

Sociedad

La peligrosa pasión por las setas

» Los bosques se llenan de aficionados a la recolección de hongos, un manjar que cada año deja de 300 a 400 intoxicaciones, algunas mortales



En España hay casi una veintena de especies tóxicas, como la Amanita muscaria - ICAL

ALEJANDRO CARRA / - AlejandroCarraB Madrid
19/11/2016 23:04h - Actualizado: 20/11/2016 17:12h.

Guardado en: [Sociedad](#)

Plinio el Viejo decía que los champiñones son el único alimento que la gente refinada «prepara con sus propias manos, usando cuchillos de ámbar y vasijas de plata». Claro que también recordaba que Agripina usó un hongo para envenenar a su esposo, el emperador Tiberio Claudio, al que mandó junto a sus apreciados antepasados con una letal ración de Amanita phalloides.

Tan exquisitas como peligrosas, en 1945, el doctor Calvo Melendo, del Hospital provincial de Soria, publicaba un artículo en «Revista Clínica Española» que a día de hoy debe tenerse igual de presente. «Durante los otoños de 1941-1942 tuvimos ocasión de asistir a dos familias intoxicadas por la ingestión de setas venenosas, con síndrome faloide. Es un problema urgente y un cuadro impresionante. **No es raro ver desaparecer familias enteras en el curso de muy pocos días**». Es la cara y la cruz de una afición milenaria que cada año gana más adeptos y cuya esencia apenas ha cambiado con el paso de los siglos: Naturaleza y gastronomía a partes iguales, con una componente de riesgo que jamás se debe olvidar. Porque **en nuestro país cada año se registran una media de entre 300 y 400 intoxicaciones de este tipo**, de las cuales entre **tres y cuatro acaban siendo mortales**.

“

Solo en Cataluña hay más de un millón de "boletaires"

Solo en Cataluña, una de las comunidades con más afición a las setas en España, «hay **más de un millón de "boletaires"**», asegura a ABC, **Juan Martínez de Aragón**, investigador del Centro Tecnológico Forestal de esta comunidad. «El incremento de la afición en los últimos años ha sido brutal. En la comarca prepirenaica de Solsonés, en el año 2003 teníamos contabilizada una afluencia de unas 10.000 personas en 100.000 hectáreas. Ahora van 60.000». Y no es la única región que sufre este boom. De hecho, en prácticamente todo el territorio nacional cuando llega la temporada de setas -fundamentalmente el otoño, pero también el invierno y la primavera- raro es ver un bosque, pradera o pastizal por la que no caminen despacio varias personas armadas de cesta y navaja, mirando al suelo y agachándose de tanto en cuanto.

Auge exponencial

«El número de aficionados a la recogida recreativa de setas ha experimentado un auge exponencial en los últimos años. Cada temporada, miles de personas se desplazan desde las ciudades al medio rural para practicar el micoturismo. **Castilla y León**, por ejemplo, recibe cada año **más de 250.000 micoturistas que generan 65 millones de euros**», explica el director de Investigación del Centro de Investigación y Tecnología Agroalimentaria de Aragón, **Fernando Martínez Peña**.

Esta creciente afición a salir al campo a recoger setas supone una **f fuente adicional de ingresos para los habitantes de las zonas rurales** en las que no abundan las oportunidades de negocio. El perfil del micoturista responde, explica Martínez Peña, «a una familia joven, en torno a los 40 años, con dos hijos pequeños, de unos 8 años, cuya razón principal para esta práctica es la recolección recreativa y la gastronomía micológica. Son **turistas de una capacidad económica y nivel educativo medio-alto** que buscan estar en contacto con la Naturaleza y tienen un componente hedonista». Y por eso Martínez Peña subraya la importancia de ordenar bien esta actividad.

“

Este año ha sido en general muy malo en España y en toda Europa

«Cada vez son más los territorios que organizan jornadas, ferias, eventos gastronómicos o incluso **mercados basados en los recursos micológicos**.

En algunas provincias como Soria, se ha alcanzado un alto grado de desarrollo, con eventos de alto nivel como el Congreso Internacional de Gastronomía Micológica, las semanas de la tapa micológica y de la trufa o los mercados de setas (mercasetas y mercatruflas)», recuerda este investigador.

Pero **este año, en general, ha sido muy malo en todo el país**. «e incluso en Europa», lamenta Martínez de Aragón. «La segunda fructificación que debería haberse producido con las tormentas de finales de verano no se ha producido por la ausencia de las lluvias». Por eso, constata este investigador, **los precios de las setas están disparados**. Aquí, y en el resto del continente. «Ya no es una cultura del Mediterráneo. En España, la estrella es el niscalo, pero en Europa Central son los boletus y en Finlandia y Suecia el rebozuelo y las colmenillas», asegura Martínez de Aragón.

