



## HOJA INFORMATIVA DE LA PLANTA

### LUPINO

*Lupinus* es un [género](#) de plantas [leguminosas](#) con alrededor de 200 especies originarias del [Mediterráneo](#) (subgénero *Lupinus*) y de [América](#) (subgénero *Platycarpus* ([Watson](#)) [Kurl.](#))<sup>1</sup>

Las plantas de este género reciben el nombre de **lupino**, **chocho**, **lupín**, **altramuz**, o **tremosos** (del portugués tremoços). Tienen usos en alimentación humana y animal y también como [plantas ornamentales](#).

### Descripción[[editar](#)]

Son plantas de tallo erecto, que habitualmente miden entre 0,5 y 2 [m](#) de altura. Sus [hojas](#) están formadas por un número impar de [foliolos](#) y su aspecto es semejante al de un [paraguas cerrado](#). En las especies silvestres y las cultivadas con propósitos ornamentales, las [flores](#) se reúnen en largas y vistosas [inflorescencias](#), sin embargo, las especies cultivadas para la alimentación suelen tener inflorescencias más pequeñas y poco notorias. Los colores de los [pétalos](#) varían desde el blanco al azul intenso, con predominio de tonos azulados y rosados. Su [fruto](#) es una [legumbre](#) que contiene semillas con forma de esfera achatada.

### Nutrientes[[editar](#)]

La mayoría de las especies de lupinos posee semillas con un buen contenido de proteínas (35-40%), una buena proporción de fibras (25,5 %), una adecuada cantidad de [azúcares](#) (13,5 %) y minerales — principalmente [cobalto](#), [fósforo](#) y [potasio](#) (5,5 %). Sin embargo contienen alcaloides tóxicos.

## Uso en la alimentación[[editar](#)]



Lupinos, llamados coloquialmente *chochos* en España.

Asimismo muchas de las especies de lupinos producen semillas que sirven de alimento a los ganados e incluso —como en el caso de los altramuces [L. albus](#) o en el de [L. mutabilis](#)— alimento para el ser humano. Pero en este caso es menester un previo tratamiento y siempre su consumo debe ser moderado ya que poseen [alcaloides](#) y otras sustancias que pueden afectar la salud humana.

Ya en la antigüedad era muy frecuente el consumo de lupinos, que viene dándose desde una época que supera los 4000 años, siendo alimento usual entre los antiguos egipcios y los mayas. No se debe confundir el lupino con las almortas ([Lathyrus sativus](#)) también llamadas chícharo, guiija, pito o tito que es otro tipo de haba con la que se hacen gachas y que también tiene toxicidad en dosis altas.

En la actualidad los lupinos se pueden consumir en forma de grano [salmuerado](#) (tal como ocurre en el [Magreb](#), la [Occitania](#), [Portugal](#), [Ecuador](#), [España](#), [Italia](#), [Argentina](#) y [Venezuela](#)), o bajo la forma de una [sémola](#) preparada en galletas.<sup>2</sup>

En el 2004, [Australia](#) fue el mayor productor mundial de semillas de lupinos, alcanzando a producir 1 millón de t, lo que significó el 87 % del total mundial.

Las variedades destinadas a la alimentación animal son dulces, es decir, contienen menos de 0,02 % de alcaloides, mientras que el resto son amargas, o sea, superan ese porcentaje de alcaloides. El [amargor](#) es una característica dominante y por eso la semilla que se obtiene sucesivamente de variedades dulces que se fecundan sin intervención humana pierden el [dulzor](#) y dejan de ser adecuadas para los animales.

## Ecología[[editar](#)]

Se extienden prácticamente por toda la región templada y subtropical de la Tierra, prosperando de modo silvestre en suelos arenosos. Una gran utilidad de la mayoría de las especies de lupinos es su característica de fijar el [nitrógeno](#) en los suelos, razón por la cual son excelentes [fertilizantes](#) naturales. Se conocen aproximadamente 300 especies naturales de *Lupinus*.

## Lista seleccionada de especies [\[editar\]](#)



*Lupinus micranthus*



*Lupinus concinnus*



*Lupinus alopecuroides*



*Lupinus costaricensis*