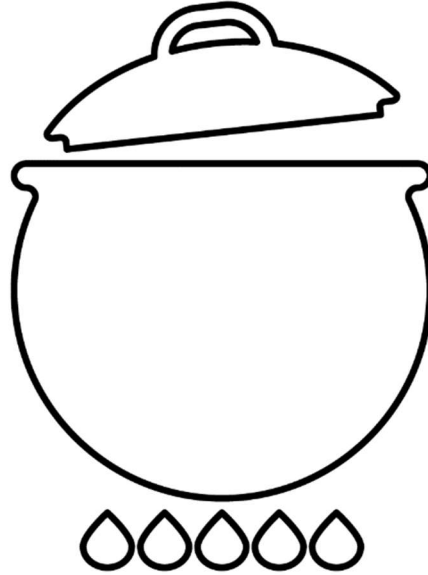






**REVISTA
de GASTRONOMÍA
y COCINA**



Artículo

Usos de la hoja de plátano (*Musa paradisiaca* L.) en la gastronomía.

*Uses of banana leaf (*Musa paradisiaca* L.) in gastronomy*

 Yesbek Rocío Morales Paredes*,  Karla Maritza Cuautle Cuatzo,  María de Jesús Díaz Blas,

 Jorge Ángel Maldonado Resendiz

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla

* Correspondencia: kebsey@hotmail.com

Recibido: 22 de enero 2024. Revisado 29 de enero. Aceptado: 30 de enero 2024.

Publicado en línea: 5 de febrero 2024, Volumen 3 número 1

doi: 10.5281/zenodo.10619494



Resumen

Debido a su versatilidad y aportes nutrimentales, la hoja de plátano tiene diversos usos, es utilizada en la cocina mexicana, india, ecuatoriana, vietnamita entre otras, siendo su principal uso envolver los alimentos durante una cocción para después ser ingeridos, asimismo, este producto también es utilizado de forma medicinal, ayudando a problemas intestinales y cutáneos. Por medio de una revisión sistemática de literatura, el presente artículo muestra la historia, morfología, propiedades y beneficios de la hoja de plátano, logrando así el objetivo de determinar los usos de la hoja de plátano (*Musa Paradisiaca L.*) en la gastronomía. Dentro de los hallazgos más relevantes se estableció que esta hoja cumple la función de proteger al alimento que envuelve durante la cocción, debido a que brinda una capa protectora que impide el paso de microorganismos, la cual se forma gracias a los polifenoles presentes en la hoja, los cuales pasan al alimento ya sea por cocción o contacto directo con ella ayudando así a reducir el efecto de radicales libres, los cuales provocan envejecimiento en la piel, del mismo modo, los polifenoles previenen enfermedades cardiovasculares, osteoporosis y enfermedades degenerativas. La planta de plátano es originaria del sur de Asia, sin embargo, se usa en diferentes regiones del mundo para el consumo de su fruto, el uso de otras partes de la planta como la hoja, flores, savia y raíces, sobre todo para fines medicinales, seguido de sus usos gastronómicos y económicos.

Palabras clave: Hoja de plátano, México, usos gastronómicos, usos medicinales

Abstract

Due to its versatility and nutritional contributions, the plantain leaf has several uses, it is used in Mexican, Indian, Ecuadorian, Vietnamese, and other cuisines, being its main use to wrap food during cooking to be later ingested, likewise, this product is also used medicinally, helping intestinal and skin problems. Through a systematic literature review, this article presents the history, morphology, properties, and benefits of the plantain leaf, thus achieving the objective of determining the uses of the plantain leaf (*Musa Paradisiaca L.*) in gastronomy. Among the most relevant findings it was established that this leaf fulfills the function of protecting the food it envelops during cooking, because it provides a protective layer that prevents the passage of microorganisms, which is formed thanks to the polyphenols present in the leaf, which pass to the food either by cooking or direct contact with it, thus helping to reduce the effect of free radicals, which cause aging in the skin, in the same way, polyphenols prevent cardiovascular diseases, osteoporosis and degenerative diseases. The banana plant is native to South Asia; however, it is used in different regions of the world for the consumption of its fruit, the use of other parts of the plant such as the leaf, flowers, sap and roots, especially for medicinal purposes, followed by its gastronomic and economic uses.

Keywords: banana leaf, Mexico, gastronomic uses, medicinal uses.



