



Guayabo

DESCRIPCIÓN

El Guayabo es un pequeño árbol de porte arbustivo que puede alcanzar entre 5 y 8 metros de altura, de climas cálidos (tropicales), con hojas opuestas, perennes, muy características por su pronunciada nerviación. Su fruto, al que se le da el nombre de guayaba, aunque vulgarmente se le da el nombre de guayabo a los frutos o variedades más pequeños, presenta un agradable e intenso aroma en su madurez. En las zonas tropicales de origen llegan a producir todo el año ante la abundancia de precipitaciones o un buen aporte hídrico mediante riego.

ORIGEN

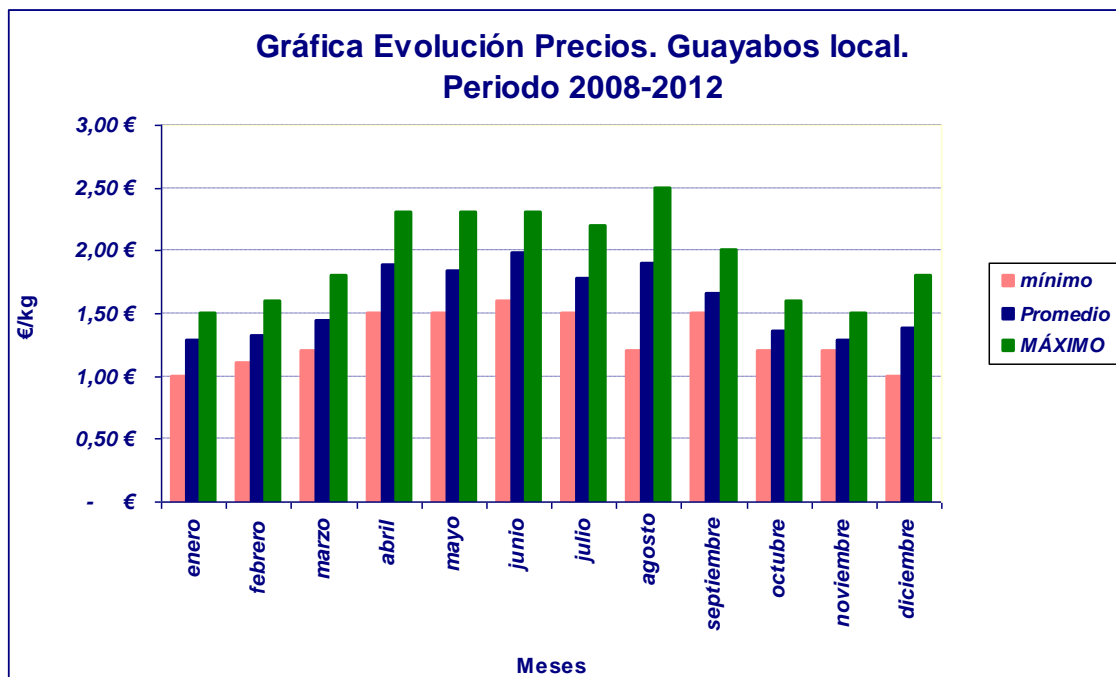
Procede de Centroamérica y fue de las frutas que más tempranamente cultivaron los indígenas. Posteriormente, los marinos españoles y portugueses lo propagaron por todas las zonas tropicales y gran parte de las subtropicales.

LOCALIZACIÓN Y VARIEDADES

En Canarias su presencia se limita a unas 20,8 ha. repartidas por igual entre las dos provincias, además de 7.000 y 9.000 ejemplares aislados en S/C de Tenerife y Las Palmas respectivamente. Los frutos aquí cultivados tradicionalmente son en su mayoría de pequeño tamaño con la pulpa de color rosa salmón y procedentes de la zona del caribe (Cuba Venezuela,..). Como municipios productores podemos destacar en nuestra isla a Arafo (8,3 ha.), Güimar (2 ha.) y Candelaria (2 ha.)*.

PRECIOS Y ESTACIONALIDAD

En MERCATENERIFE entran anualmente unos 107.399 kg., procedentes en un 97,6% de nuestra región. En lo referente a precios, éstos oscilan normalmente entre 1,00 y 2,50 €/kg. localizándose los máximos a principios y, sobretudo, al terminar la época de producción que abarca desde septiembre hasta marzo, no obstante no es raro encontrar producciones de este fruto fuera de época.



PROPIEDADES NUTRITIVAS

Las guayabas se consumen como fruta fresca aunque su principal valor comercial está en la preparación de jaleas, mermeladas, conservas etc. El fruto es muy rico en vitamina C., además presenta importantes contenidos de calcio, hierro y potasio. Son ligeramente laxantes cuando están perfectamente maduros, produciendo un efecto contrario si no han alcanzado dicho estado.

Calorías	46 Kcal	Agua	81,5 g
Proteínas	1,1 g	Hierro	1,2 mg
Fibras	6,8 g	Vitam. A	60 ug
Hidratos de Carbono	10 g	Vitam. C	160 mg
Grasas	0,2 g	Potasio	12 mg

Fuente: La Gran Guía de la Composición de los Alimentos. Equipo de Alimentación de la Universidad J. Liebig de Giessen (Alemania). Ed. Integral. Julio 1996

*Estadísticas de la Consejería de Agricultura del Gobierno de Canarias, año 2011