

# Chocolate: mitos y realidades

**Gilda Flores Rosales**

## Mitología

Según la mitología tolteca, de entre todas las plantas que existían en el paraíso, la preferida era el árbol del cacao o *cacahuaquahitl*. Esta planta era guardada celosamente por los dioses porque de ella obtenían una bebida que sólo estaba destinada para su propio deleite. Quetzalcóatl, que amaba a los toltecas, la sustrajo y la regaló al pueblo de Tollán, al mismo tiempo que pidió a Tláloc que lo regara con lluvia y a Xochiquetzal que la adornara con flores. El arbolillo dio sus frutos y Quetzalcóatl recogió las vainas, hizo tostar el fruto y enseñó a las mujeres a molerlo y batirlo con agua en las jícaras para obtener el chocolate, que en un principio sólo tomaban los sacerdotes y los nobles.

Cuando los dioses descubrieron que los toltecas tomaban la bebida destinada únicamente para ellos, juraron venganza. Así fue como el dios Tezcatlipoca, enemigo de Quetzalcóatl, hizo que con engaños éste último bebiera un licor llamado *Tlachiuhтли* (pulque) y lo embriagó. Al día siguiente, cuando Quetzalcóatl se dio cuenta de que los dioses lo habían deshonrado, y que las frondosas plantas del cacao se habían convertido en mezquites, que son secas y espinosas, decidió emigrar de Tollán. Marchó hacia el mar, a las playas de Tabasco, y ahí arrojó por última vez las semillas de cacao que quedaron como la postrer dádiva del dios luminoso.

---

La Dra. Gilda Flores Rosales es investigadora de la Facultad de Estudios Superiores de Cuautitlán de la UNAM. Dirección electrónica: [gildar@servidor.unam.mx](mailto:gildar@servidor.unam.mx)

## Cacao y chocolate

La palabra chocolate se pierde en las acepciones orales de las etnias maya, azteca y tolteca: Augusto Malaret, en su *Diccionario de los americanismos*<sup>1</sup>, indica que proviene del mexicano *chocoatl*. Se dice también que viene del maya *chokoatl* o del náhuatl *xocoatl*. Las definiciones revelan un desconocimiento completo del idioma, ya que es más lógico pensar en *xocoatl* y pronunciar *chocoatl*. En la actualidad las palabras cacao y chocolate son universalmente conocidas<sup>2,3</sup>.

Los mayas fueron los verdaderos artífices del chocolate, así como de las cinco bebidas que se elaboran con cacao descritas por Chiracán Xmucame: *Xocolatl* (o vino del cacao, como bebida embriagadora); *Chorote* (cacao, harina de maíz y piloncillo); *Chilatl* (cacao, maíz y agua de lluvia); *Atextili* (cacao con agua y flores); y finalmente *Cacahoatl* (cacao mezclado con maíz)<sup>4</sup>.

En Tenochtitlan, los aztecas no ocultaron información alguna a los investigadores y cronistas españoles y les dijeron para qué era útil el chocolate: los *pipiltin*, que desempeñaban un cargo público, lo ingerían para dar vigor a su corazón; los *macehualtin*, para lavarse la boca y aliviar los “callos de la lengua”; preparado con maíz, para curar la enfermedad de orina; con la flor de *tlilxóchitl* (vainilla), era ideal para la gente que ya no podía comer; como ofrenda a los volcanes Popocatepetl e Iztaccíhuatl, se ofrecía durante las ceremonias realizadas para celebrar la bajada de las aguas en la época de deshielo; también se utilizaba en todos los sacrificios y ritos funerarios<sup>5</sup>; y para tener acceso a las mujeres, como afrodisíaco.

Por su parte, los mayas lo utilizaban en la gran fiesta del cacao dedicada a Chac, dios de la lluvia, celebrada en los cacaoteros (después de los sacrificios tomaban *xocolatl*, o vino del cacao, una bebida embriagadora de la que se permitía ingerir tres jícaras); en las ceremonias de la pubertad o iniciación; con *tlilxóchitl*, para curar la evacuación con sangre (disentería) y, por último, una variedad llamada *balamté* que se usaba como estimulante y estupefaciente<sup>2</sup>.

