

¿Por qué revalorizar los nances y sus variedades de colores?

Los nances, frutales ancestrales con distribución desde el sureste mexicano hasta Sudamérica, están dejando de cultivarse y poco se conoce sobre sus variedades con frutos de colores, debido a los cambios en los hábitos de consumo y estilo de vida de las personas. El manejo tradicional de los nances se realiza en huertos familiares y parcelas de cultivo, cuyos frutos son recolectados, en ocasiones, con la participación familiar. Las formas de uso culinario de los nances, son parte de la cultura maya y ofrecen beneficios para la salud y la economía de los habitantes de comunidades rurales. Invitamos a conocer y apreciar los frutos de estos árboles que todavía están a nuestro alcance.

Palabras clave:
Byrsonima bucidifolia,
Byrsonima crassifolia,
conocimiento tradicional,
frutales subutilizados,
propiedades funcionales.

DIANA E. BURGOS-LUGO^{1,3}, MARÍA TERESA CASTILLO-BURGUETE¹, DANIELA A. MARTÍNEZ-NATARÉN^{1,2}

¹Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional, Unidad Mérida, km 6 antigua carretera-Progreso, 97310, Mérida, Yucatán, México.

²Conacyt, México.

³diana.burgos@cinvestav.mx

Los nances, árboles tropicales que producen frutos globosos, pequeños y aromáticos, destacaron como árboles frutales de gran importancia para la cultura maya. Incluso en el *Popol Vuh*, libro sagrado de los mayas, se encuentra un pasaje del *Vucub-Caquix*, un ave vanidosa, que se alimentaba con los frutos de un gran árbol de nance (Recinos 1993). Hace apenas unas décadas, los niños en las comunidades rurales de Yucatán esperaban el tiempo de cosecha para saborear los frutos y venderlos, pero, actualmente, están siendo ignorados (P. Rodríguez com. pers.) al grado de estar catalogados como frutales subutilizados o abandonados (Ruenes-Morales *et al.* 2015). Un cultivo subutilizado o abandonado es aquel que ha sido utilizado tradicionalmente por milenios en la alimentación, medicina, entre otros usos, pero con el tiempo ha disminuido su importancia, presencia en los mercados locales e incluso es desconocido por algunas personas (Ancona-Aragón *et al.* 2010). Lo anterior es producto del cambio en el estilo de vida y hábitos alimenticios de las personas, reflejados en un consumo elevado de alimentos procesados y la preferencia por otro tipo de frutas, más atractivas a la vista y paladar, pero que no son nativas de la región.

Los nances son originarios de México y Centroamérica y se distribuyen hasta el sur del continente. Pertenecen a la familia Malpighiaceae y al género *Byrsonima* Rich. ex Kunth, que comprende alrededor de 150 especies (WFO, 2022). Los nances del área maya peninsular corresponden a las especies *Byrsonima crassifolia* (L.) Kunth y *Byrsonima bucidifolia* Standl. y, particularmente esta última, es endémica de la península de Yucatán (Carnevali *et al.* 2010).

Una característica distintiva de estas dos especies es el sabor de sus frutos que, en *B. crassifolia*, cuando maduran tienen un sabor dulce, mientras que los de *B. bucidifolia* son bastante agrios, por ello en el sureste de México son conocidos comúnmente como nance dulce y nance agrio respectivamente y, en lengua maya son nombrados *chi'* (nance) y *sak paj* (blanco y ácido).

En la región de la península de Yucatán se reconocen al menos ocho variedades de nance dulce, diferenciadas principalmente por el tono que adquieren sus frutos maduros: verde (Figura 1A), rojo (Figura 1B), amarillo (Figura 1C), blanco, naranja, morado, morado-rojizo y “atabacado”, como lo refieren localmente (Figura 1D). De estas, la variedad de nance más popular es la amarilla, que también se distingue según tamaños, en nance pequeño que es llamado “país” y en nance grande mejor conocido como “trompo”. Actualmente, muy pocas personas conocen sobre la gama de variedades que el nance presenta y son aún menos, quienes han degustado los frutos de colores.



Figura 1. Variedades de los frutos de nance. A) Variedad verde. B) Variedad roja. C) Variedad amarilla. D) Variedad atabacada (Fotografías: Diana Burgos-Lugo).

