

Achiote: un tesoro que une sabor y bienestar

Lucero del Mar Ruiz Posadas¹; Luz Adela Guerrero Lagunes¹; Juan Francisco Aguirre Medina³; Jorge Cadena Íñiguez²; Mitzy Irais Rodríguez Juárez¹

¹ Colegio de Postgraduados, Campus Montecillo. Km. 36.5 Carretera México-Texcoco, C.P. 56264. Montecillo, Texcoco, Estado de México.

² Colegio de Postgraduados Campus San Luis Potosí, C. de Iturbide 73, C.P. 78622. Salinas de Hidalgo, San Luis Potosí, México.

³ Universidad Autónoma de Chiapas.

* Autores de correspondencia: lucpo@colpos.mx guerrero.luz@colpos.mx

Problema

Conocido como annatto, es una especia natural obtenida de las semillas de un arbusto cuyo nombre científico es *Bixa orellana* L. originario de América Central y del Sur, ha sido utilizado durante siglos en la cocina tradicional mexicana y caribeña

La industria del achiote

Las tendencias actuales del comercio internacional están presionando por el uso de insumos naturales que contribuyan al desarrollo sustentable y a la producción de productos que no afecten la salud.

En este sentido, su uso y consumo en la industria alimenticia se presenta como una oportunidad al utilizarlo como pigmento natural (debido a la presencia de bixina), substituyendo el uso de colorantes nocivos para la salud. Como condimento, se utiliza en quesos, frijoles, mantequilla, diversos platillos y otros alimentos.

Su actividad biológica comprobada como antimicrobiano, permite su uso como conservador en la industria cárnica.

En los últimos años se han realizado estudios para validar su efecto antiproliferativo

Valor agregado

También conocido como valor añadido, consiste en la transformación de la materia prima a un producto, con la finalidad de darle un mayor valor comercial, sin perder de vista la calidad de su origen.

La transformación permite tener diversos productos con una vida de anaquel mayor al producto original.

Cómo citar: Ruiz Posadas, L. del M., Guerrero Lagunes, L. A., Aguirre Medina, J. F., Cadena Íñiguez, J., & Rodríguez Juárez, M. I. (2026). Achiote: un tesoro que une sabor y bienestar. *Agro-Divulgación*, 6(1). <https://doi.org/10.54767/ad.v6i1.632>

Editores académicos: Dra. Ma. de Lourdes C. Arévalo Galarza y Dr. Jorge Cadena Íñiguez.

Publicado en línea: Mayo 2026.

Agro-Divulgación, 6(1). Enero-Febrero. 2026. pp: 85-90.

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0 International



El uso de empaques amigables con el ambiente o de vidrio reutilizables, llaman la atención de los compradores.

La formación de asociaciones es un gran camino para lograr la transformación y dar valor agregado a los cultivos.

Lo anterior promueve el acceso a nuevos mercados y la obtención de mejores ingresos, mejorando la economía local.

En las industrias cosmética, textil, farmacéutica y maderera, se utiliza como colorante, dando a los productos tonalidades que van del terracota al naranja.

Sus componentes fitoquímicos apoyan su uso en la medicina tradicional abriendo una ventana para la elaboración de productos como cremas, bálsamos y geles.

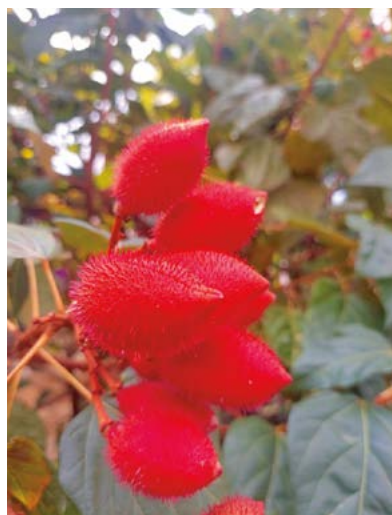
Achiote

Se ha utilizado desde la época prehispánica como un ingrediente base para muchos platillos del sureste de México.

