

Recetas de dulces y bebidas tradicionales, compilación basada en el conocimiento empírico de las personas

Recipes for traditional sweets and drinks, a compilation based on people's empirical knowledge

Autores: M.Sc. Gerardo Begué-Quiala¹, Lic. Lisandra Peña-Hernández², Lic. Annia Santana-González¹, Dra. Yamilka Joubert- Martínez¹.

Organismo: ¹Unidad Presupuestada de Servicios Ambientales (UPSA) "Alejandro de Humboldt". Agencia de Medio Ambiente. Delegación Territorial del CITMA Guantánamo, Cuba. ² Centro de Información y Gestión Tecnológica (CIGET), CITMA Guantánamo.

E mail: begue@upsa.gtmo.inf.cu

Fecha de recibido: 2 abr. 2021

Fecha de aprobado: 7 jun. 2021

Resumen

Este trabajo se desarrolló sustentado en el conocimiento empírico y biocultural presente en muchas personas de las comunidades locales (zonas urbanas y mayormente rurales) para rescatar e incrementar la sabiduría sobre el aprovechamiento y procesamiento tradicional de alimentos y mejorar la nutrición a nivel local con la inclusión del conocimiento de la mujer. Se aplicaron entrevistas a creadores y productores de diferentes recetas tradicionales, quienes describieron todas las fases y procedimientos para la obtención de los subproductos. Se utilizó el método histórico-legal para la obtención de informaciones no reveladas, la validación se realizó con la degustación *in situ* de los platos elaborados. Entre los resultados alcanzados se logró compilar nueve recetas con diferentes productos agrícolas, algunos poco utilizados y pobremente documentados, otros de nueva creación. También se validó un alto enfoque de género, ya que el 77.7% fueron creados por mujeres y en el otro 22.2% hubo participación femenina.

Palabras clave: conocimiento empírico, personas, productos tradicionales, papel de la mujer

Abstract

This work was developed based on the empiric and biocultural knowledge present in many people from local communities (urban and mostly rural areas), for rescuing and increasing the wisdom about the traditional use and processing of food, as well as improving nutrition at the local level with the inclusion of women's knowledge. Interviews were applied to creators and producers of different traditional recipes, who described all the phases and procedures for obtaining the by-products. The historical-legal method was used to obtain undisclosed information; the validation was carried out with the *in situ* tasting of the prepared dishes. Among the results achieved, it was possible to compile nine recipes with different agricultural products, some little used and poorly documented, others newly created. A high gender focus was also validated, since 77.7% were created by women and in the other 22.2% there was female participation.

Key words: empiric knowledge, persons, traditional products, woman's role

Introducción

La producción con destino a la alimentación humana y animal, así como el aprovechamiento eficiente de la agrobiodiversidad, son elementos explícitos en las líneas de acción para la seguridad nacional de cada país; de hecho, su escaso o nulo tratamiento conllevaría a bajos niveles de sostenibilidad. La urbanización, los aumentos de la población y el crecimiento de los ingresos están impulsando una fuerte demanda de alimentos en un momento en que la agricultura se enfrenta a problemas sin precedentes por la limitación de los recursos naturales y el cambio climático. Se prevé que la población mundial aumentará de los aproximadamente 7 300 millones actuales a casi 9 800 millones para el 2050, la mayor parte de este aumento tendrá lugar en las regiones en desarrollo (FAO, 2017).

Se impone entonces delinear nuevas estrategias ante estas actuales deficiencias, priorizando los estudios que profundicen en las potencialidades de las plantas alimenticias en todas sus dimensiones, ya que algunas investigaciones sugieren que es infinitesimal el número de especies valoradas por el *Homo sapiens* para su alimentación si se compara con los miles de especies alimenticias existentes, tanto de origen vegetal como animal. En el transcurso de su adaptación a las diferentes regiones biogeográficas de la Tierra se estima que el hombre ha empleado con estos fines unas 7 000 especies de las cerca de 75 000 comestibles conocidas, cuyo valor alimenticio frecuentemente es superior a los granos utilizados. A esto se añade que cada vez se conoce mejor el potencial acumulado en unas 250 000 plantas con flores, hecho que incrementaría la calidad de la alimentación humana (Myers, 1988).