La hoja de plátano (*Musa paradisiaca* L.) es parte fundamental de la gastronomía mexicana sobre todo en el sur de la República (Solís, 2007), aunque su principal aplicación está enfocada en envolver tamales, también se ha utilizado en diversos platillos y con diferentes técnicas para aportar sabor al alimento, del mismo modo, en otras regiones del mundo como India, lo usan como un plato que al mismo tiempo envuelve al alimento (Iturbe, 2016). Ante ello, el presente artículo tiene como objetivo estudiar los usos de la hoja de plátano en la gastronomía mexicana a través de una revisión sistemática de literatura.

La hoja de plátano es utilizada en todo el mundo desde tiempos ancestrales, se le ha dado uso como envase para los alimentos de algunas regiones en México, particularmente se ha arraigado como tradición gastronómica debido a que permite que el alimento tome un sabor único y esté fresco si se envuelve en estas hojas (Montenegro, 2021).

De acuerdo con el Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA, 1983), el plátano es una fruta proveniente del sudeste asiático, algunas de las referencias más antiguas provienen de la India, entre los años 500 a 600 antes de Cristo. Otra referencia encontrada está en los escritos del budismo Jataka, hacia el año 350 a. C donde, sugiere su existencia, hace 2,000 años, de una fruta tan grande como colmillo de elefante.

Según Solís (2007), el plátano se considera una de las primeras frutas tropicales ya que ha estado presente en diversas culturas y civilizaciones humanas durante varios miles de años. Su introducción en América inicia en el siglo XVI, cuando se dio "la más grande revolución biológica" en las Islas de Santo Domingo y Cuba (Crosby,

2003). Su introducción en México se dio en el año 1554 por el obispo Vasco Vázquez de Quiroga, quien plantó en Michoacán cinco plantas del género *Musa* y posteriormente los pobladores introdujeron diversas variedades. Para finales del siglo XIX México ya tenía las primeras plantaciones de plátano en el estado de Tabasco, logrando excedentes para exportación hasta 1906, sin embargo, la importancia comercial la alcanza a partir de la década de los treinta (Mora, 2022).

De acuerdo con Enríquez e Ibarra (2021) en México, se cultivan 8 diferentes variedades de plátano, entre ellas se encuentran el dominico, valery, pera, Tabasco, morado, manzano, macho y enano gigante, siendo esta última la de mayor exportación y aceptación local, seguida del plátano macho.

Si bien el nombre de plátano está generalizado para todas las variedades, la realidad es que el único plátano es el macho, las demás variedades son en realidad bananos, de esta manera las distintas variedades de bananos y plátano se distinguen por tamaño, dimensiones en hojas, forma y tamaño de los frutos (Rosales, 2008).

Clasificación taxonómica

Las bananas y plátanos pertenecen al grupo de las Monocotiledóneas, orden Escitamineas, familia de las *Musaceae* y al género *Musa*, este género se divide en 5 secciones, una de ellas es la sección *Eumusa*, la cual abarca dos especies: *Musa acuminata* Colla y *Musa balbisiana* Colla, ambas han dado origen a todos los plátanos y bananos conocidos actualmente (Caamal, 2008).

De acuerdo con Mío y Ruiz (2022), el término *Musa Paradisiaca* se usa generalmente para referirse a todas las variedades de plátanos y bananas; este término surgió durante la primera edición de *Species Plantarum* (1737) de Carlos Linneo, científico sueco que hace una breve mención de la *Musa paradisiaca*, poco después, durante 1758, en su obra “*Systema Naturae*” hace una diferenciación entre 2 especies: *Musa Paradisiaca* y *Musa Sapientum*. La primera debe su nombre a una tradición cristiana-islámica, pues el plátano representaba la fruta prohibida del paraíso, poco después se le asoció con el cultivo llamado “*French plantain*” este era un plátano sólo consumible tras su cocción, posteriormente se extendió el término para todos los plátanos que debían tener cocción para poder ser ingeridos. Por otro lado, la *Musa Sapientum* debe su nombre a una tradición romana, el historiador Plinio escribió sobre la plata y la describió como el alimento para sabios, rápidamente se le asoció con el cultivo ‘*Figue-Pomme*’ (plátano manzano), el cual podía consumirse crudo, por lo que el término se extendió de igual forma para todos los plátanos que podían consumirse sin llevar cocción.

Morfología

La planta de plátano es considerada una hierba o arbusto gigante debido a que tiene un pseudotallo aéreo el cual puede llegar a medir hasta 10 m de alto, este se origina a través de los rizomas o cormos (Guzhñay, 2017) como se observa en la figura 1. Esta planta se cultiva en zonas tropicales o subtropicales debido a que el clima en el que se desarrolla es entre los 18.5°C a 35.5°C (Pineda, 2021), si las temperaturas bajan o suben de esos rangos la planta puede desarrollar problemas en el proceso de producción de plátano. Su ciclo de producción dura entre 9 y 10 me-

ses, entre los cuales se pueden distinguir 3 fases importantes, la primera es la vegetativa, es la más larga pues dura entre 6 y 7 meses, abarca desde la siembra hasta la diferenciación floral, la segunda es la fase reproductiva, durante esta las flores femeninas y masculinas se diferencian y da comienzo a la tercera etapa, llamada fase productiva y abarca hasta la cosecha de los frutos.