Las semillas contienen una gran cantidad de compuestos entre los que se encuentran los carotenoides, flavonoides, terpenos, fenoles y alcaloides, que le confieren su color y propiedades biológicas

Propiedades y usos del achiote

- Colorante de cosméticos, telas, madera y piel.
- Colorante en la industria alimenticia.
- Ayuda a bajar el azúcar en la sangre (extracto acuoso).
- Antioxidante: previene algunos daños celulares.
- Antimicrobiano: utilizado principalmente en la industria cárnica.
- Anti ulceroso (extracto hidroalcohólico).
- Anti cancerígeno: para algunos tipos de cáncer usando hojas y semillas.
- Cicatrizante.
- Cerco vivo para evitar la erosión de terrenos.





Obtención del colorante

Materiales

- 1 taza de semillas secas de achiote.
- 2 tazas de agua purificada.
- Colador de malla fina o .25 m de manta cruda.

Procedimiento

- Remojar las semillas en las dos tazas de agua por 2 horas.
- Posterior al remojo hervir por media hora a fuego bajo.
- Filtrar con un colador de malla fina o la manta.
- Se obtiene un líquido de color rojizo, que es el colorante de achiote.
- Almacenar en un frasco de vidrio.
- Etiquetar con el nombre de la especie y la fecha.
- Almacenar en un lugar fresco y oscuro hasta su uso que debe ser máximo en una semana.



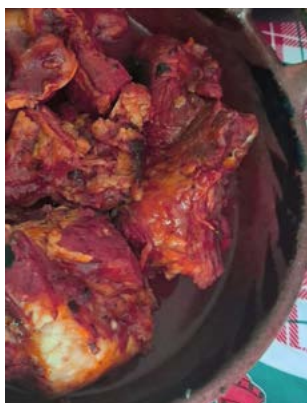
Tinción de textiles con colorante de achiote

Materiales para 1 playera

- 1 cucharada de jabón roma en 2 litros de agua caliente, para el primer lavado.
- 3 L de agua.
- 15 g de alumbre.
- 250 mL de colorante de achiote.

Procedimiento

- Lavar la prenda con agua caliente y jabón Roma, para quitar las gomas, enjuagar.
- Colocar la prenda en 2 L de agua hirviendo con 10% de alumbre (10 gramos por 1 litro de agua), hervir mínimo 30 minutos.
- Retirar la prenda.
- Disolver 250 mL de colorante de achiote en 1.75 L agua hirviendo.
- Agregar la prenda.
- Hervir mínimo 30 minutos. Entre más tiempo se deja, toma un color más intenso.



Recado rojo

Ingredientes

- 100 gr de semillas de achiote.
- ½ cda de comino.
- 1 cdita de orégano.
- 12 pimientos negros.
- 2 pimientos gordas.
- 3 dientes de ajo grandes.
- ½ taza de agua con 2 cdas de vinagre blanco.

Procedimiento

- Remojar en el agua y vinagre las semillas desde la noche anterior.
- Licuar perfectamente todos los ingredientes hasta obtener un preparado muy terso.
- Pase por un colador muy fino.
- Vaciar en moldes hasta que seque la pasta.
- Empaquetar y etiquetar.

El recado rojo impregna sabores apimentados y un leve sabor ahumado a aves, carnes y pescados, además, todo lo que toca lo transforma en tonos rojizos.

Tascalate*Ingredientes*

- 2 tazas de maíz.
- 1 puño de cacao.
- 2 cdas de semillas de achiote.
- Azúcar al gusto.

