

**Nombre científico:** *Sechium edule* (Jacq.)  
**Nombres comunes:** Chayote, cidrayota, chayota, güisayote, huisayote, güisquil  
**Familia:** Cucurbitaceae



**Descripción:** Planta enredadera, trepadora, perenne, tallos glabros, en cada entrenudo del tallo salen zarcillos. Hojas simples, alternas, ovadas a suborbiculares, la base redondeada a subcordada o cordada, el margen dentado, pecioladas. El fruto es de varias formas y colores, globoso, carnoso, verde clarooscuro, amarillento, con o sin espinas.

**Distribución natural:** Del sureste de Estados Unidos y las Antillas hasta Brasil, Bolivia y Argentina.

**Usos alimenticios y funcionales:** La fruta se puede consumir cruda en ensalada, picadillo, en crema, al curry, frita, salteada o en escabeche. El licuado de la fruta se usa en jugos y relleno de alimentos. Se consume también las flores, la raíz y el fruto. Dependiendo de la parte de la planta así varía la concentración de los compuestos, pero en general esta planta tiene flavonoides, carotenoides, fitoesteroles, vitaminas, aminoácidos, esteroides y metionina.

**Usos medicinales:** La infusión de hojas se usa para casos de cistitis, para bajar la presión arterial y es expectorante. Es diurético y cicatrizante. La fruta y la raíz se usa para disolver cálculos renales. La decocción de las hojas y tallo se usa para cálculos renales, arterioesclerosis, presión alta, hipertensión, problemas respiratorios, dolor de oído, cólicos y bronquitis. El fruto se aplica en cataplasma para dermatitis, leucoderma, pertusis, heridas, llagas y quebraduras. La semilla en emulsión alivia la inflamación intestinal.

**Referencias:** (Fernández, 2009; Navas, 2000; Vieira et al., 2019)