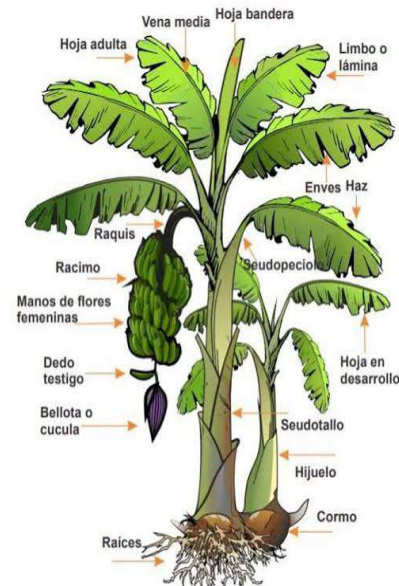


Figura 1. Morfología de la hoja de banano

Nota: Adaptado de Partes de la hoja de banano de Duque et al., 2019, Intervención morfológica de la hoja de banano.

El pseudotallo que es considerado como el tronco, en realidad es la unión de las vainas de las hojas, por lo que inicialmente dan soporte al tallo y lo cubren, posteriormente se separan para el crecimiento de nuevas hojas (Duque et al., 2019).

Los plátanos que proporciona la planta comúnmente son llamados frutos, sin embargo, en realidad son considerados frutos falsos debido a que no tienen semillas, estos frutos cilíndricos al inicio son verdes y con la maduración



se vuelven amarillos, brotan en racimos de 30 a 70 plátanos, son ricos en potasio, por lo que ayuda a evitar contracciones musculares y disminuye la presión arterial (Blasco y Gómez, 2014).

De acuerdo con Rumaldo (2016), los rizomas son los verdaderos tallos de la planta de plátano, son subterráneos, por lo que no pueden verse, son carnosos, cilíndricos y de él brotan yemas laterales, estas dan origen a nuevas plantas, siendo éstas las verdaderas semillas, las cuales deben ser especialmente vigiladas y monitoreadas, por lo que una vez que la planta se ha cosechado debe ser cortada y reemplazada con estas semillas, las cuales son inspeccionadas para valorar cuáles podrían estar en mal estado e impedir el desarrollo de la planta y cuáles podrían competir por nutrientes con las demás plantas. Las raíces son blanquecinas y suaves al brotar, pero con el paso del tiempo cambian a ser duras y amarillas, sin embargo, esto no significa que el poder de penetración sea fuerte, por lo que la adquisición de los recursos que las alimentan depende de la estructura del suelo en donde crecen, por lo que generalmente en las zonas donde se cultivan se fertiliza cada 30 días con nitrógeno, fósforo y potasio. El sistema radicular es el órgano encargado de aportar nutrientes a la parte aérea de la planta, se distribuye en el suelo por medio de las raíces por lo que pueden obtener sostenibilidad, soporte y desarrollan la absorción de nutrientes como agua, para un excelente crecimiento, su longitud tiene que ver con la estructura del suelo en donde se encuentran, la máxima longitud que alcanzan es de 3 metros (Díaz, 2018).

Según Solórzano (2012), la inflorescencia comienza cuando la planta ha desprendido el cincuenta por ciento de las hojas totales alrededor de los 8 meses después de su plantación, estas flores se dividen en dos, las femeninas

que posteriormente se transformaran en plátano, las masculinas que producen polen, existen tres fases en la inflorescencia, la primera tiene que ver con el brote o comúnmente conocida como “bellota morada”, de la cual brotan tallos y dedos de racimos, durante la segunda etapa de estos dedos de racimos brotan flores masculinas y femeninas, finalmente, en la tercera etapa las flores femeninas se engrosan y se convierten en plátanos, mientras que las masculinas producen polen para ayudar a desarrollar a las flores femeninas. El racimo es la parte donde se encuentran las manos que posteriormente se convertirán en flores (Abreu et al. 2007). De acuerdo a Mora (2022), existen cuatro diferentes tipos de racimos, el primero es el francés, este es el único que posee una inflorescencia completa, por lo que sus racimos se convertirán en frutos, los últimos tres presentan una inflorescencia incompleta por lo que sus racimos crecen, pero nunca maduran.