En medio de las actuales circunstancias, marcadas por la crisis sanitaria global debido a la pandemia de la COVID-19, y la crisis económica aparejada a esta, el estado cubano enfrenta un desafío sin precedentes como país en vías de desarrollo y hace esfuerzos ingentes para lograr una soberanía alimentaria nacional que abarca todos los contextos socio-ecológicos, desde las comunidades locales, municipios y regiones, hasta las provincias y nación. El fortalecimiento de los medios de vida es el cimiento esencial para incrementar la producción nacional de alimentos, insumos y otros bienes, que permitirán al estado garantizar y mantener la seguridad alimentaria a un menor costo económico. (ACNUR, 2014) define los medios de vida (MV) como aquellas actividades que permiten a las personas asegurar las necesidades básicas de la vida, como alimentos, agua, vivienda y ropa.

Surge así entre un equipo de investigadores de la Delegación Territorial del CITMA en la provincia Guantánamo el interés por el rescate y divulgación de conocimientos empíricos relacionados con el arte culinario propio de los habitantes de las comunidades rurales y urbanas donde se han desarrollado otros proyectos e investigaciones llevados a cabo por dicha institución. En la manufactura y preservación de estas recetas y saberes culinarios tiene un papel preponderante la mujer. El valor de uso que periódicamente la mujer le da a la diversidad agrícola tradicional es capaz de conferirle un valor agregado, y la convierten en una aliada insoslayable de su conservación. En otras palabras, representa una manera de reconocer el papel clave de la mujer en su dimensión humana y cultural, en relación con el manejo de la riqueza agrícola en paisajes de gran significación (Piña *et al.*, 2016).

En contraste, es sabido que las mujeres constituyen un grupo social desfavorecido, muy al margen de su importancia. Ellas administran los hogares y cuidan de sus familiares, esto limita su movilidad y aumenta su vulnerabilidad ante los eventos naturales extremos y los cambios en las oportunidades de empleo (UNFPA, 2009). En este sentido, el problema a

solventar radicaría en el rescate de los saberes y tradiciones, de manera que se aproveche eficientemente la diversidad agrícola, con la inclusión del conocimiento femenino. Es por todo esto que los objetivos del presente trabajo estriban en rescatar e impactar en la expansión de la sabiduría sobre el aprovechamiento y procesamiento tradicional de alimentos, mejorar la nutrición a nivel local, con la inclusión del conocimiento de la mujer.

Materiales y métodos

Esta investigación se desarrolló en los años 2019-2020 bajo la sombrilla del proyecto internacional: **Adaptación basada en los ecosistemas (AbE) y restauración forestal como medios rentables para las comunidades rurales vulnerables dentro del Corredor Biológico del Caribe**. Ejecutado por BIOECO (Grupo Oriental de Ecosistemas y Biodiversidad) y la UPSA (Unidad Presupuestada de Servicios Ambientales) Alejandro de Humboldt, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente y financiado por IKI (Iniciativa Internacional para el Clima, por sus siglas en alemán), con apoyo también de las ONGs alemanas WHH (Ayuda Mundial contra el Hambre) y Oroverde (Fundación para la Conservación de los Bosques Tropicales).

Para este trabajo se recopiló información en diferentes comunidades de los municipios Moa, provincia de Holguín, Manuel Tames Guerra y Yateras, de la provincia de Guantánamo. El 71.4% de las recetas y procedimientos se encontraron en las comunidades rurales de los mencionados municipios. Se aplicaron entrevistas a los aportadores de los saberes, 27 en total, escogiéndose las recetas y procedimientos menos comunes y conocidos. Se revisó el manual de recetas tradicionales de la Reserva de la Biosfera Sierra del Rosario (Piña *et al.*, 2016), investigación desarrollada en la provincia de Artemisa en el occidente del país. En el mismo se registraron 52 recetas y procedimientos diferentes, sin embargo, ninguna coincide con las certificadas en este estudio llevado a cabo en esta subregión oriental.

Se utilizó el método histórico-legal consistente en el testimonio oral, el escrito, las exhibiciones de los productos, testigos oculares y fotos (por ejemplo, de una planta o sus partes, frutos enteros o preparados para la elaboración de recetas, sitios donde abundan las plantas utilizadas, entre otras). Todos los criterios fueron aportados por las personas entrevistadas o consultadas y la confirmación visual durante la investigación, lo cual se consideran como evidencias (Canal, 1969).