Los aztecas llamaban al árbol del cacao *quahuítl*. El padre José de Acosta describe que “El árbol es mediano y bien hecho, y tiene hermosa copa; es tan delicado, que para guardarle del sol y que no lo queme lo ponen junto

a otro árbol grande que sólo sirve para hacerle sombra, y a éste le llaman *cacahuanantli* o madre del cacao”. Linneo debió conocer la leyenda del origen divino del cacao, ya que le dio el nombre de *Theobroma cacao*: alimento de los dioses. En el cultivo ritual del cacao había una idea global de la fertilidad, la purificación, la vida y el amor; por eso el cacao simbolizaba el corazón y el líquido extraído la sangre<sup>2</sup>.

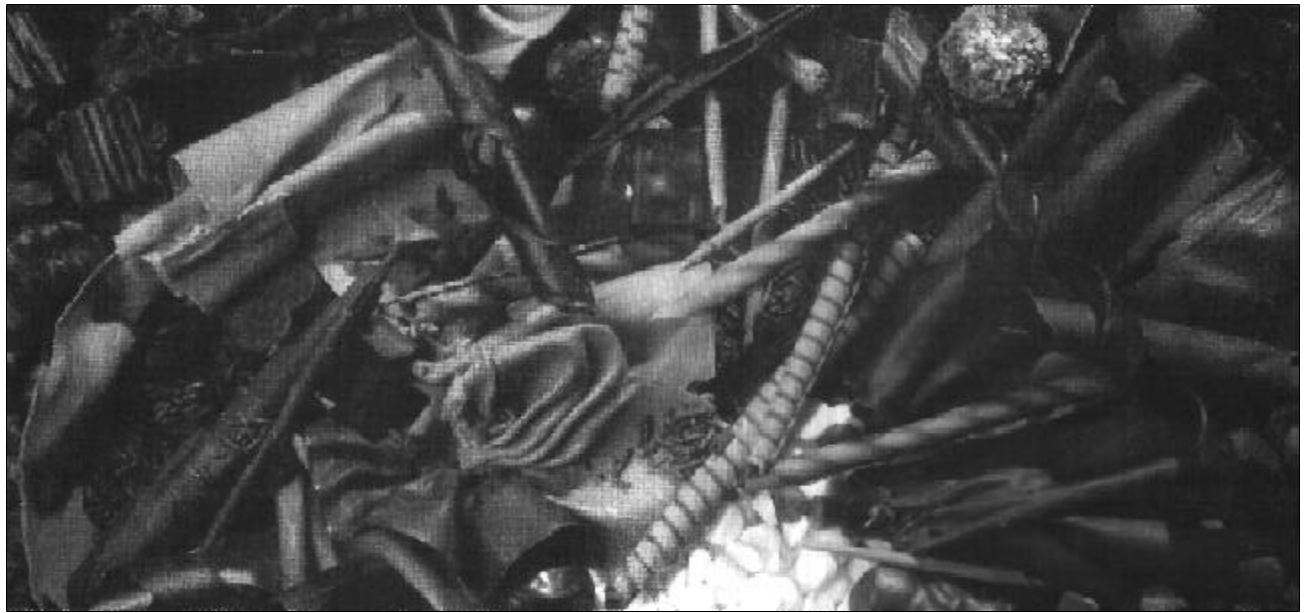
Según Francisco Hernández (botánico y médico personal de Felipe II de España), en el siglo XVI se conocían cuatro clases de cacao, mismas que enumeró por orden y tamaño: *Quauhcacahuatl*, *Mecacahuatl*, *Xochicacahuatl* y *Tlacacahuatl*. Todas las especies se utilizaban para preparar bebidas, la última era el cacao humilde que consumía el pueblo; incluso las tres primeras especies eran utilizadas esencialmente como moneda, lo que constituyó la primer divisa de América<sup>5</sup>.

## Un remedio para todo

Juan de la Mata en 1748 decía que “reconforta el estómago y el pecho, mantiene y restablece el calor natural, destruye los humores malignos y sustenta y fortifica la voz”. Antonio Levadan en 1796 publicó: “la manteca del cacao tiene relevantes propiedades benefactoras para la reuma de pecho, venenos corrosivos, etcétera. Su buen olor y fácil absorción la hacen apta para masajes, en las grietas de los pezones y en el tratamiento de hemorroides”. Suplice Debaube en 1800 vendía un tónico basado en chocolate y sales de hierro, que recomendaban a mujeres embarazadas y a enfermos con problemas circulatorios. Incluso hacía unos “bombones para dama”, que eran infalibles en la curación de migraña, gastritis, males de la garganta e indisposiciones causadas por temperamentos sanguíneos.

