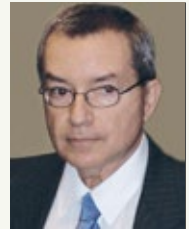


Capsaicina

(capsicina, capsaícina)



Félix J. Fojo, MD
felixfojo@gmail.com
ffojo@homeorthopedics.com

La capsaicina (8-metil-N-vanilil-6-nonenamida) es una oleoresina –inodora, incolora y parecida a la cera–, componente químico de los pimientos picantes, que no es consumida por los animales, que la rechazan, pero sí por los seres humanos.

Produce una sensación en la boca, semejante al ardor, que se denomina pungencia. Puede considerarse un condimento, un “flavorizante”, para emplear una palabra en *spanglish*. La capsaicina se relaciona estrechamente con la generalidad de las especies incluidas en el género *capsicum*, unas doscientas. Nos referimos a los ajíes, chiles, pimientos, pimentones y guindillas, que se consumen maduros, inmaduros o secos.

Traemos este producto gastronómico aquí debido a que se le han atribuido propiedades medicinales, como antioxidante, analgésico, antitrombótico y anticancerígeno. Tiene también otros usos, como gas lacrimógeno y saborizante.

Su actividad cancerígena es contradictoria, pues *in vitro*, la capsaicina tiene un efecto anticancerígeno probado, pero *in vivo* se ha señalado un moderado efecto cancerígeno, al extremo de que la Comunidad Europea ha prohibido su empleo gastronómico. Debemos señalar que las cantidades de capsaicina que contienen los alimentos que se consumen naturalmente son bajas –aunque evidentes en el paladar– y su efecto cancerígeno es indemostrable. Esa es la razón por la que no ha sido prohibida en los Estados Unidos.

Prohibir la capsaicina en el ámbito de América del Norte –en México y los Estados Unidos– equivaldría a un cataclismo gastronómico y cultural, teniendo en cuenta su empleo masivo en la comida rápida y en la dieta normal de la región suroeste norteamericana.

Para medir el efecto de la capsaicina se utiliza la escala de Scotville (ya que fue ideada por el profesor norteamericano Wilbur Scotville). Se trata de una medida del picor o la pungencia de los alimentos que la contienen. Se mide en unidades SHU (Scotville Heat Units). Por ejemplo: el 0 corresponde al pimiento dulce y el 15 000 a la capsaicina pura. Pero hay comidas que superan estas cifras por mucho, como el chile habanero, que ronda los 300 000 SHU (la variedad Red Savinas, casi in-comible, puede llegar a los 580 000 SHU).

La realidad es que la capsaicina, ingerida en grandes cantidades (ningún alimento común tiene semejantes cantidades) tiene un alto nivel de toxicidad.

La capsaicina se ha utilizado, con relativo éxito, en parches transdérmicos, útiles para el alivio del dolor de algunas neuropatías (diabéticas, postherpéticas, etc.). Se ha demostrado un cierto efecto de la capsaicina sobre la apoptosis celular, lo que pudiera explicar el ya comentado efecto anticancerígeno de la misma.

Para el que le guste el picante, y son muchos, la capsaicina es un saborizante de muy alto valor gastronómico. **G**