Al ser los nances frutales de temporada, es común, entre los meses de julio a septiembre de cada

año, contemplar los frutos colgados en racimos pequeños en las ramas de los árboles (Figura 2A). Una vez que los frutos comienzan a madurar, se desprenden, dejando tapizado el suelo debajo de los árboles. Si bien, actualmente, los árboles de nance se emplean como ornamentales o cercas vivas, los miembros de algunas familias aún recolectan los frutos (Figura 2B) para venderlos en los mercados locales (Figura 2C) y en las puertas de sus casas, imprimiendo un colorido muy llamativo a esos espacios y también, los ofrecen como obsequio a familiares y conocidos. Aunque los nances amarillos, chicos y grandes, son los más consumidos, ocasionalmente se pueden hallar los nances de las variedades verdes, rojas y atabacadas en mercados pequeños de las comunidades rurales de la región. El precio de medio kilo de nances oscila entre quince y cuarenta pesos, dependiendo del lugar de adquisición.

Los nances son consumidos principalmente en fresco, pero también procesados en distintas recetas culinarias, lo que incrementa el valor agregado del producto. De estas, destacan preparaciones dulces como paletas de hielo (Figura 3A), granizados o sorbetes, bebidas refrescantes, curtidos (Figura 3B) y dulces tradicionales (Figura 3C). También se utilizan para la elaboración de licores artesanales. Debido a que el nance es un fruto altamente perecedero, algunas de estas formas de preparación permiten conservarlo por tiempo prolongado, por ello podemos degustarlo en otras épocas del año. Un ejemplo es el dulce de nance, que es utilizado como parte de las ofrendas en los altares del ritual del *janal pixan* (que significa en lengua maya, alimento de las almas), en el mes de noviembre. Este postre usualmente se prepara cocinando los frutos en agua con canela, piloncillo y/o azúcar. Esta preparación está enmarcada en saberes culinarios ancestrales, porque para lograr un dulce de buena calidad es necesario: i) mantener la forma globosa de los frutos o como suelen referir las abuelas, que no se hagan “culin” (arrugado) y, ii) que el sabor del almíbar permee en los nances. Sin embargo, dado que el conocimiento tradicional sobre el uso y manejo de frutales como el nance se construye en la cotidianidad, los cambios actuales en el estilo de vida y la globalización van ocasionando su pérdida. Existe evidencia que en la última década menos personas saben cómo preparar este exquisito postre (Lautz 2014).



Figura 2. Cosecha y comercialización de nances. A) Racimos de nances rojos en diferente etapa de maduración. B) Cosecha de nances. C) Nances embolsados para su venta en el mercado municipal de Mérida, Yucatán (Fotografías: A, C. Diana Burgos-Lugo; B. Erika Rodríguez-Castro).

Pese a que la mayor parte de las variedades de *B. crassifolia* tienen sabor dulce y son consumidas de varias formas, los nances pueden resultar desagradables al paladar de algunas personas, principalmente por el sabor astringente de los frutos que no están completamente maduros o el sabor sumamente agrio que posee *B. bucidifolia*. Lo mismo ocurre con el aroma penetrante e incomparable que despiden los frutos. No obstante, los nances, además de ser aprovechados como alimento, son utilizados en la medicina tradicional, por ejemplo, se prepara una infusión con la corteza del árbol para tratar problemas digestivos y aliviar resfriados (Lautz 2014). Los frutos se emplean contra la diarrea y padecimientos



Figura 3. Preparaciones dulces elaboradas a base de frutos de nance. A) Paleta de hielo. B) Curtido de nance, elaborado con la variedad amarilla grande. C) Dulce tradicional (Fotografías: A. Rodrigo Verónica-Vallejo; B, C. Diana Burgos-Lugo).

infecciosos de la piel, enfermedades respiratorias, úlceras, disentería, diabetes, trastornos menstruales, para mejorar la digestión y reafirmar los dientes, entre otros (Medina-Torres *et al.* 2012).

Los nances también son reconocidos por su gran aporte de vitaminas (B1, B2, B3) y minerales. El consumo de 100 g de nance maduro puede equivaler al 10 % del requerimiento diario de calcio en niños menores de diez años (Bolívar 2010), además de ser una excelente fuente de fibra dietética. El consumo de los frutos puede aportar un suministro nutricional valioso y compuestos bioactivos, como los fenólicos, carotenoides y vitamina C, con un uso potencial en las industrias farmacéutica y alimentaria. Se ha

demostrado que los compuestos extraídos de diferentes tejidos del nance, poseen potencial antimicrobiano contra bacterias causantes de enfermedades respiratorias, de la piel y desórdenes gastrointestinales más comunes (Gellen y Silva 2016). Esos compuestos además presentan un efecto antioxidante, antiinflamatorio, antihiperlipidémico, antiproliferativo y antidepresivo (Agredano-de la Garza *et al.* 2021).