## Droga y afrodisíaco

Se sabe por Bernal Díaz del Castillo que Montecuhzoma Ilhuicamina tomaba una bebida de cacao antes de ir con sus numerosas concubinas. En 1624 se consideró el chocolate como un violento inflamador de pasiones. Madame du Barry se lo servía a sus amantes antes de hacer el amor y Casanova declaró que era más vigorizante que el Champagne.



Durante el periodo virreinal la adicción al chocolate fue causa de muchos conflictos, alborotos e incluso hasta muertes. Ante tanto abuso la iglesia determinó tomar cartas en el asunto y se establecieron reglas precisas para su consumo. Entre éstas se decía que quebrantaba el ayuno y por tanto se prohibió en conventos. Las órdenes más severas prohibieron el consumo a sus miembros, no sólo en ayuno sino como voto; incluso se podía castigar a los infractores con tres días de ayuno a pan y agua. En Chiapas se amenazó con la excomunión a quien lo tomara en la iglesia, puesto que era costumbre hacerlo en misa. El padre jesuita Antonio Escobar dijo alguna vez: *Liquidum non frangit jejunium*, “el chocolate no rompe el ayuno”, cita que repitió después el Papa Paulo VI.

En el siglo XVIII era tan grande la afición al chocolate, que se llegó a venerar una imagen conocida como el Señor del Cacao, ubicada actualmente en la Catedral de México. En 1673 el marqués de Mancera, virrey de la Nueva España, diseñó una taza y un plato (mancerinas) fabricados con diferentes materiales de acuerdo con el acontecimiento social en que se usara: talavera, porcelana, mayólica o plata, con lo que se otorgó carta de legitimidad dentro de la etiqueta novohispana al sopeo del pan en el espumante chocolate.

A pesar de todo, en el mundo se extendió la costumbre del chocolate y se variaron las formas de tomarlo; pero la que más se extendió fue la de la tablilla, generada en

Alemania. Entre algunos adictos al chocolate podemos mencionar a Calderón de la Barca, Francisco de Quevedo, Carlos Linneo, Rubén Darío, Napoleón Bonaparte, el Papa Paulo VI, Agatha Christie, Neil Armstrong y Katharine Hepburn, entre muchos otros.

## Mitos y remedios

En el siglo XVIII circulaba en la ciudad de México un folleto científico que gozaba de bastante prestigio y era leído por una gran población. En uno de sus números se publicó:

*Mercurio volante con noticias importantes y curiosas sobre varios asuntos de física y medicina*

Por D. José Ignacio Bartolache, doctor médico,  
del claustro de esta Real Universidad de México.

No. 6 Miércoles 25 de noviembre de 1777

Aviso acerca del mal histérico, que llaman latido

Siente la mujer en su estómago una molestísima debilidad o sensación de hambre y desfallecimiento, insuperable por medio de alimento, frío en las extremidades del cuerpo, zumbido de oídos, aturrida la cabeza, anudada la garganta, ningún vigor ni

aptitud para las acciones, propensión al sueño, perturbación de ideas, aprensiones de gravísimas enfermedades y de muerte. En el progreso y gravedad se observan temores, dificultad de respirar, ansias, suspiros, lloros, dolor de cabeza agudo, que llaman clavo, contorsiones de miembros, saltos, gestos que parecen obra de encantamiento. Este mal debe atribuirse a tres causas principales: abuso del dulce y chocolate; vestido ajustado y la perversa costumbre de recogerse a dormir temprano y levantarse tarde.