Presión y cambio climático

Setas hay en todos los países y en todas las zonas; solo hace falta que se produzcan **las condiciones de humedad y temperatura** idóneas para que los bosques, praderas y pastizales se cuajen de setas. Y **España es una de las grandes potencias exportadoras de este producto forestal** que en los años 60 comenzamos a llevar a Francia y Suiza, y en los años 70 a los restaurantes italianos de Estados Unidos que se disputaban nuestros exquisitos Boletus edulis. Al menos así era hasta ahora.

«**Dos de los grandes retos a los que nos enfrentamos** son la regulación ordenada de la recolección y comercialización de las setas y la adaptación de nuestros sistemas productivos a los escenarios previstos de cambio climático, que en la zona mediterránea no son nada favorables, con campañas cada vez más cortas y heterogéneas», advierte Martínez Peña.

“

Con el calentamiento global la temporada se ha retrasado y acortado

En cuanto a **la incertidumbre del calentamiento global**, «a nivel de producción de setas, en general, aún no se está notando un cambio significativo.

Pero se está viendo que se ha retrasado la temporada. Si antes en el Pirineo empezaba entre agosto y septiembre, ahora es entre septiembre y octubre. Eso puede significar que en aquellas zonas

en las que llegan antes las heladas puede haber disminución de setas porque la temporada se acorta», señala Martínez Aragón.

El régimen de precipitaciones es fundamental para las setas. Pero no se sabe cómo va a cambiar. «Si la disminución de las lluvias es de septiembre a noviembre, podemos adelantar que habrá disminución. Si el descenso se produce en primavera, no les afectará tanto. Pero si, por ejemplo, lloviese mucho en primavera, sería muy bueno para setas como el marzuelo, que suele salir después de las nieves, y también para las colmenillas o los perrechicos (seta de san Jorge). Otras como niscalos y boletus comenzarían con fuerza la primera fructificación pero se verían frenados en seco con la llegada del calor de agosto. Cada seta es un mundo», reconoce Martínez Aragón.

Bandas de rumanos

La **creciente presión sobre los bosques** es otro de los peligros para este frágil ecosistema. «El pisoteo constante de un mismo sitio hace que las propiedades del suelo cambien y haya, por ejemplo, menos oxígeno, lo que provoca cambios en las especies», indica Martínez Aragón.

Pero los aficionados no son lo peor. En 2013 y 2015 la Guardia Civil se vio obligada a activar la **operación Espora** en Castilla y León para frenar la llegada de bandas de rumanos que literalmente trillaban los bosques y se llevaban miles de kilos. Y sin hongos, los bosques no pueden sobrevivir.

Fantásticas... con prudencia

1. Ante la duda, mejor no cogérlas

Solo consuma las setas que, tras examinarlas cuidadosamente,

compruebe sin ninguna duda que son comestibles. En España hay casi una veintena de especies mortales, entre las que las más peligrosas son las Amanitas, de láminas blancas, con anillo, volva y sombrero blancuzco-verdoso. Las asociaciones micológicas suelen dedicar un día a la semana a examinar las que les llevan los aficionados. Guarde siempre algún ejemplar de las que consume, servirá de ayuda en caso de intoxicación.

2. Recolectar no es destrozar

Corte las setas con un cuchillo para no destrozar la parte subterránea que dará lugar a nuevas setas y no destruya las que no conozca. El bosque no puede vivir sin ellas. No solo degradan la materia orgánica (champiñones y setas de chopo) o eliminan los ejemplares débiles, dejando más luz al resto, sino que los hongos micorrícicos (boletus y niscalos) permiten a los pinos absorber mejor el fósforo.

3. Saber cocinarlas es vital

Aprenda a consumirlas. Las Coprinus atramentarius provocan una reacción muy desagradable si se ha consumido alcohol. La Gyromitra escluenta o falsa colmenilla es muy tóxica en crudo y hay que hervirla tres veces, y con la cocina muy ventilada. La Tricholoma equestre (seta de los caballeros) es comestible y muy apreciada, pero en grandes cantidades provoca rabdomiolisis, la destrucción de la musculatura estriada -como la del corazón- y la muerte.

4. Auténtica «carne» vegetal sin grasa

Los hongos son «carne vegetal» sin apenas grasa. Además, contienen vitaminas del grupo B, ácido fólico, potasio, hierro y fósforo. E incluso algunas, como la Ganoderma lucidum (pipa), son potentes antitumorales. También una seta muy habitual en la cocina asiática, el Shiitake (Lentinula edodes), refuerza el sistema inmunitario. La otra cara de la moneda está en que pueden acumular metales pesados.
