

Beneficios ornamentales y culinarios de las palmeras

- Desde Europa Florece destacan que plantas como las kentias ayudan a purificar el aire del interior de los hogares
- La FAO considera los dátiles como uno de los alimentos del futuro por su alto valor nutricional

Madrid 22 de septiembre de 2021. Canarias y las autonomías de la costa mediterránea producen decenas de especies de palmeras, un tipo de plantas muy valoradas por sus beneficios en jardines públicos y privados, y también por ofrecer un fruto muy valorado en la gastronomía: los dátiles, considerados por la FAO como uno de los alimentos del futuro por su alto valor nutricional.

Las palmeras se producen en viveros de las Islas Canarias y también en las autonomías de la costa mediterránea, con cultivos en muchos casos que se prolongan varios años hasta que se pueden comercializar. Principalmente se cultivan **arecas, cocoteros, la palmeras datileras, canarias, washingtonias, latanias, palmeras enanas, chamaedoreas, butias, kentias y palmitos**. Precisamente esta última especie, la del palmito, es la única **autóctona** de la península ibérica y las Islas Baleares. Ha sido tradicionalmente empleada para la confección de productos artesanos y está protegida en diversas zonas del territorio español.

Resistentes y “respetuosas” con los pavimentos

En la jardinería las palmeras ofrecen diferentes beneficios. Las hay tanto de exterior como de interior. En el caso de estas últimas cabe destacar por ejemplo que desde la campaña [Europa Florece](#), impulsada por la [Federación Española de Asociaciones de Productores Exportadores de Frutas, Hortalizas, Flores y Plantas Vivas \(FEPEX\)](#), incluyen las chamaedoreas en la lista de las plantas que pueden ayudar a purificar el aire dentro de las viviendas. Esta iniciativa de Fepex - que cuenta con el apoyo de la Unión Europea - tiene como objetivo divulgar este y otros beneficios de las plantas para la salud física y mental de los españoles y alemanes (uno de los mercados más importantes para las flores y plantas españolas). Asimismo, las palmeras son plantas con una alta resiliencia al cambio climático y sostenible por sus pocos requerimientos de agua. Además, al no desarrollar raíces pivotantes no dañan pavimentos ni tuberías y funcionan muy bien como pantallas contra la contaminación acústica.

Dátiles, frutos ricos en carbohidratos, hierro o potasio

Por lo que respecta a sus beneficios nutricionales, los frutos de la palmera datilera son reconocidos por la **Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO)**, como un “alimento importante para el futuro”. La entidad resalta la sostenibilidad del cultivo de las palmeras y que los dátiles son ricos en hierro, potasio, calcio, magnesio y fibra. Asimismo, su alto contenido en carbohidratos los convierte en un sano combustible para los deportistas. Del antes citado palmito también se emplea tradicionalmente el cogollo para la cocina.

Para más información: FEPEX.
Begoña Jiménez, Responsable de Comunicación.

91.319.12.01 bjimenez@fepex.es

Web de la campaña: www.europaflorece.es

Nota: El contenido de esta campaña de promoción representa únicamente las opiniones del autor y es de su exclusiva responsabilidad. La Comisión Europea y la Agencia Ejecutiva Europea de Investigación (REA) no aceptan ninguna responsabilidad por el uso que pueda hacerse de la información que contiene.