

# COGOMELOS TÓXICOS



Edita en Web:



**XUNTA DE GALICIA**  
CONSELLERÍA DE SANIDADE  
Dirección Xeral de Saúde Pública

Autora:

**Dra. Marisa Castro**

Universidade de Vigo  
Facultade de Ciencias  
Laboratorio de Micología

## INTRODUCCIÓN

No reino Fungi, onde están incluídos os oidios, os balores e os cogomelos coñécense arredor dunhas 80.000 especies en todo o mundo, deles só unha pequena porcentaxe (10 %) está constituída por longos filamentos microscópicos (hifas), que viven baixo terra, no interior da madeira, sobre outros fungos, etc, formando o micelio ou “branco de fungo”. Estes son os **EUMICETOS** ou verdadeiros fungos.

Algúns dos eumicetos son os que producen frutificacións macroscópicas, é o que denominamos **COGOMELO**. Aínda que no sentir popular os termos fungo e cogomelo son empregados indistintamente, como ben se ve non son sinónimos, é algo así como a pereira e as peras.

Os cogomelos son popularmente coñecidos debido a que se lles dan múltiples usos: artesanal, folclórico, medicinal ou alimentario e, probablemente, desde os primeiros tempos da historia do home, tanto especies silvestres como rudimentariamente cultivadas. Ó xurdiren espontáneos con certa regularidade estacional, deberon ser usados como alimentos xa na época preagrícola cando as tribus nómades se mantiñan de raíces, bulbos e froitos silvestres.

Sen embargo, é **importante non esquecer** que hai cogomelos tóxicos, que poden ser confundidos con outros comestibles e que causan envelenamentos graves, ás veces mortais. En Galicia coñécense un total de 1.600 eumicetos, dos cales arredor dunhas 200 especies son comestibles, 10 poden ser mortais, outra media ducia verdadeiramente tóxicas, e algo máis de 30, causan problemas menores.

Na nosa Comunidade desde o ano 1994 ata hoxe producíronse moitos ingresos hospitalarios provocados polo consumo de cogomelos silvestres e preto de media ducia de mortes, amais dalgún transplante de fígado a persoas intoxicadas.

Para evitar posibles intoxicacións a Dirección Xeral de Saude Pública elaborou esta información co fin de concienciar os apañadores de cogomelos sobre os perigos que implica esta afección se se esquecen unhas regras mínimas.

## PARTES DUN COGOMELO: IDENTIFICACIÓN

Para distinguir unha especie tóxica doutra que é comestible, non existen regras xerais. Só é necesario coñecerla, é dicir, saber cál é o seu nome científico (moito máis preciso có popular). A unha persoa non se lle ocorre saír ó campo apañar herbas silvestres para comer sen coñecerlas ben, ¿por que un cogomelo si?.

Un cogomelo para ser considerado comestible, sen riscos, ten que poder ser identificado a simple vista, sen axuda do microscopio e que non exista a posibilidade de que sexa confundido con outro semellante e tóxico. Isto obriga a facer unha detallada e minuciosa observación de certos caracteres: hábitat (lugar onde vive ou especie de árbore á que está ligado), cor, cheiro, tamaño e morfoloxía: sombreiro, himenio ou superficie fértil e pé, con anel e volva (fig.1).

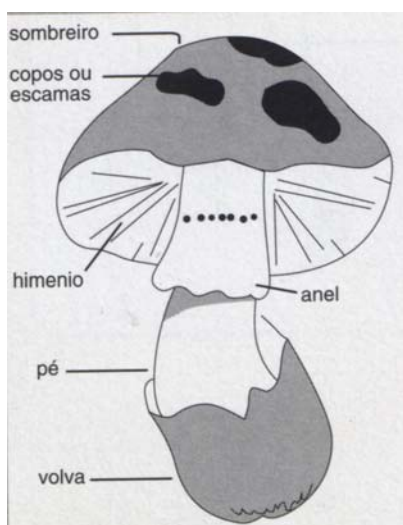


Fig. 1. Partes dun cogomelo (M.CASTRO. Guía dos cogomelos de Galicia. 2000. Xerais. Vigo)

Cada unha destas partes teñen que ser analizadas en detalle; así no sombreiro hai que observar a forma, o tipo de marxe, a presenza de escamas, etc. A superficie fértil pode ter láminas, tubos, pregues, aguillóns ou ser lisa e unirse ó pé por toda a superficie lateral (adnata), a través dunha escotadura, baixar ó longo do propio pé (decorrente) ou estar separada del (libre).