Como vimos, los nances forman parte de nuestra cultura y contribuyen fundamentalmente en la salud y economía de las comunidades rurales, llegando incluso a ser distribuidos en áreas urbanas, pero su gama de variedades se está dejando de usar y cultivar, siendo la variedad amarilla la más popular. Conocer sobre este tipo de frutales invita e incentiva para valorar y consumir sus frutos, alertando también sobre la necesidad de estudiar los elementos ecológicos, culturales y económicos relacionados con su uso y manejo, para contribuir a la revalorización y conservación de estos frutales ancestrales.

Agradecimientos: Al Dr. Miguel Ángel Munguía-Rosas, investigador del Departamento de Ecología Humana del Cinvestav, por sus comentarios a una versión preliminar del presente ensayo. A la familia Rodríguez Castro por la hospitalidad para conocer su parcela y compartir sus saberes sobre el manejo y valorización de los nances.

Referencias

- Agredano-De la Garza C.S., López-Guzmán G.G., Balois-Morales R., León-Fernández A.E., Bautista-Rosales P.U., Palomino-Hermosillo A., Jiménez-Zurita J.O., Jiménez-Ruiz E.I. y Juárez-López P. 2021.** Compuestos de interés funcional del nance (*Byrsonima crassifolia* (L.) HBK). *Acta Agrícola y Pecuaria*, 7(1): 1-13.
- Ancona-Aragón J.J., Ruenes-Morales R. y Montañez-Escalante P. 2010.** Cultivos abandonados y subutilizados en Yucatán. En: Götz C.M., Rivas R.J., Cárdenas C.J.M., Hernández A.H., Zimmermann M. y Ramos N.C. Eds. *Memorias del congreso internacional: Culturas Americanas y su Ambiente: Perspectivas desde la Zooarqueología, Paleobotánica y Etnobiología*, pp. 34-38.
- Universidad Autónoma de Yucatán, Mérida, Yucatán.
- Bolívar N. del J. 2010.** Estudio de caso: frutos comestibles de Campeche. En: Villalobos-Zapata G.J. y Mendoza Vega J. Eds. *La Biodiversidad en Campeche: Estudio de Estado*, pp. 476-487. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (Conabio), Gobierno del Estado de Campeche, Universidad Autónoma de Campeche, El Colegio de la Frontera Sur. México.
- Carnevali G., Tapia-Muñoz J.L., Duno de Stefano R. y Ramírez-Morillo I. 2010.** *Flora ilustrada de la Península de Yucatán: Listado Florístico*. Centro de Investigación Científica de Yucatán, A.C., Mérida, Yucatán, México. 328 pp.
- Gellen L.F.A. y Silva E.H.C. 2016.** Antimicrobial activity of extracts of *Byrsonima crassifolia* roots. *Journal of Bioenergy and Food Science*, 3(2): 63-71.
- Lautz L. 2014.** The genetic and morphological diversity of nance (*Byrsonima crassifolia*) in Yucatán, México. Tesis Maestría. University Kassel. Alemania.
- Medina-Torres R., Ortiz-Catón M. y Valdivia-Bernal R. 2012.** Propiedades medicinales y otros usos del Nanche [*Byrsonima crassifolia* (L.) HBK]. *Nueva época*, 11:16-22.
- Recinos A. 1993.** *Popol Vuh, las antiguas historias del Quiché*. Fondo de Cultura Económica. México. 183 pp.
- Ruenes-Morales R., Escalante-Montañez P., Ancona-Aragón J.J. y Ek-Rodríguez I. 2015.** *Los frutales abandonados y subutilizados en la Península de Yucatán*. Gráfica Peninsular. México. 39 pp.
- WFO. 2022.** **World Flora Online.** <http://www.worldfloraonline.org> (consultado 11 octubre 2022).

Desde el Herbario CICY, 15: 38-42 (23-febrero-2023), es una publicación semanal editada por el Herbario CICY del Centro de Investigación Científica de Yucatán, A.C., con oficinas en Calle 43 x 32 y 34 No. 130, Col. Chuburná de Hidalgo, C.P. 97205, Mérida, Yucatán, México. Tel. 52 (999) 942-8330 Ext. 232, www.cicy.mx/Sitios/Desde_Herbario/, webmas@cicy.mx. Editores responsables: Ivón M. Ramírez Morillo, Diego Angulo y Néstor E. Raigoza Flores. Reserva de Derechos al Título Exclusivo No. 04-2016-041413195700-203, otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor, ISSN: 2395-8790. Responsable de la publicación: José Fernely Aguilar Cruz, Calle 43 x 32 y 34 No. 130, Col. Chuburná de Hidalgo, C.P. 97205, Mérida, Yucatán, México. Fecha de última modificación: 23 de febrero de 2023. Las opiniones expuestas por los autores no necesariamente expresan la postura del editor de la publicación. De la misma manera, la responsabilidad sobre la veracidad y la precisión de los contenidos, le corresponde totalmente a los autores de los ensayos.