Según Guzhñay (2017), las hojas de la planta del plátano se encuentran entre las más grandes del reino vegetal, llegando a medir de 2 a 4 m de largo y hasta 90 cm de ancho, se distribuyen alrededor de la planta de forma helicoidal, tienen forma oblonga, que se compone de dos mitades, las cuales se conectan con una vena central, su color es verde brillante y la cantidad de hojas depende la edad de la planta, pero normalmente se obtienen un máximo de 30 a 50, quedando solo de 10 a 14 hojas en la fotosíntesis, la cual es la principal función de las estas (Pineda, 2021).

De acuerdo con Iturbe (2016) el desarrollo de las hojas de plátano consta de cinco etapas, durante la primera y segunda, el brote adherido a la hoja anterior comienza a crecer, pero sin alcanzar longitud, en la tercera etapa este brote crece lo suficiente para lograrla longitud y diámetro



requeridos, en la cuarta el brote comienza a desplegarse del lado izquierdo y finalmente en la quinta etapa la hoja queda totalmente desplegada.

Después de la temporada de siembra, es importante el deshoje de la planta, por lo que las hojas maduras o no funcionales se retiran para evitar la putrefacción o producción de hongos en el racimo (Guzhñay, 2017).

Plagas, enfermedades y malezas

De acuerdo con Pineda (2021), existen diferentes plagas y enfermedades que pueden atacar tanto a la hoja de plátano como a la planta en general, entre ellas se encuentra la plaga del picudo negro y *Radophyllus similis*, y enfermedades como Trips y la Sigatoka negra. El primero se trata de un escarabajo que le causa daño al pseudotallo debido a que se alimentan de él, por lo que las plantas que tienen esta plaga a menudo presentan un pseudotallo débil. El *Radophyllus similis* es una plaga que se encuentra entre el cincuenta y cien por ciento en las plantaciones, se puede notar en las hojas, ya que cambian su color verde brillante a unas manchas pardas en el borde.

Debido a estas plagas, se realiza un control cada 45 días, en cuanto a las malezas, por lo general es menos nocivo, pero de especial cuidado en los primeros meses debido al suelo en el que la planta está comenzando a absorber nutrientes esenciales (Rosales, M. 2008).

Metodología y diseño de la investigación

El presente artículo se realizó por medio de una revisión sistemática de literatura, “método riguroso y explícito

Tabla 1: Referencias de revisión bibliográfica

para la identificación, evaluación crítica y síntesis de la evidencia obtenida” (Beltrán, 2005), que permitió recolectar información de 10 tesis de posgrado, 11 artículos científicos y 5 documentos institucionales que proporcionaron una visión extensa sobre el tema estudiado (Lisboa, 2018). Debido a la limitada existencia de documentos científicos que aborden el uso de la hoja de plátano en la gastronomía, la revisión de tesis como textos de referencia fue necesaria (Ver tabla 1).

Las palabras empleadas para realizar la búsqueda en repositorios de información como EBSCO y Redalyc fueron: Hoja de plátano, gastronomía, banano, Musa Paradisiaca, obteniendo así información en el idioma castellano.

Las implicaciones prácticas del presente artículo radican en compilar y proporcionar información acerca del uso de la hoja de plátano en la gastronomía en diferentes países del mundo, resaltando sus aportes al sabor, textura y conservación del alimento o platillo en el que se emplee, permitiendo así una mayor difusión del producto.



