



Ambas tienen cianuro

Expertos aseguran que el color de la yuca no determina si es amarga o dulce

El ingeniero agrónomo Juan Matheus señaló que la raíz amarga es utilizada por la industria venezolana y para realizar casabe

La yuca amarga no se puede reconocer por su color o por su corteza. Tanto la dulce como la amarga tienen el mismo color, las dos son blancas, y al cocinarse pueden seguir siendo blancas o tomar un color amarillo cuando la cosecha es vieja.

Así lo explicó en exclusiva para el **Correo del Orinoco** el ingeniero agrónomo Juan Matheus, de la Fundación Instituto de Estudios Avanzados (Idea), creado hace más de 30 años.



Matheus explicó que la yuca amarga es utilizada en la industria, ya que de ella se extrae almidón, y para hacer casabe. Este tipo de raíz tiene más de 300 miligramos de cianuro, mientras que la dulce, la que va al mercado, tiene unos 10 miligramos de cianuro.

Desde el Idea se estudian las muestras de yuca que usan los productores. Se toman las muestras y se traen al invernadero de esta institución, allí se estudian y se determina si es amarga o intermedia a través de un estudio especial.

"Tradicionalmente conocemos la yuca blanca, pero hay yucas amarillas, ya bastante codiciadas en Asia por su contenido de beta-caroteno, que es el precursor de la vitamina A, estas yucas amarillas están siendo bastante solicitadas", agregó Matheus.

Dijo que en Venezuela la yuca amarilla se conoce muy poco, mayormente están en Los Andes y las llaman apias, "pero no tienen nada que ver con el apio". Hay diferentes grados de intensidad en su color amarillo, aclaró el investigador.

Comentó que tanto la amarga como la dulce pueden ser blancas, amarilla, incluso hay yucas rojas, pero éstas últimas no se dan en Venezuela, dijo Matheus.



Los mitos de la cocción

En diversos medios de comunicación se ha difundido que la yuca amarga al cocinarse se pone de color amarillo, mientras que la dulce permanece blanca.

De acuerdo con el ingeniero agrónomo la anterior aseveración no es cierta. Las yucas que se ponen amarillas después de la cocción "son las que tienen pasado el ciclo de acumulación natural de almidón".

Aseveró que hay gente que las cosecha, no las vende, las deja pasar por cuestión de precios, "y cuando finalmente la venden siempre salen muy duras y con esas tonalidades amarillentas".

El ADN de la yuca

Esta raíz, mayormente producida en Monagas, Anzoátegui, Barinas, Apure, Zulia y Amazonas, tiene diversos componentes. Por una parte tiene 70% de agua y 30% de base seca. Además, está compuesta por un porcentaje de proteína muy mínimo, menos de 1% y entre un 25% y 30% de carbohidratos, que en este caso es almidón.

"Acompañando a ella en ese combo de proteína y carbohidratos, hay unos compuestos, a uno de ellos le llamamos linamarina, que es el que lleva el cianuro (es un grupo químico azúcar con un grupo químico cianuro), hay otro compuesto que lo llaman lotaustralina", con menos cantidad de cianuro.



Matheus puntualizó que la yuca es considerada amarga cuando tiene entre 200 y 400 miligramos de cianuro y dulce cuando tiene entre 10 y 30 miligramos de cianuro.

"La población de productores de yuca está en los extremos, o producen yucas muy amargas o muy dulces, todas tienen cianuro, en esos extremos nos manejamos", resaltó Matheus.

El ingeniero explicó que las intermedias tienen una mezcla de la dos y muchas veces el productor no se da cuenta de eso.



Aclaró que el productor no arrima yuca a los mercados, normalmente se sirve de intermediarios que las llevan en camiones a abastecimientos. "Quien siembra yuca amarga sabe que está sembrando yuca amarga y quien siembra yuca dulce sabe que está sembrando yuca dulce", sentenció.

Otra variedad de la yuca es la denominada Armenia, que se siembra en la zona fronteriza colombiana y son dulces. "Si esta yuca comienza a tener éxito entonces ella comienza avanzar. Ya hay de esta variedad en Portuguesa, hay siembra hacia Aragua".

Matheus destacó que la amarga predomina en los estados Monagas, Anzoátegui, Bolívar, Amazona y parte del estado Apure.

El uso de la amarga

La yuca amarga no necesariamente puede ser causante de la muerte de una persona. Que esto suceda depende de la cantidad que haya ingerido la persona, si su sistema inmunológico está afectado.

En algunos casos, comerla solo podría causar malestar estomacal, náuseas, entre otros malestares.

El ingeniero comentó que la raíz amarga es la preferida por los que producen casabe, y también por los productores de almidón, que a su vez es utilizado para hacer pegamento, papel, entre otros productos.

"Todo va a depender del estado nutricional de la persona", dijo Matheus. Además indicó que el organismo humano tiene un mecanismo de detoxificación para el cianuro, descubierto hace más de 80 años, pero ese sistema tampoco aguanta una alta dosis de cianuro.

Programa en marcha

Por su parte, el ingeniero agrónomo Darío Torrealba, coordinador del Programa de Propagación Masiva del Instituto de Estudios Avanzados, informó que esta institución trabaja con cultivos de interés agrícola, entre ellos la yuca y también la papa, la caña de azúcar y estevia, entre otros.

"La idea es tener en nuestros laboratorios material genético que nos va a permitir garantizar, en momentos de crisis o pérdida de algunos de estos materiales, volverlos a llevar a cabo (tener), afirmó".

Manifestó que hay diferentes características morfológicas de los materiales genéticos: diferente coloración de talle, del ápice, de la zona de crecimiento, de la distancia entre nudos, características que nos van a permitir diferenciar unos clones de otros.

Finalmente, Matheus aseguró que próximamente harán estudios de cocción de la yuca para determinar si al cocinarla por un tiempo determinado se logra eliminar el cianuro de la raíz.



Recomendación en claves

- Si por alguna razón usted desconoce si la yuca es amarga o dulce, los especialistas recomiendan rayar la yuca cruda, dejarla un día entero en agua (remojo) y posteriormente colarla con un trapo, ya que así se elimina el cianuro.
- Con esta masa puede hacer arepas, tortas de casabe y otros alimentos. "La yuca tiene el veneno (linamarina) y el antídoto (linamarasa), la cual hace que se evapore el cianuro".
- No se deje llevar por los colores de la yuca.
- Trate de asegurarse de que la raíz es fresca y recién cosechada.
- Si al comerla siente algún malestar no dude en acudir a su centro médico más cercano.

Prensa Correo del Orinoco