Resultados y discusión

Se presentan nueve recetas o formas de procesar diferentes dulces caseros y bebidas, así como una forma tradicional de conservar el jugo de cítrico, esencialmente el limón y la naranja agria. Todas tienen en común que son poco frecuentes, tal vez influidas por la abundancia y popularidad de algunos de estos frutales y vegetales. Este conocimiento fue suministrado por personas que residen en el extremo oriental de Cuba, en inhóspitas zonas rurales de los municipios mencionados. Predomina el conocimiento y aporte de la mujer en el 77.7% de ellas y participación activa en el otro 22.2%. Esta divulgación responde a uno de los lineamientos fundamentales de la política del estado cubano y sus instituciones: elevar la producción nacional de alimentos y contribuir a la educación nutricional de la población. Para cada especie evaluada se hizo una breve descripción sistemática y taxonómica (familia botánica, género y especie), incluyendo los nombres comunes, según las zonas estudiadas.

Recetario y procedimiento:

Cascos de maracuyá.

Familia botánica: Passifloraceae

Género: Passiflora

Especie: *Passiflora edulis* Sims

Nombre común: maracuyá

Ingredientes:

La corteza del fruto del maracuyá. Agua. Azúcar al gusto. Una pizca de sal. Limón o naranja agria de 2-5 mililitros, puede variar según la cantidad.

Procedimiento:

Se escoge el fruto maduro del maracuyá, se corta en bandas en forma de media luna, se extrae el jugo y las semillas para otros usos. Se pone a hervir por 15 minutos. Se le bota el agua del hervor, se enjuaga con agua a temperatura ambiente, la cual se desecha, y luego se deja enfriar un poco. Para quitarle la corteza exterior fina que recubre al fruto es necesario auxiliarse de una cuchara. Se hace el almíbar con los ingredientes señalados, se echa los cascos y se deja hervir por 20 minutos. Pasado ese tiempo se pone a enfriar y quedó elaborado el casco de maracuyá.

De este dulce, aunque es poco común, se ha hablado hasta por la televisión local del municipio (Moa TV), en Holguín (comunicaciones personales L. V. Silot-Frómata). Según estudio realizado en esta región por (Begué-Quiala *et al.*, 2019) el maracuyá no se evaluó en la lista de especies infrautilizadas e infravaloradas, pero sin dudas para esta área lo es, por su baja frecuencia de aparición en las fincas o conucos, así como en el mercado formal e informal. La principal tendencia de consumo es en jugo, por tanto, las personas descartan la corteza parenquimatosa como basura de origen orgánico (comunicaciones personales G. Begué-Quiala). A partir de este conocimiento solo podría constituir basura orgánica la fina corteza de celulosa que recubre la masa parenquimatosa del fruto. Es una realidad este exquisito dulce (cascos de maracuyá).

Según (Rodríguez *et al.*, 2004) este frutal es introducido en Cuba hace pocas décadas, es originario de Brasil, se propaga fácilmente en patios y pequeñas parcelas, es una liana (enredadera) muy eficiente para sombra; la variedad más común en Cuba presenta los frutos de color amarillo cuando maduran.

Aportadoras del saber:

Virgen Luz Silot Frómata

Urbeidys Bient Reyes (Blaqui)

Localidad: Ciudad de Moa, Holguín

Dulce de la flor del guapén o mapén.

Familia botánica: Moraceae

Género: Artocarpus

Especie: *Artocarpus altilis* (Parkinson) Fosberg.

Nombre común: guapén o mapén

Ingredientes:

La flor del guapén. Agua. Azúcar al gusto. Un punto adecuado de sal. Especies aromáticas (canela, pimienta dulce y clavos de olor).

Procedimiento:

Se escogen las flores del guapén, se lavan y se raspan para quitarles la parte pilosa del peciolo floral. Se cortan en rebanadas o lonjas. Se pone a hervir por 15 minutos, posteriormente se bota esa primera agua. Se hace el almíbar con los ingredientes señalados, siempre de forma independiente. A continuación, se mezcla el almíbar y las flores hervidas y se cuece por 15 minutos. Así queda hecho el dulce de la flor de guapén.

Aportadora del saber:

Yolanda Pantoja Justiz

Localidad: La Melba de Moa, Holguín

Cascos de pomarrosa de Malaca.

Familia botánica: Myrtaceae

Género: *Syzygium*

Especie: *Syzygium malaccense* Linneo

Nombre común: pomarrosa de Malaca

Ingredientes:

Las frutas de pomarrosa de Malaca. Azúcar al gusto, crudo o refino. Agua. Una pizca de sal.

