



CENTRO DE DINAMIZACIÓN TURÍSTICA  
**RECURSOS MICOLÓGICOS**

# **HISTORIA DE LAS SETAS Y FALSOS MITOS**



## LAS SETAS EN LA HISTORIA UN PASEO DE MÁS DE 7.000 AÑOS

Es difícil saber cómo se produjo la primera interacción entre el hombre y esa especie de “fruto” de los hongos al que llamamos seta. Probablemente atraído por sus formas o sus colores, el ser humano iniciara una aproximación con el objetivo de incorporar las setas a su pobre dieta del momento, lo que en algún caso acabaría en tragedia y en otros en una alteración mental alucinatoria que le resultaría de difícil interpretación y que asociaría con fenómenos sobrenaturales relacionados con la deidad y la religión.

Las primeras representaciones gráficas de setas de las que se tiene noticia se encuentran en el Tassili, en el Sahara, con una antigüedad de unos 8.000 años. A nuestra comarca le corresponde el honor de albergar las primeras imágenes europeas, que datan de hace unos 6.000 años y que pueden verse en el mural de Selva Pascuala (Villar del Humo, Cuenca).

Los griegos y los romanos fueron buenos conocedores tanto de las propiedades culinarias de las setas como de su toxicidad, y más de una vez fueron usadas para despejar el camino hacia el trono de alguno de los emperadores, como ocurrió en el caso de Claudio.

A lo largo de la Edad Media y la Edad Moderna aparecen las setas de manera esporádica y siempre asociadas a intoxicaciones de personajes famosos (como el Papa Clemente VII en 1534), pero el siguiente hito en su historia viene de la mano de Hernán Cortés, cuando conquista el imperio azteca el primer cuarto del siglo XVI y constata la utilización ceremonial de lo que los indígenas llamaban teonanacatl, la carne de los dioses, hongos alucinógenos del género *Psilocybe*, que aún hoy son consumidos en algunos sectores por sus propiedades psicoactivas.

Desde entonces y hasta nuestros días su importancia económica, culinaria, medicinal y cultural no ha dejado de crecer, y es fácil constatar su presencia en lugares tan dispares como la carta de los mejores restaurantes, la crónica de sucesos o las revistas científicas, donde la investigación de sustancias medicinales procedentes de los hongos ocupa anualmente una buena parte de ellas.



Grabado en roca, Tassili (Sáhara)



Mural de la Selva Pascuala (Villar del Humo, Cuenca)



Ritos chamánicos en Siberia con *Amanita Muscaria*



Emperador Claudio, envenenado con *Amanita Phalloides*



Epidemias de Gangrena Seca en la edad media



## MITOS, FALSAS CREENCIAS Y TÓPICOS EN EL MUNDO DE LAS SETAS

El hondo arraigo que los hongos tienen en la cultura popular ha quedado reflejado por una amplia representación en el refranero pero también en un conjunto de mitos, creencias erróneas y tópicos que vienen siendo transmitidos de generación en generación por transmisión oral.

La mayor parte de estos mitos tienen que ver con la distinción entre las setas comestibles y las venenosas y su fundamento técnico o científico es bastante más que dudoso.

El más conocido de ellos es el de cocer las setas con una cucharilla de plata, que ennegrece si se trata de una especie tóxica. El fundamento de esta falsa creencia radica en la suposición de que las sustancias venenosas presentes contengan en su molécula azufre, que se liberaría en la cocción para oscurecer la plata por formación del sulfuro correspondiente. La investigación ha revelado, sin embargo, que las amanitinas, altamente tóxicas, no son azufradas, por lo que no ennegrecerían la cucharilla. Esta evidencia basta por sí sola para dar al traste con el mito de la "cucharilla de plata", que ha ocasionado no pocas intoxicaciones.

Una extensión del mito precedente, utilizando un ajo en lugar de una cucharilla de plata, carece todavía de mayor fundamento.

Otro de los mitos comunes afirma que sólo son venenosas las setas de colores vivos, lo que se refuta rápidamente si se piensa en el anodino color de la *Amanita phalloides*, la *A. verna* o la *Lepiota brunneoincarnata* (blancuzco), especies generalmente mortales. Por el contrario, una excelente comestible como la oronja de los césares (*Amanita caesarea*) tiene el sombrerillo anaranjado y las láminas de un fuerte color amarillo.

La capacidad neutralizante de la condimentación protagoniza algún otro mito. Se ha afirmado que si las setas se cuecen y se elimina el agua de cocción pierden su posible carácter tóxico, lo que da por sentado que las toxinas han de ser solubles en agua y que además se destruyen con el calor, lo que falla estrepitosamente en el caso de las varias veces mencionadas amanitinas de las setas hepatotóxicas. Una secuela de esta falacia es la que afirma que la maceración con sal y vinagre transforma las especies tóxicas en comestibles, lo que carece todavía de mayor fundamento que lo anterior, y debe ser igualmente rechazado por empírico y carente de veracidad.

Por último, en algunos lugares se afirma que una prueba irrefutable acerca de la toxicidad de una seta es su cambio de color al cortarla, suponemos que basándose en el fenómeno que tiene lugar en algunos *Boletus* (el *Boletus satanas*, por ejemplo, azulea al corte). Sin embargo, la capacidad diagnóstica de este método se viene abajo con dos ejemplos más: la carne de apreciado *Boletus spaciosus* también vira a azul tras el corte mientras que la temible *Amanita phalloides* permanece inalterada.

En resumen, la única certeza acerca de la toxicidad o no de una seta vendrá dada por su correcta e inequívoca identificación. Recuérdese que, volviendo al refranero, "todas las setas son comestibles, pero algunas sólo una vez".





CENTRO DE DINAMIZACIÓN TURÍSTICA  
**RECURSOS MICOLÓGICOS**

**GRACIAS POR TU ATENCIÓN**