Tipo de documento	Autor	Usos
Artículo científico	Blasco, y Gómez (2014) Propiedades funcionales del plátano (<i>Musa sp.</i>).	Propiedades medicinales en la planta de plátano
	Guerrero, J., Angeles, G., Lascurain, M., Avenaño, S., Kiel, A., Bonilla, I., Linares, E., Bye, R., & Guillén, L. (2023). Anatomical and chemical characteristics of leaves and branches of <i>Juniperus deppeana</i> var. <i>deppeana</i> (Cupressaceae): A potential source of raw materials for the perfume and sweet candies industries.	Propiedades que debe cumplir la hoja de plátano para ser usada en la gastronomía
	Cañas, P., Capacho, D., García, H. & Holguin, M. (2019). Barrancabermeja y su gastronomía, un tesoro poco explorado.	Uso de la hoja como conservador de alimentos, envolver al alimento y saborizante.
Artículo de revista	Arellano, J. E. (2013). Nuevo Elogio de la Gastronomía Nicaragüense.	Uso de la hoja como envoltura de los alimentos directo al fuego.
Tesis	Guzhñay (2017) Análisis del uso de la hoja de plátano (<i>musa paradisíaca</i>) en la gastronomía del cantón General Antonio Elizalde (Bucay), provincia del Guayas.	Uso de la hoja de plátano para envolver alimentos en Japón, Malasia, Vietnam, México, Perú y Ecuador
	Iturbe (2016) Contenedor desechable de hoja de plátano.	<ul style="list-style-type: none"> • Envolver alimentos • Recipiente • Actividad antimicrobiana en la hoja, polifenoles presentes y proteína foliar.
	Duque, S., Monsalve, P., & Restrepo, C. (2019). Intervención morfológica de la hoja de banano.	Propiedad medicinal en la barrera de la hoja de plátano
	Montenegro, C. (2021). Menú: Oaxaca.	Uso de la hoja de plátano como envase para alimentos en México.
	Pincay, M. (2021). “La gastronomía coml patrimonio cultural del cantón 24 de mayo”.	Uso de la hoja como recipiente hermético en Ecuador.
	Solís, A. (2007). “El cultivo de Plátano (genero <i>musa</i>) en México”.	Uso de la hoja para envolver tamales en México

Resultados

Importancia medicinal y gastronómica

Según Guzhñay (2017), el éxito culinario y medicinal de la hoja de plátano es gracias al intercambio cultural que se

dio a partir de las colonizaciones, ya que se unieron distintas técnicas culinarias y posteriormente se marcaron nuevos sabores, aromas y texturas.

Pero la planta de plátano no solo dio gran importancia al aspecto culinario o medicinal, sino también al económico, debido a la gran cantidad de frutos que proporciona la



planta, el uso de las hojas y fibras del pseudotallo, además la exportación de plátano fue ventajosa ya que los frutos podían cortarse antes de estar maduros y empaquetarse para posteriormente madurarse en el camino, de esta manera las zonas donde era cosechado tuvieron un desarrollo económico potencial.

Según Blasco y Gómez (2014), no solo la hoja de plátano tiene propiedades medicinales, sino también las diferentes partes de la planta de plátano, las flores son usadas para curar disentería, úlceras, bronquitis, además de ser un alimento recomendable para personas diabéticas. La savia de la planta de plátano tiene astringentes por lo que es usada para curar enfermedades como la lepra, fiebre, enfermedades cutáneas, hemorragias y enfermedades digestivas, esta última también puede ser tratada con la raíz y semilla de la planta. La cáscara del plátano también es usada como unguento para artritis.

La hoja de plátano tiene proteína foliar (Robín, 2018) y polifenoles, estos ayudan a reducir el riesgo de enfermedades, pero consumir la hoja de plátano directamente es muy difícil, por lo que la mejor manera de consumir estos polifenoles es que un alimento esté en contacto con la hoja (Iturbe, 2016).

Según Guzhñay (2017), alrededor de todo el mundo se establecieron diferentes usos para la hoja de plátano, el más común fue para envolver alimentos, este fue adoptado por Japón, Malasia, Vietnam, México, Perú y Ecuador con sus alimentos más representativos, en cambio en India es mayormente usado como plato y para dar una mayor vista a los alimentos.

Los platillos más destacables envueltos en hojas de plátano de los países antes mencionados son el Mok (proteína de cerdo o pescado al vapor mezclada con curry) y

el *Sticky rice* (arroz pegajoso relleno con caña de azúcar) en Asia, este último platillo se prepara solo en bodas debido que al ser pegajoso representa la idea de que los novios siempre estarán juntos, en Malasia el *otak otak* (pescado especiado que se consume solo durante el Ramadán), en donde la hoja de plátano tiene una especial importancia debido a que si se come con los dobleces de la hoja por dentro, el anfitrión sabrá que el plato estaba delicioso, pero si se come con los dobleces hacia afuera significará que el plato no le gustó al comensal, en Perú la hoja de plátano se encuentra presente en el platillo Juane, (preparado con arroz, yuca, plátano y cecina, pescado o pollo dependiendo de la región), en Ecuador también es usada para envolver los alimentos, pero refleja una tradición importante, las amas de casa se encargaban de preparar los alimentos para largas y laboriosas jornadas de trabajo en la agricultura, por lo que la hoja de plátano se usó para envolver los alimentos, mantenerlos frescos y poderlos conservar con el aroma y sabor característico, el plato típico de Ecuador con la hoja de plátano es la tonga de gallina criolla, como su nombre lo indica lleva gallina criolla, cebolla, pimienta, tomate, cilantro, orégano, maní en polvo, plátano maduro, yuca y la hoja de plátano, este plato consiste en hacer un guisado de gallina y arroz, freír plátanos y asar las hojas de plátano, para posteriormente colocar como base las hojas, el arroz, el guiso y los plátanos (Pincay, 2021).