Procedimiento:

Se recogen los frutos, se lavan bien y se cortan para extraer el agregado de semillas que poseen estas frutas. Se pone a hervir por 30 minutos para ablandar, se elimina el agua de esta primera cocción. Se hace el almíbar con los ingredientes seleccionados y se pone a hervir de 15-20 minutos más. Se baja del fuego y se pone a enfriar a temperatura ambiente y así quedará hecho el casco de pomarrosa de Malaca.

Aportadora del saber:

María Yenis Baró Silot

Localidad: La Vuelta, Manuel Tames Guerra, Guantánamo

En algunas localidades a esta especie comúnmente se le llama *pera* o *albaricoque*, pero no se corresponden con la pera y el albaricoque reconocidos en gran parte del mundo, su nombre común más idóneo es pomarrosa de Malaca, ya que botánicamente es una Myrtaceae, familia de la guayaba, el eucalipto, entre otros. La fruta tiene un color rojo o carmesí intenso. Originaria de Indochina-Indonesia y en Cuba es introducida y naturalizada,

se le considera como una especie exótica e invasora (EEI) y clasificada como potencialmente invasora. Posee una elevada capacidad de multiplicación, dispersión y propagación o proliferación, lo que la señalan con altas potencialidades (Oviedo-Prieto *et al.*, 2011).

Turrón de hicaco.

Familia botánica: Chrysobalanaceae
Género: Chrysobalanus
Especie: *Chrysobalanus icaco* Linneo
Nombre común: hicaco

Ingredientes:

Las semillas del hicaco. Agua. Azúcar al gusto. Un punto adecuado de sal. Especies aromáticas pulverizadas (canela, pimienta dulce y clavo de olor).

Procedimiento:

Se recogen los frutos maduros, se echan en un recipiente con agua y se despulpan manualmente, quitando la parte jugosa y parenquimatosa que envuelve a las semillas. Se lavan bien y se decanta el agua. Se ponen a secar al sol. Se quita la corteza dura que protege a la nuez, estas quedarán desnudas. Se pueden usar enteras o porcionadas. Se hace el almíbar con los ingredientes seleccionados. Después de 15 minutos de cocción se añaden las semillas o nueces. Se le da 25 minutos de calor o hasta que la mezcla se espese lo suficiente. Finalmente se vierte la torta en una superficie plana, al enfriarse se solidifica y de esta manera queda conformado el turrón de hicaco.

Esta especie calificó como infrautilizada en el estudio realizado por (Begué-Quiala *et al.*, 2019) en la Reserva de Biosfera Cuchillas del Toa. Existen dos formas: una cuyos frutos maduran morados y la otra maduran con un color amarillento-rosáceo y a simple vista son de mayor tamaño, por lo que se diferencian significativamente en cuanto a peso y longitud total (Begué-Quiala *et al.*, 2017). Reportan algunas literaturas que la nuez alcanza el 51% de aceites (Vargas *et al.*, 2000).

Aportadoras del saber:

Yeiliet Contrera Bient
Urbeidys Bient Reyes (Blanqui)

Localidad: Ciudad de Moa, Holguín

Dulce de calabaza rebanada frita

Familia botánica: Cucurbitaceae
Género: Cucurbita
Especie: *Cucurbita moschata* Duch ex Lam.
Nombre común: calabaza

Ingredientes:

Calabaza el componente básico. Aceite vegetal. Azúcar al gusto. Sal y agua. Especies aromáticas pulverizadas.

Procedimiento

Se pela la calabaza se abre en bandas para extraer toda la masa o tejido que envuelve a las semillas. Posteriormente de las bandas se procede a cortar en rebanadas finas de tamaño estándar. Las rebanadas se fríen en aceite vegetal, nunca deben tostarse demasiado, la tendencia es que sean fritas de vueltas y vueltas para evitar el endurecimiento del producto. Después de fritas las rebanadas de calabaza. Se añaden al almíbar. Se inicia la cocción final entre 15-20 minutos. Pasado ese tiempo se deja enfriar al ambiente y queda listo el dulce de calabaza rebanada frita.

Aportadora del saber:

Urbeydis Bient Reyes (Blanqui)

Localidad: Ciudad de Moa, Holguín

Extracto natural de naranja agria.

Familia botánica: Rutaceae

Género: Citrus

Especie: *Citrus aurantium* Linneo

Nombre común: naranja agria

Ingredientes: Naranja agria y otros frutos cítricos sazones y maduros, nunca el fruto nuevo.

