 sustancias (difíciles de identificar de las fuentes bíblicas) diez de bello olor y una pestilente. Entre las primeras se hallaban la canela y la cassia (falsa canela) dando una idea de lo arraigado de su uso desde la antigüedad.

(5) El vino especiado (consumido en *Game of Thrones*) es un excelente ejemplo. En su preparación se hace una infusión en vino (se usa el de baja calidad, obviamente) tinto o rosado de canela, clavo de olor, pimienta, nuez moscada, enebro y si se desea un toque oriental, cardamomo. Se endulza con azúcar o melaza (reconozcamos que usar Stevia o sucralosa no tiene mucho sentido) y se consume caliente. Es una bebida clásica de invierno en las zonas más frías.

(6) Mi experiencia profesional con el *Aloe vera* me ha llevado a pasar más tiempo desmitificando que comunicando los beneficios que sí tiene...

(7) En un momento nerd que me permito, cuando estudiaba farmacia en la facultad nos llamaba la atención, al estudiar un principio activo vegetal, que en la lista de las propiedades que se les atribuían, la de "carminativo" (antiflatulento) se repetía con más frecuencia que las otras y casi parecía que la ponían para rellenar, porque casi cualquier planta podía serlo... Como broma agregábamos "antiqueratósico tópico" (cura los callos) y siempre pasó desapercibida. Hoy en día hay a la venta plantillas de canela que, supuestamente... curan los callos. Por citar al gran filósofo contemporáneo, "La capacidad de asombro, etcétera"

(8) Principal componente del aceite de clavo y responsable del "olor a dentistas", un conocido agente anestésico local.