

Terpenos de *Cannabis sativa* L. y gastronomía en Tierra del Fuego



BREVES

Terpenos de *Cannabis sativa* L. y gastronomía en Tierra del Fuego. Autora: Daniela Carla Domínguez Ahumada. La Lupa N° 25, diciembre 2024, 34-35, 2796-7360.

El *Cannabis sativa* L. ha sido utilizado por miles de años en diversos contextos medicinales, rituales y alimenticios. Sus compuestos bioactivos, como los terpenos y cannabinoides, han despertado un gran interés por sus propiedades terapéuticas y nutricionales.

Desde la antigüedad, culturas como las de China e India empleaban extractos de *C. sativa* L. con fines medicinales (FIGURA 1). Con el tiempo, se han explorado nuevas aplicaciones, perfeccionado técnicas de cultivo y consumo, y más recientemente, ha aumentado el interés en su uso en alimentos y bebidas por sus beneficios potenciales.

»»

FIGURA 2.

A. Imagen macroscópica de un cogollo de *Cannabis sativa*, mostrando su estructura general. B. Ampliación de las hojas tricomas, destacando la densidad y disposición de los tricomas, las estructuras glandulares de importancia en la producción de cannabinoides. C. Ampliación de un tricoma, revelando detalles intrincados de su morfología, incluyendo cabezas glandulares y estipes. Fotos: Tamara Morales.

»

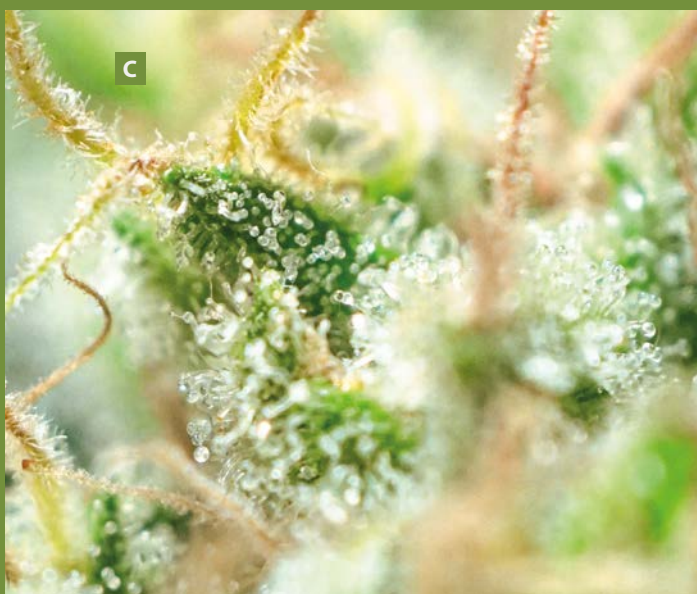
FIGURA 1.

Ilustración encontrada en el libro chino: *Shénnóng Běn Cǎo Jīng*, de agricultura y plantas medicinales.

• MEDICINA Y GASTRONOMÍA CANNÁBICA

C. sativa L. es una planta con diversas cualidades terapéuticas, usándose la planta en su estado natural o sus extractos para tratar síntomas de enfermedades y otros trastornos. También es considerada fuente de alimento y desempeña un papel central en distintas tradiciones culturales. La efectividad del cannabis está bien establecida en el tratamiento de náuseas, vómitos, anorexia, pérdida de peso y migrañas.

Además, existe buena evidencia sobre su utilidad en casos de espasmos musculares, dolor crónico, trastornos del movimiento y glaucoma.



La gastronomía cannábica utiliza los compuestos bioactivos de la planta (**FIGURA 2**), como terpenos y cannabinoides, para ofrecer alimentos con propiedades terapéuticas. Los terpenos, además de aportar aromas y sabores, potencian los efectos beneficiosos de los cannabinoides como el THC y el CBD. Los comestibles a base de cannabis, como aceites, harinas, mantequillas y extractos, ofrecen una vía alternativa de administración medicinal y contribuyen a la nutrición, gracias al contenido de ácidos grasos esenciales y proteínas presentes en las semillas de *C. sativa*.

Estos productos ganan valor en la gastronomía funcional por su capacidad para aliviar el dolor, reducir la inflamación y promover el bienestar a través de la alimentación.

• GASTRONOMÍA CANNÁBICA EN TIERRA DEL FUEGO

El uso de *C. sativa* en la gastronomía es una forma innovadora de aprovechar sus beneficios, respaldados por investigaciones que destacan la eficacia de sus componentes bioactivos en el tratamiento de diversas condiciones. Esto permite integrar salud y alimentación, facilitando que más personas accedan a los efectos terapéuticos del cannabis de manera segura.

En Ushuaia, se han desarrollado iniciativas enfocadas en la producción de alimentos y suplementos a base de *C. sativa* (como la cooperativa Canelo TdF). Estas iniciativas cumplen con los estándares bromatológicos locales y garantizan la calidad en todas las etapas de cultivo y almacenamiento. Además, buscan optimizar el uso de recursos locales, como sustratos y nutrientes, mientras desarrollan material informativo sobre cultivo y gastronomía cannábica. Esto incluye la elaboración de manuales de buenas prácticas y la difusión de conocimiento sobre el uso de residuos locales, como el bagazo cervecero, además de fomentar la práctica del compostaje en la región. 🔍

DANIELA CARLA DOMÍNGUEZ AHUMADA

COOPERATIVA CANELO TDF
canelo.tdf@gmail.com