Procedimiento

- Se seleccionan los granos de cacao, tostando con cuidado sobre el fuego y pulverizando en un molino o metate.
- Se prepara el maíz, tostándolo hasta que adquiera un tono dorado. Se muele hasta convertirlo en polvo fino.
- Las semillas de achiote se muelen hasta convertirlas en polvo.
- Una vez que todos los ingredientes están listos, se mezclan hasta obtener una mezcla homogénea. Es en este momento que se puede agregar un toque de canela en polvo si lo desea.
- Finalmente, se agrega agua caliente o fría y azúcar al gusto.

**Aceite de achiote***Ingredientes*

- ½ taza de semillas de achiote.
 - 1 litro de aceite puede ser oliva o cualquiera que tengan.
- Se pueden agregar especias al gusto (ajo, pimienta, cebolla, hierbas aromáticas, etc.).

Procedimiento

- Se calienta el aceite junto con las semillas a fuego medio hasta que las semillas empiecen a desprender su color.
- Se sofríe el achiote durante unos cinco minutos hasta que el aceite adquiera un tono rojizo.
- Se retira del fuego y se deja reposar para enfriar.



Oleato de achiote

Se utiliza en la industria cosmética para bálsamos, cremas pomadas y geles.

Materiales

- 1 frasco de vidrio con capacidad de medio litro.
Semillas de achiote (cantidad necesaria).
Aceite comestible (puede ser cártamo, de oliva).
- 1 olla con agua para baño María.

Procedimiento

- Esterilizar el frasco de vidrio y su tapa en agua hirviendo. Dejar secar.
- Colocar una cantidad de semillas de achiote en el frasco de vidrio.
- Cubrirlas con aceite a que sobresalga aproximadamente 2 cm sobre el nivel de las semillas.
- Poner el frasco en baño María a fuego medio, evitar que el agua hierva.
- Dejarlo 20 minutos con agitación frecuente hasta que el aceite tome una tonalidad casi roja.
- Sacar el frasco del agua y dejar enfriar, tapar y almacenar lejos de la luz o cubierto con papel periódico o aluminio.



Bálsamo labial de achiote

Materiales

- 1 recipiente pequeño de vidrio o metal resistente al calor.
- 1 cacerola con agua para baño María.
- 3.5 o 4 g de Cera de abeja.
- 2 g Manteca de Karité o de Mango.
- 3 g Oleato de achiote.
- 3 g Manteca de cacao.
- 1 g Vitamina E.
- 1 g Aceite de coco o almendras.
- 0.5 g Miel de abeja.

Procedimiento

- Poner a fundir en el contenedor pequeño, la cera de abeja, la manteca de cacao y la manteca de karité.
- Tener cuidado de que el recipiente en donde se colocaron las grasas no esté en contacto con el agua, sólo con el vapor.
- Retirar el contenedor de la olla.
- Añadir el resto de los ingredientes y mezclar muy bien.
- Verter la mezcla a tarros o envases ecológicos para labiales.
- Etiquetar.

Ungüento para el dolor

Éste producto es una excelente ayuda para el tratamiento de dolores musculares.

Materiales

5 g Oleato de árnica.

8 g Oleato de achiote.

8 g Oleato de romero.

2 g Mentol al 4% en alcohol.

5 g Cera de abeja.

10 gotas Aceite esencial de romero.

5.5 g Manteca de cacao.

1 g Vit. E.

Procedimiento

- Poner todos los ingredientes, excepto el aceite esencial de romero y la Vit E, en un recipiente de vidrio o acero inoxidable.
- Colocarlos a baño María a que se derritan la cera y la manteca.
- Quitar del baño Maria y mezclar los ingredientes para que baje un poco la temperatura.
- Añadir el aceite de romero y la Vit E que sirve como conservador antioxidante.
- aceites de romero, achiote y árnica.



Agradecimientos

Al Colegio de Postgraduados, al SECIHTI y a la Universidad Autónoma de Chiapas por el apoyo para la realización del proyecto sobre algunas líneas cancerígenas, lo que apoyaría su uso de manera complementaria al tratamiento médico.