La gastronomía de Vietnam hace uso de esta hoja en alimentos como el arroz, maní, vegetales, salchichas encurtidas, piel de cerdo y carnes secas en puestos callejeros.

En Colombia la hoja de plátano tiene un uso especial, antiguamente se le relacionaba con la conservación de alimentos, pero con la combinación de la cultura indígena



de los Yariguies descendientes del Caribe, su uso se centró en envolver alimentos y hacer guisos, la hoja envuelve bollos de mazorca y el guiso tradicional es de ají dulce, leche de coco y la hoja de plátano (Cañas et al., 2019).

De acuerdo con Arellano (2013), en Nicaragua la hoja se usa solo para envolver alimentos que van a ser cocinados en el fuego, en especial el típico Nacatamal, el cual lleva ingredientes como masa de maíz, papa, recado rojo, pasas, alcaparras, carne de cerdo, cebollas y aceitunas.

En México, la hoja se usa para envolver diferentes alimentos, el más conocido es el tamal, del vocablo “tamalli” del náhuatl y significa envuelto, este platillo surge en la época prehispánica y era elaborado de forma comunitaria para ofrecer en rituales y ofrendas, el proceso para realizarlos es someter a las hojas frescas a un proceso de soasado con vapor para poder suavizarlas, el cual ayuda a que la cera que tiene la hoja se desprenda, por lo que ningún líquido deberá salir o entrar al alimento (Iturbe, 2016).

Otros platillos emblemáticos de México que usan la hoja de plátano son los mixiotes, que tradicionalmente están envueltos en hojas de agave pero también en hojas de plátano, papillotes de pescado o pollo, pescado tikin chic y cochinita pibil, estos últimos originarios de Yucatán, la cochinita pibil se cocina al *pib*, esta es una técnica de cocción prehispánica en la que se cocinaban los alimentos en un horno enterrado.

De acuerdo a Iturbe (2016) la hoja de plátano se usa para envolver los alimentos debido a que es resistente y se puede manipular, además proporciona sabor a los alimentos. Del mismo modo, puede ser usada como analgésico y antiinflamatorio, ya que ayuda a cicatrizar heridas cutáneas y a calmar síntomas de gripe.

Según Guerrero et al. (2023), la hoja de plátano tiene que cumplir con las siguientes características para ser aprobada como adecuada para su uso culinario:

Resistir el soasado a fuego directo y envolver completamente la masa antes y después de su cocimiento, ser flexibles y resistentes cuando son sometidas a la presión de ebullición o al vapor. El proceso para limpiar la hoja y tenerla lista para colocar el alimento es sencillo únicamente utilizar agua para retirar la suciedad de la misma, así se evita llevar los residuos del jabón y otros químicos al organismo del consumidor.

Según Iturbe (2016), las hojas de plátano poseen una propiedad antimicrobiana, lo que reduce los riesgos de enfermarse por el consumo de alimentos directos de la hoja, además también es usado para el control de caspa y mantener saludable el cabello debido a que la hoja contiene lignina, hemicelulosa, proteínas y alantoínas.

Uso ganadero

Las hojas de plátano frescas son útiles para alimentar a diversos tipos de ganado, entre ellos las cabras, ovejas, pollos, vacas y conejos.

La hoja de plátano a través de las generaciones en México Ubicado al sur de Yucatán se encuentra Akil, en esta región hay alrededor de 15 mil habitantes y más del 50% se dedica a vender la hoja de plátano en los mercados de Mérida, Isla Mujeres, la Riviera Maya y Campeche, son estas las principales regiones donde se consumen algunos de los alimentos más típicos de México, entre ellos están la cochinita pibil, variedad de pescados envueltos, tamales o arroz, que como se mencionó anteriormente son cocinados con hoja de plátano (Iturbe, 2016).



La hoja de plátano tiene una extensa variedad de usos alrededor de todo el mundo, desde medicinales, artesanales y culinarios, su principal uso culinario es envolver el alimento, por lo que es importante recalcar que no solo crea un ambiente de calor y cocción sino también se crea una capa protectora que impide el paso a diversos microorganismos que puedan contaminar el producto, además un importante hallazgo fue conocer las características que debe contener una hoja para ser considerada como apropiada para el uso culinario como por ejemplo, resistir el soasado. Algo importante es la diferencia entre el uso que se le da a la hoja en diversos países, si bien las cocinas como Japón, Ecuador, Perú y México usan la hoja para sus platillos más tradicionales, la gastronomía de Vietnam es más sencilla y la utiliza como un recipiente diario para envolver sus alimentos.