Procedimiento:

Recolección de la naranja agria sazona y madura. Se lavan bien los frutos para eliminar cualquier impureza adherida en la corteza, una vez lavados se cortan en dos bandas. Se exprimen de forma manual o en un exprimidor. Se cuela el jugo para eliminar semillas y otros remanentes. Se envasan en recipientes de cristal (botellas o botellones), se tapa la boca con una gaza o tela para evitar que se fermenten. Se ponen estos recipientes de cristal en un sitio tranquilo a sol y sereno por espacio de 7-10 días. Pasado ese tiempo el producto final se reenvasa por lo que ha quedado el extracto concentrado de naranja agria.

Este producto es multiuso, puede usarse para hacer refresco con el sabor natural del cítrico, ya que no usa ningún ingrediente artificial, se puede usar para echarle a ensaladas verdes, darles sabor a algunas carnes, algunos dulces caseros que llevan pizca de jugo de limón. Este procedimiento encierra poderosas ventajas, como es el mejor aprovechamiento de la postrimería de la cosecha, cuando muchos frutos, ya excesivamente maduros pudieran podrirse, garantiza conservar el zumo para el momento que no hay producción de ellos, etc.

Aportadora del saber:

María Yenis Baró Silot

Localidad: La Vuelta, Manuel Tames Guerra, Guantánamo

Batido de guapén o mapén.

Familia botánica: Moraceae

Género: Artocarpus

Especie: *Artocarpus altilis* (Parkinson) Fosberg.

Nombre común: guapén o mapén

Ingredientes:

Masa del guapén bien maduro. Frappé o hielo molido. Agua. Azúcar refino. Leche en proporción. Una pizca de sal por cada vaso de batidora.

Procedimiento:

Se pone a madurar el guapén, se corta el fruto y se extrae toda la parte central del mismo. Se mezclan todos los ingredientes mencionados en el vaso de batir y se bate de 4-6 minutos, de menor a mayor velocidad del equipo. De esta manera queda un exquisito batido cremoso de guapén o mapén.

Aportadora del saber:

La Palenquera

Localidad: Palenque, Yateras, Guantánamo

Vino dulce de jubilla.

Familia botánica: Sapotaceae

Género: Syderoxylon

Especie: *Syderoxylon jubilla* Ekmann

Nombre común: jubilla

Ingredientes para un recipiente de 20 litros:

Diez libras de frutos de jubilla. Ocho libras de azúcar crudo. Una cucharadita de lavadura. Una cucharada de sal. El jugo de tres limones grandes o la mitad de una naranja agria.

Procedimiento:

Se prepara la levadura, se disuelve bien la solución. Se deja reposar la misma en un recipiente abierto por 24-72 horas. Después se vierte en el recipiente de fermentación final, se completa con agua dejando un menisco o espacio en el mismo para acumular los gases y evitar que se desborde. En la tapa perforada se coloca la manguera fina, en el extremo final de esta se pone la vasija con agua para garantizar la respiración anaeróbica. Se deja reposar por 45 días, se remueve el recipiente cada 15 días para garantizar una fermentación homogénea. Finalmente se trasvasa el líquido por medio de la manguera a un recipiente limpio y seco. Se deja clarificar de forma natural por 60 días más. Listo el vino de jubilla.

Este vino queda de un color tinto oscuro muy similar al vino tinto de uva, el fruto de la jubilla es rico en tanino lo que influye en la coloración adquirida, se destaca que esta es una planta silvestre y selvática, árbol forestal de 12-20 metros de la altura de madera dura y preciosa.

Aportadores del saber: Matrimonio.

Yanelis Londres Aranda

Jorge L. Delgado Labañino

Localidad: La Melba de Moa, Holguín

Vino dulce del fruto de la palma manaca

Familia botánica: Arecaceae

Género: Calyptronoma

Especie: *Calyptronoma plumeriana* (Martius) Lourteig

Nombre común: palma manaca

Ingredientes para un recipiente de 20 litros:

Vente libras de frutos frescos (estos no tienen mucho rendimiento después del despulpe). Diez libras de azúcar crudo. Una cucharadita de lavadura. Una cucharada rasa de sal.

