

# ARRAYÁN

*Eugenia halli* | ARRAYÁN



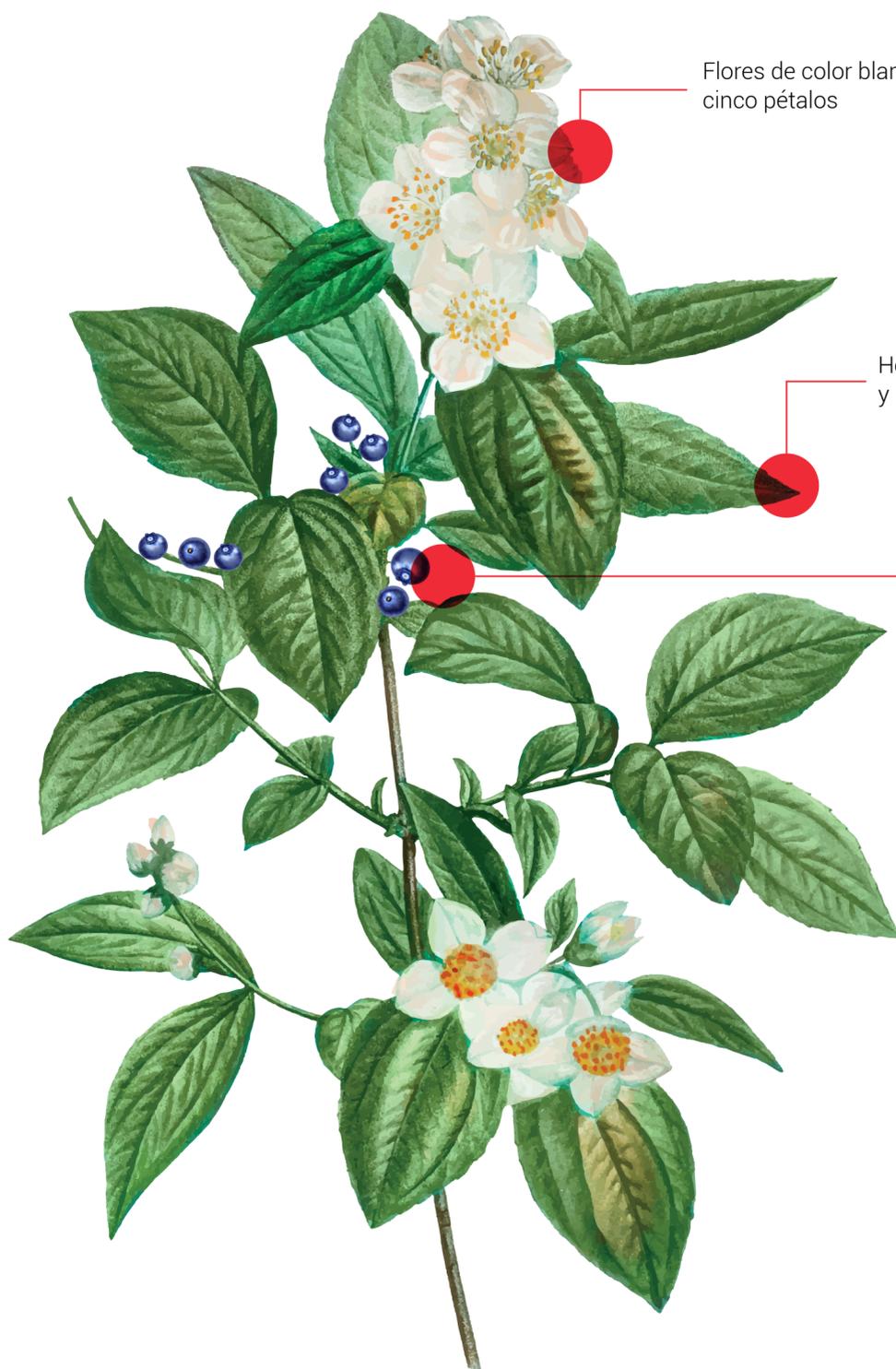
Planta nativa de Ecuador, originaria de América. Se desarrolla en climas subtropicales y templados, por lo general crece desde los 1500 a 2800 m.s.n.m. Aunque es muy conocido alrededor de todo el país.

**Cultivo y recolección:** Se cultiva en jardines y huertas, también se lo puede encontrar en parques y bosques.



**Propiedades:** Astringente, antiséptico, hemostático y antiinflamatorio.

**Contraindicaciones:** Su consumo en exceso puede causar malestares como dolores de cabeza, mareos o náuseas.



Flores de color blanco con cinco pétalos

Hojas aovadas, lisas y lustrosas.

Frutos que son bayas de color azul oscuro.

**Partes utilizables:** Hojas y frutos.

## USOS

### MEDICINALES:

En la medicina popular el arrayán es sumamente valorado como tratamiento para la diabetes, ya que cuenta con efectos hipoglicemiantes y la infusión de sus hojas ayuda a disminuir el nivel de azúcar en la sangre. Es utilizado en casos de afecciones pulmonares y malestares por tuberculosis. Por sus propiedades antisépticas y astringentes sirve como purificador, para tratar heridas e infecciones de la piel, se muelen hojas secas y se aplican sobre la herida para cicatrizar. En forma de emplasto ayuda en casos de hinchazones, fracturas y dolores por reumatismo. Sus hojas son utilizadas para la elaboración de pastas dentales, es beneficioso para disminuir la inflamación de encías y blanquear los dientes.

### CULTURALES Y RITUALES

Es conocido popularmente como uno de los ingredientes característicos de la colada morada, preparación de origen precolombino. Esta bebida es realizada por el día de difuntos, a finales de octubre y principios de noviembre.

### GASTRONÓMICOS

Partes comestibles: **Flores y hojas**  
Recetas tradicionales: Como especia para preparar coladas dulces o sopas. Es una de las hierbas principales para la preparación de colada morada.