Discusión

La hoja de plátano tiene diversidad de usos, entre ellos se distinguen la principal función de la hoja en la planta, la cual es la fotosíntesis (Pineda, 2021), en cuanto a sus propiedades antimicrobianas, la hoja de plátano es reconocida por tener una capa de cera que crea no sólo un ambiente de cocción sino que impide la entrada o salida de líquidos o calor (Iturbe, 2016), una característica importante de esta capa es que la cera tiene polifenoles que pueden ser ingeridos por medio de los alimentos mientras que se encuentren en contacto con la hoja.

Ya sea la hoja o la planta, los beneficios que proporcionan son medicinales en su mayoría, la planta está llena de nutrientes en la savia, el fruto y las flores según Blasco y Gómez (2014),

pero un importante aporte es su uso en la gastronomía (Guzhñay, 2017) ya que le da un sabor único al platillo y una presentación agradable.

Debido a que esta planta fue una de las primeras en llegar con el proceso de colonización a México (Mora, 2022) y que además influyó con el intercambio de sabores en el mundo (Guzhñay, 2017), es muy común ver a la hoja de plátano como parte de comidas representativas en México, como es el caso de la cochinita pibil o el pescado tikin chic (Iturbe, 2016).

Conclusiones

La hoja de plátano tiene diferentes usos alrededor del mundo, en la mayor parte de los países su uso culinario está ligado a la retención de calor del alimento cuando este se encuentra envuelto en la hoja y en segundo lugar como plato o envase para los alimentos, la hoja no solo cumple la función de mantener calientes los alimentos, sino también proporciona polifenoles que ayudan a reducir el efecto de los radicales libres o reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares o degenerativas, es por ello que se puede notar que la hoja de plátano tiene propiedades medicinales.

La planta de plátano posee diferentes características organolépticas que la hacen prácticamente beneficiosa en toda su morfología, desde los frutos hasta las raíces.