Procedimiento:

Se prepara la levadura, se disuelve bien la solución. Se deja reposar la misma en un recipiente abierto por 24-72 horas. Después se vierte en el recipiente de fermentación final, se completa con agua dejando un menisco o espacio en el mismo para acumular los gases y evitar que se desborde. En la tapa perforada se coloca la manguera fina, en el extremo final de esta se pone la vasija con agua para garantizar la respiración anaeróbica. Se deja reposar por 45 días, se remueve el recipiente cada 15 días para garantizar una fermentación homogénea. Finalmente se trasvasa el líquido por medio de la manguera a un recipiente limpio y seco. Se deja clarificar de forma natural por 60 días más. Listo el vino de manaca.

Aportadores del saber: Matrimonio.

Yanelis Londres Aranda

Jorge L. Delgado Labañino

Localidad: La Melba de Moa, Holguín

Conclusiones

La compilación, difusión y publicación de estos saberes tradicionales sobre el arte culinario, aprovechando las producciones agrícolas locales, garantiza el extensionismo y la replicación a un universo más amplio de personas y localidades. De esta manera se incrementará la cultura nutricional y la calidad de vida de la población, facilitando a la vez, nuevas oportunidades para que las mujeres exhiban su experticia en la confección de alimentos sanos, ecológicos, a costos económicos asequibles y con marcada contribución a la soberanía alimentaria local.

Referencias bibliográficas

ACNUR (Agencia de las Naciones Unidas para los Refugiados). (2014). Global Strategy for Livelihoods- UNHCR Strategy 2014-2018. Geneva: Division of Programme Support and Management-United Nations High Commissioner for Refugees.

Begué-Quiala, G., T. Shagarodsky Scull, Y. Sánchez Rodríguez, J. L. Delgado Labañino, O. Caraballo Elías, G. Rodríguez Cobas y H. M. Pérez Trejo. (2019). Especies infrutilizadas de la agrobiodiversidad en la Reserva de Biosfera "Cuchillas del Toa", Gtmo-Holguín. Revista Agrotecnia de Cuba. ISSN: 2414-4676. 2019, 43(1): 11-23.

- Begué-Quiala, G., J. L. Delgado-Labañino, Y. Sánchez-Rodríguez, L. Peña-Hernández, y Y. Joubert-Martínez. **(2017)**. El hicaco (*Chrysobalanus icaco* L.) frutal infrautilizado: su rol en la protección de suelos y otras potencialidades. Revista. Hombre, Ciencia y Tecnología. ISSN: 1028-0871. Julio-septiembre, 21(3): 67-75.
- Canal, R. (1969). Diccionario Enciclopédico Salvat Universal (VII Ciencia). Salvat Editores, S.A. Barcelona, España. 29 pp.
- FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura). **(2017)**. El estado mundial de la agricultura y la alimentación. Aprovechar los sistemas alimentarios para lograr una transformación rural inclusiva. ISBN: 97892-5-309873-6. Roma, 176 pp.
- Myers, N. **(1988)**. Tropical forest and species going missing, en Wilson, E. O. (Ed.) Biodiversity National Academic Press, 521 pp.
- Piña Cordero, A., Y. Rodríguez Díaz, Z. Fundora Mayor., L. Fernández Granda, Y. Sánchez Rodríguez, D. Arzola Delgado, Y. de la Caridad González y T. Tellería. **(2016)**. Recetas tradicionales de Sierra del Rosario. Editorial INIFAT, 36 pp.
- Rodríguez Nodals, A. y P. Sánchez Pérez **(2004)**. Especies de frutales cultivados en Cuba en la agricultura urbana y suburbana. La Habana. ISBN: 959-246-056-6, 96 pp.
- Oviedo-Prieto, R., P. Herrera Oliver, M. G. Caluff, L. Regalado Gabancho, I. Ventosa Rodríguez, J. M. Plasencia Fraga y I. Baró Oviedo *et al.*, **(2011)**. Lista nacional de especies de plantas invasoras y potencialmente invasoras en la república de Cuba. Bissea 6 (NE 1)-Febrero 2012. ISSN 1998-4189, 132 pp.
- UNFPA. **(2009)**. State of the world population. Facing a changing world: women, population and climate. New York: Estados Unidos de América. http://www.unfpa.org/webdav/site/global/shared/documents/publications/2009/state_of_world_population_2009.pdf.
- Vargas-S. G., H. Soto, G. Rodríguez, M.T. Escalante. **(2000)**. Análisis fitoquímico preliminar del fruto de hicaco (*Chrysobalanus icaco* L.): flavonoles y flavonas. Revista Chapingo, serie horticultura. 6(2).