



HOJA INFORMATIVA DE LA PLANTA

TITO

La **almorta**, **chícharo**, **guija**, **pito**, **tito** o **muela** (*Lathyrus sativus*) es una especie perteneciente a la familia de las leguminosas ([fabáceas](#)), conocida en el ámbito mediterráneo y también en [Asia](#) y [África](#).¹

Denominaciones[[editar](#)]

El [nombre científico](#) de esta planta es *Lathyrus sativus* y su [nombre común](#), dependiendo del sitio, son los de almorta, alverjón, arveja, arvejo cantudo, arvejote, bichas, cantuda, cicércula, chícharo, diente de muerto, fréjol de yerba, garbanzo de yerba, guija, muela, pedruelo, pinsol, pito o tito.¹ En Cataluña, la llaman *guixa*.

Existe un grabado de [Goya](#) en su visión "[Desastres de la Guerra](#)" con el nombre de: "Gracias a la Almorta".

Usos y toxicidad[[editar](#)]



Almortas tostadas.

Usos - gachas manchegas[[editar](#)]

En España tuvo, hasta su prohibición para el consumo humano en 1967, usos gastronómicos. La harina de almorta se consumió en muchos pueblos españoles y constituyó la base de las [gachas manchegas](#). Se tiene constancia del uso de la almorta hace cuatro mil años en la India. Han sido un complemento en sopas, guisos, ensaladas y otros platos salados. La almorta es baja en grasas y con alto contenido en fibra.

Durante la [Guerra de la Independencia Española](#) (1808-1814), las gachas fueron uno de los alimentos básicos de numerosa población.²

Asimismo, durante la [guerra civil española](#) y el [franquismo](#) -hasta su prohibición en 1967- las gachas de almorta constituyeron un plato básico en la alimentación de las familias causado por la escasez. De hecho su producción y comercialización fueron promovidas por el franquismo.²

En diciembre de 2018, el gobierno de Castilla-La Mancha junto con la AECOSAN, eliminaron esa prohibición tras un estudio³ que demostraba que el consumo esporádico de este producto es inofensivo; para que no fuese así se deberían consumir, según el estudio, 300 gramos diarios durante tres meses seguidos de este producto.

Neurotoxicidad - Latirismo[[editar](#)]

Artículo principal: [Latirismo](#)

Su abuso puede producir una enfermedad denominada latirosis o [latirismo](#), afección de parálisis muscular, debido a su composición de ciertos aminoácidos llamados [latirógenos](#)⁴ que plantean problemas neurotóxicos en las personas, tal como se demostró en la población española durante el hambre de la [posguerra civil](#).⁵

En España, aunque la relación entre el consumo de almorta en gachas y la enfermedad neurotóxica conocida como latirismo se estableció en 1940 y 1941 por los médicos Ley y Oliver de la Riva —afectando a los miembros inferiores y con degeneración en huesos y articulación—, su prohibición no llegó hasta el año 1967, en pleno [franquismo](#).²⁶

En 2010, un Comité Científico español que estudió la toxicidad del *Lathyrus sativus* consideró que «el consumo de almortas solo puede ser esporádico. De acuerdo con los estudios publicados por diversos autores, un contenido en ODAP (ácido s-N-oxalyl-diamino- propionico) inferior a un 0,15% en semillas de *Lathyrus sativus* se considera un umbral seguro para el consumo humano.»⁷ La prohibición de su consumo permaneció vigente hasta el año 2018

Taxonomía[[editar](#)]

Lathyrus sativus fue descrita por [Carolus Linnaeus](#) y publicado en [Species Plantarum](#) 2: 730. 1753.⁹

[Sinonimia](#)

- *Lathyrus asiaticus* (Zalkind) Kudr.
- *Lathyrus sativas* L.
- *Lathyrus sativus* subsp. *asiaticus* Zalkind¹⁰



Lathyrus sativus

Taxonomía

<u>Reino:</u>	<u>Plantae</u>
<u>Subreino:</u>	<u>Tracheobionta</u>
<u>División:</u>	<u>Magnoliophyta</u>
<u>Clase:</u>	<u>Magnoliopsida</u>
<u>Orden:</u>	<u>Fabales</u>
<u>Familia:</u>	<u>Fabaceae</u>
<u>Subfamilia:</u>	<u>Faboideae</u>
<u>Tribu:</u>	<u>Vicieae</u>
<u>Género:</u>	<u>Lathyrus</u>

[Especie:](#)

Lathyrus sativus

[L.](#)

[\[editar datos en Wikidata\]](#)