Referencias

- Arellano, J. (2013). Nuevo Elogio de la Gastronomía Nicaragüense. *Temas nicaragüenses*, 59(2164-4268), 76. Recuperado 24 de enero de 2024, de <https://www.enriquebolanos.org/media/publicacion/RevistaTemasNicaraguenses59marzo2013.pdf#page=76>
- Blasco, G., & Gómez, F. (2014). Propiedades funcionales del plátano (*Musa* sp). Universidad Veracruzana. Recuperado 12 de noviembre de 2023, de http://www.soporte.uv.mx/rm/num_anteriores/revmedica_v_ol14_num2/articulos/propiedades.pdf
- Burgos, M. (2018). El plátano: la historia detrás de la fruta... y otros secretos. *El Herbario CICY*. Recuperado 12 de noviembre de 2023, de http://www.cicy.mx/sitios/desde_herbario/2018
- Caamal, J. (2008). Estudio de la expresión génica a bajas temperaturas en frutos de banano cv «enano gigante». *CICY REPOSITORIO*. Recuperado 19 de octubre de 2023, de <http://cicy.repositorioinstitucional.mx/jspui/handle/1003/583>
- Cañas, P., Capacho, D., García, H. & Holguin, M. (2019). Barrancabermeja y su gastronomía, un tesoro poco explorado. Recuperado 24 de enero de 2024, de https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/8566/2019_Barrancabermeja_y_su_gastronom%C3%ADa.pdf
- Crosby, A. W. (2003). *The Columbian exchange: biological and cultural consequences of 1492*. Bloomsbury Publishing USA.
- Díaz, D. (2018). Bioestimulación del Sistema Radical para Mantener la Relación Aérea-Radicular. *Intagri*, 117, 2. https://www.eljornalero.com.mx/edicionesdigitales/imagenes/images/1369-Eljornalero/50645/50645_V_iPad_1447902.00_Pagina_1.pdf
- Duque, S., Monsalve, P., & Restrepo, C. (2019). Intervención morfológica de la hoja de banano. Universidad Pontificia Bolivariana. Recuperado 10 de octubre de 2023, de <http://hdl.handle.net/20.500.11912/4968>
- Enríquez, A., & Ibarra, E. (2021). Origen y domesticación del plátano: un cultivo de gran importancia para México. *INECOL*. Recuperado 8 de noviembre de 2023, de <https://www.inecol.mx/inecol/index.php/es/ct-menu-item-25/ct-menu-item-27/17-ciencia-hoy/1429-origen-y-domesticacion-del-platano-un-cultivo-de-gran-importancia-para-mexico>
- Guerrero, J., Angeles, G., Lascrain, M., Avendaño, S., Kiel, A., Bonilla, I., Linares, E., Bye, R., & Guillén, L. (2023). Anatomical and chemical characteristics of leaves and branches of *Juniperus deppeana* var. *deppeana* (Cupressaceae): A potential source of raw materials for the perfume and sweet candies industries. *Botanical sciences*, 102(1), 83-101. <https://doi.org/10.17129/botsci.3333>
- Guzhñay, E. (2017). Análisis del uso de la hoja de plátano (*musa paradisíaca*) en la gastronomía del cantón General Antonio Elizalde (Bucay), provincia del Guayas. UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL. Recuperado 28 de agosto de 2023, de [S%20Gs.%20252%20-%20uso%20de%20la%20hoja%20de%20platan.pdf](http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/30742/1/TFESI%20Gs.%20252%20-%20uso%20de%20la%20hoja%20de%20platan.pdf)
- Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (1983) El plátano, Repositorio IICA. Recuperado 25 de noviembre de 2023, de https://repositorio.iica.int/bitstream/handle/11324/14360/C_DN121030073e.pdf%3Fsequence%3D1%26isAllowed%3Dy&ved=2ahUKEwi768-rh
- Iturbe, A. (2016). Contenedor desechable de hoja de plátano. *SCRIPTA Repositorio Institucional de la Universidad Panamericana*. Recuperado 10 de octubre de 2023, de <https://scripta.up.edu.mx/bitstream/handle/20.500.12552/2504/100796.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lisboa, J. (2018). Investigación cualitativa: fundamentos epistemológicos, teóricos y metodológicos. Recuperado 17 de septiembre de 2023, de <https://www.redalyc.org/journal/5257/525762351005/>
- Mio, E., & Ruiz, J. (2022). “Estudio prefactibilidad para la instalación de una MYPE productora y comercializadora de fruta deshidratada en Piura”. Repositorio Institucional UNP. Recuperado 11 de noviembre de 2023, de <https://repositorio.unp.edu.pe/items/5360c5c7-5574-4287-a8cd-5edfade07a05>
- Montenegro, C. (2021). Menú: Oaxaca. UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ. Recuperado 31 de agosto de 2023, de <https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/10392/1/140833.pdf>
- Mora, S. (2022, mayo). Caracterización de variedades cultivadas de *Musa* spp., en la región de Ziracuaretiro, Michoacán. Repositorio UMSNH. Recuperado 23 de octubre de 2023, de http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/handle/DGB_UMICH/6737
- Pincay, M. (2021). “La gastronomía como patrimonio cultural del cantón 24 de mayo”. Repositorio UNESUM. Recuperado 24 de enero de 2024, de <http://repositorio.unesum.edu.ec/handle/53000/3476>
- Pineda, J. (2021). Evaluación de diferentes métodos de aplicación de fungicidas y extractos botánicos para el control de pudrición de corona de banano. *UTMACH*. Recuperado 30 de septiembre de 2023, de <http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/16561>
- Rosales, M. (2008). El Cultivo del plátano en Venezuela: Desde el campo hasta la mesa. *Agroalimentaria*, 14(27), 125-127. Recuperado en 20 de noviembre de 2023, de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-03542008000200009&lng=es&tlng=es
- Rumaldo, J. (2016). Multiplicación in vitro de plátano *Musa paradisíaca* (var. *curare enano*), A partir de ápices meristemáticos, utilizando dos concentraciones de 6-benzilaminopurina y diferentes volúmenes de solución madre en medio líquido. Repositorio Institucional de la Universidad de El Salvador. Recuperado 21 de octubre de 2023, de <https://ri.ues.edu.sv/id/eprint/13718>



- Solís, A. (2007). "El cultivo de Plátano (genero musa) en México". Repositorio UAAAN. Recuperado 8 de noviembre de 2007, de <http://repositorio.uaaan.mx:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/4956/T16494%2520%2520%2520SOLIS%2520ROSALES.%2520%2520ADALBERTO%2520%2520%2520TESIS.pdf>
- Solórzano, M. (2012). Impacto sobre el rendimiento del cultivo plátano (*Musa paradisiaca* L.) producto de la introducción de la variedad Currare Enano Dominico Harton (AAB, Chifle), en parcelamiento La Blanca, Ocós, San Marcos, en el periodo 2004-2009. CRAI LANDÍVAR RED DE BIBLIOTECAS. Recuperado 24 de octubre de 2023, de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2012/06/17/Solorzano-Melvin.pdf>