



Imagen de Chilto (*Solanum betaceum*) - provincia de Jujuy 2016 - Gentileza Juan Pablo Moro - MAyDS

CHILTO

El chilto es una especie originaria de América Central y del Sur que fue domesticada y cultivada por las poblaciones nativas antes de la introducción de otros cultivos por la colonia. Actualmente es producido a nivel local, en huertas y quintas, por comunidades que lo incluyen en su alimentación y como un hábito heredado de sus antepasados.

Nombre científico: *Solanum betaceum*

Nombre común: Chilto o tomate de árbol, tomate del campo o tamarillo.

Características generales

El fruto es una baya de forma ovoide apiculada. Es de color verde y cuando madura vira al rojo, naranja, morado y amarillo, según la variedad pueden presentar manchas violáceas longitudinales. Tiene una cáscara fina, lisa y de sabor amargo. La pulpa es muy jugosa, de color anaranjado y sabor agridulce. Algunos frutos cuentan con concreciones parecidas a pequeñas piedras.

Se lo considera fuente de vitaminas, minerales y micronutrientes, además de poseer propiedades muy valoradas por la medicina alternativa. Pertenece a la misma familia botánica que la papa, el tomate, la berenjena y el pimiento.

Descripción botánica

Es una planta arbustiva, de tallos semileñosos, se ramifica a una altura que varía entre 1,5 y 2 metros, alcanzando la copa los 3 metros de altura. El follaje es perenne y siempre verde. Las raíces son profundas y muy ramificadas. Las flores se ubican en la terminación de las ramas y son de color blanco, con franjas de color rosado tenue.

Distribución

Esta fruta es originaria de la vertiente oriental de los Andes, específicamente en Perú, al sur de Bolivia, Ecuador, Colombia, Chile y en el noroeste de Argentina.

Al tomate de árbol se lo puede localizar entre los árboles y arbustos en un estado semisilvestre en la región de las Yungas que comprende las provincias de Jujuy, Salta y Tucumán.

Usos:

El tomate de árbol se consume como fruto fresco, el uso es similar al del tomate común aunque para su consumo es necesario retirarle la piel ya que es muy amarga.

También es materia prima en la industria para la preparación de jugos, compotas, salsas, chutneys, helados, conservas dulces, jaleas, gelatina, mermelada y concentrados congelados.

Entre los usos medicinales se lo cita para combatir la inflamación de amígdalas (anginas), para la gripe y disfunciones hepáticas.

Este fruto constituye un importante suplemento para balancear los nutrientes necesarios en la dieta. Es considerado en frutoterapia como una de las frutas que fortalecen el cerebro, y contribuye a curar migrañas y cefaleas severas. Estudios hasta ahora realizados indican que tiene sustancias como el ácido gamma amino butírico que baja la tensión arterial y los niveles de colesterol y triglicéridos en sangre.

Por sus características, el chilto es una especie que promete convertirse en un producto con uso sustentable, que garantice la conservación de la región de las Yungas, generando un desarrollo local y valorizando la cultura de las comunidades por las especies nativas.

Requerimientos climáticos

Es un arbusto que crece desde el nivel del mar, como en Nuevo Zelanda, hasta los 1.100 a 2.300 metros, en Ecuador y los Andes; se desarrolla en estado silvestre en una gran variabilidad de ambientes ya que presenta adaptabilidad desde climas cálidos hasta muy fríos.

Las condiciones óptimas de crecimiento se dan en climas templados con temperaturas promedio entre los 14 y 22 °C. Para un buen desarrollo se debe completar una suma térmica de 1000 a 1500 °C. Durante las primeras etapas de desarrollo la planta tiene poca capacidad para tolerar heladas hasta -2 °C de temperatura.

En Argentina esta planta puede encontrarse en la Selva Tucumano Boliviana entre los 500 y 1500 msnm.

Una de las limitantes más importante para su crecimiento es su sensibilidad a la exposición solar directa, por eso prefiere ambientes de elevada nubosidad o a la sombra de las copas de los árboles.

Las necesidades hídricas, son cubiertas con precipitaciones entre 600 a 1.500 mm anuales. Otras fuentes, sin embargo, citan que sus requerimientos oscilan entre 1.500 y 2.000 mm anuales.

Requerimientos edáficos

La condición edáfica óptima se encuentra en suelos ligeros, profundos y bien drenados, de textura franca a arenosa y con alto contenido en materia orgánica. El pH óptimo debe ser ligeramente ácido, de 5,5 a 6,5.

En Jujuy, se puede recolectar frutas en dos épocas del año: una en los meses de agosto-septiembre y otra en marzo-abril. En una cosecha es factible obtener un rendimiento aproximado a los 10 a 15 kg por árbol adulto de 2 a 3 años.

Datos nutricionales

El tomate de árbol aporta una gran cantidad de vitaminas, minerales y compuestos antioxidantes.

Se le atribuye un número grande de atributos, entre ellos:

- Bajo en grasa y por lo tanto en calorías.
- Bajo en carbohidratos, presentándose principalmente en forma de fibra.
- Fuente de vitamina A, B, C, E, B-caroteno (provitamina A), tiamina, fenoles (incluyendo antocianinas y otros flavonoides), además de carotenoides.
- Alto contenido en hierro y potasio y muy baja en sodio, lo cual es un equilibrio deseable en una dieta saludable.
- Contiene otros oligoelementos importantes para la salud, en particular el cobre y el manganeso.

- Alto contenido de fibra.

Cuadro: Los datos de la composición nutricional se deben interpretar por 100 g de la porción comestible.

Información Nutricional	
Tamaño de la Porción: 100 g	
Cantidad por porción	
Energía (Calorías)	35 ca
Agua	87.9 – 89.7 g
Grasa Total	0.1 - 0.16 g
Carbohidratos Totales	7.0 - 11.6 mg
Fibra	1.1 g
Proteína	1.4 - 1.9 g
Cenizas	0.7 g
Vitamina A	UI 1000
Vitamina B1	0.05 mg
Vitamina B2	0.03 mg
Vitamina B3	1.1 mg
Vitamina C	25 mg
Calcio (Ca)	2.0 - 6.0 mg
Hierro (Fe)	0.4 - 2.0 mg
Fósforo (P)	22.0 - 36.0 mg

Institucional

La producción del tomate de árbol resulta compatible con el Ordenamiento Territorial de los Bosques Nativos de las provincias, poniendo en valor las zonas de bosques en las categorías rojas y amarillas, según la Ley 26.331. Por tal motivo, el manejo de este producto forestal no maderero ha sido incluido entre las actividades del proyecto “Uso Sustentable de la Biodiversidad en los Bosques de Alto Valor de Conservación” (Proyecto GEF ARG 15/G53). El mismo es gestionado por el Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sustentable de la Nación y el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD).