

**Nombre científico:** *Psidium friedrichsthalianum* [O. Berg] Nied  
**Nombres comunes:** Cas, Costa Rican guava  
**Familia:** Myrtaceae



**Descripción:** Árbol que puede alcanzar entre 6 y 10 m de altura. Corteza de color café-rojiza con manchas grises. Hojas simples, opuestas, con peciósos cortos, elípticas u ovals, puntiagudas, verde oscuras y lisas en el haz, más pálidas en el envés. Flores blancas, solitarias o en pares, con una nervadura central prominente. Frutos pequeños de 3 a 6 cm de diámetro, redondos u ovals, de color verde a amarillo, con una areola en el sitio donde estaba el cáliz; pulpa suave, blanca y muy ácida.

**Distribución natural:** Se distribuye desde el sur de México hasta el este de Venezuela.

**Usos alimenticios y funcionales:** Se usa en la producción de jugos frescos, helados, salsas, jaleas y mermeladas. Es rico en vitamina C, pectina y ácido ascórbico, minerales como sodio y calcio, ácidos grasos como ácidos linoleico y  $\alpha$ -linolénico, aminoácidos como arginina y diversos polifenoles.

**Usos medicinales:** Se ha visto que ayuda al balance en la microbiota intestinal, a la desinflamación causada por exposición al humo y para tratar enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Los aceites esenciales de las hojas y frutos presentan actividad antimicrobiana. También tiene propiedades antioxidantes.

**Referencias:** (Cordero, 2003; Flores et al., 2013; Muñoz-Arrieta et al., 2021)