Desde hace mucho tiempo se sabe que el cacao tiene una gran cantidad de grasa, la cual al separarse toma el nombre de manteca de cacao cuya virtud principal es la de no arranciarse, por lo que se conserva por largo tiempo y no requiere de la adición de conservadores ni de condiciones especiales para su preservación. Desde mediados del siglo XX ha llamado mucha la atención el chocolate desde un punto de vista químico y se empezaron a separar y purificar sus componentes: proteínas (37%), grasas (54%), carbohidratos (30%), vitaminas, minerales (hierro, magnesio), teobromina, feniletilamina, dimetilxantina, anandamida, quinoleinas, entre otros. El chocolate (al proporcionar hierro y magnesio) ayuda en el tratamiento de las anemias, de ciertos trastornos del ritmo cardíaco, de calambres musculares y de fragilidad capilar. Por su parte, los ácidos grasos ejercen un papel estimulante en la producción de endorfinas, que regulan la respuesta del placer, del estado de ánimo y de ciertos procesos de la actividad mental. A su vez los ácidos grasos insaturados promueven la síntesis de estrógenos, las hormonas femeninas, mientras que los carbohidratos activan la producción de serotonina, un neurotransmisor que actúa sobre los estados de ánimo y hace que uno se sienta mejor. La teobromina, estimulante parecido a la cafeína, además de diurético presenta la característica de disminuir el abatimiento y mantener la sensación de placer.

La anandamida es un importante neurotransmisor y neuromodulador que nos produce sensación de placer, y una vez utilizada por el cerebro se degrada o neutraliza; a diferencia de la que tienen el hachís y la marihuana, la del chocolate no se degrada debido a la presencia de otras sustancias. En este sentido, más que adicción lo que produce es un ansia irrefrenable. La feniletilamina, producida durante la fermentación del cacao, es una sustancia sintetizada por el cerebro durante un estado amoroso que orquesta la secreción de dopamina y norepinefrina, dos anfetaminas que producen un primer momento de euforia conocido como arrebatos sentimentales, mientras que la pérdida de dicho estado genera



desasosiego. La dimetilxantina, alcaloide de las semillas maduras y desecadas del cacao, es diurética, un relajante muscular y un estimulante, que se produce en el cerebro de una forma natural y se activa cuando una persona está enamorada.

## Realidades del chocolate

Debido al extenso consumo femenino del chocolate, resultado de la tradición de que el mejor regalo para una mujer son los chocolates, y sobre todo de las expresiones femeninas que hablan de mejorar su estado de ánimo al consumir chocolate, a partir de 1980 se han analizado cuáles pueden ser las aportaciones del chocolate a este estado de mejoría de ciertas sensaciones femeninas como síndrome premenstrual, menopausia, histeria, desamor, culpabilidad y soledad. Estas manifestaciones coinciden con retención de agua, cansancio, alteraciones del sueño y la alimentación, dolor muscular, dolor de cabeza, frío, ansiedad y depresión. El chocolate disminuye y a veces elimina algunas o todas estas manifestaciones<sup>7,8</sup>.

## El espumoso chocolate

El café, y en especial el café con leche, desplazaron al chocolate como una bebida cotidiana y ha pasado a ser

consumido básicamente como postre o golosina. El chocolate, considerado tan valioso que su semilla se utilizó como moneda, pero más apreciado como un alimento, fascinó desde un principio a quienes lo conocieron, conquistó con facilidad a toda Europa, suscitó disputas, iluminó a pintores, inspiró a literatos y fue considerado por Brillant Savarin como indispensable: nos deleita en el desayuno, nos llena de energía en la comida y nos encanta después de la cena. Tomado como afrodisíaco, dado como ofrenda para los dioses, regalado por los enamorados, sustituto del amor, es, además, una medicina para el cuerpo y una sustancia para el alma.



## Notas

1. A. Malaret, *Diccionario de los americanismos* (Porrúa, 1990).
2. A. Azcue y L. Mancera, *El chocolate* (Ed. del autor, 1958).
3. J. Bernachon, *La passion du chocolat* (Flammarion, París, 1995).
4. F. Cervantes de Salazar, *Crónicas de la Nueva España* (Porrúa Hnos, 1985).
5. B. Díaz del Castillo, *Historia verdadera de la conquista de la Nueva España* (Porrúa Hnos., 1950).
6. J.I. Bartolache, *El Mercurio Volante 1772-1773* (UNAM, 1983).
7. T. Yaksh, *Chemical Abstract*, **32**, 167 (1987).
8. S. Childer, *Life Sci.* **48**, 1991 (1991).