Todas estas características son constantes para cada especie. Ademais, algúns ó partilos ceiban un líquido (látex), con sabor e cor característicos e imprescindibles para identificalos.

Sen embargo, non podemos esquecer que estamos a falar dun “froito”, polo que poden presentar unha serie de cambios en tamaño e cor debido á idade, a cambios climáticos bruscos, ... e hai certos cogomelos que presentan en fresco unhas características organolépticas (cheiro e sabor) e en seco, outras.

## PRECAUCIÓNS NA APAÑA E CONSUMO DE COGOMELOS

1. Non recoller nunca, con fins alimenticios, unha especie que non se **IDENTIFIQUE CON TOTAL SEGURIDADE NO CAMPO e EN CASO DE DÚBIDA, ABSTERSE!**
2. As persoas inexpertas deben apañar os cogomelos **acompañadas dun experto** “cogomeleiro”, ou consultar con algún especialista antes de os consumir.
3. Hai que **transportalos en cestos** ou caixas duras, nunca en bolsas de plástico, xa que se rompen, soltan auga e poden fermentar. Tamén hai intoxicacións por consumilos en mal estado e non por tratarse de especies tóxicas.
4. **Non se deben mesturar**, no mesmo cesto, especies comestibles con outras dúbidas ou tóxicas. Se apañamos un ou varios exemplares para identificar na casa e non sabemos se son comestibles, hai que introducilos nun recipiente distinto ó dos comestibles.
5. É necesario recoller exemplares adultos, maduros e completos, **con coidado de non estragar o contorno, pero completos**, para observar minuciosamente todos os detalles morfolóxicos, que poden quedar enterrados como a volva, e evitar así erros fatais.
6. Hai que **cociñalos aínda frescos**, non deixalos moitos días no frigorífico, tamén se degradan e os metabolitos secundarios poden provocar intoxicacións e alerxias.
7. **Non se deben preparar guisos con diferentes especies**, porque se apareceran problemas despois da inxesta (por exemplo, sensibilidade persoal a algún dos compoñentes) non se lle pode indicar ó médico de qué cogomelo se trata, nin se sabe o tipo de intoxicación que produce, nin polo tanto cá é o tratamento que hai que aplicar.

## CÓMO ACTUAR NO CASO DUNHA INTOXICACIÓN

1. Acudir inmediatamente a un centro médico: recordar que o tempo pode xogar a favor ou en contra do doente. Canto máis rápido se faga o tratamento, máis garantía hai de supervivencia; incluso nas intoxicacións hepatotóxicas, as posibilidades de superalas son moitas si se acode ó especialista cando se observan os primeiros síntomas.
2. Achegar algunhas informacións ó especialista: é fundamental coñecer a hora da inxesta, así como poder observar anacos dos cogomelos consumidos, ou o lugar onde foron apañados, para poder consultar a micólogos expertos que identifiquen as especies responsables da intoxicación, para así poder aplicar o tratamento adecuado.

## ESPECIES DE COGOMELOS TÓXICOS EN GALICIA

Este catálogo non é exhaustivo, senón que indica aqueles cogomelos que son máis frecuentes e/ou perigosos. Figuran organizados de máis a menos perigoso, indicando o tipo de intoxicación, unha sinopse descritiva que permita identificar a especie, ademais do hábitat, período do ano e frecuencia coa que se atopa en Galicia.

### *AMANITA PHALLOIDES* e *AMANITA VERNA*

Por amanitinas.



Son cogomelos carnosos, de sabor e cheiro agradables. Teñen láminas brancas e o pé con anel péndulo e volva moi ampla e membranosa, semellante a un saquiño. O sombreiro é verde, amarelo ou branco en *Amanita phalloides* e branco puro, en *Amanita verna*.

Viven en bosques de carballos e coníferas, a primeira no outono e a segunda, na primavera. Son frecuentes e abundantes.

### *LEPIOTA HELVEOLLA* e *LEPIOTA BRUNNEOINCARNATA*

Por amanitinas.



Parecense ós “cerrotes” (*Macrolepiota procera*), pero o sombreiro mide menos de 8 cm de diámetro, o pé é delgado e o anel é fixo, se un intenta movelo, rompe, a diferenza do cerrote que se despraza ben ó longo do pé. Teñen láminas brancas e non presentan volva.

Atópanse en xardíns e en bosques preferentemente de carballos, durante o outono e principios do inverno. Pouco frecuentes, aínda que algúns anos son moi abundantes e de tamaño grande (6-8 cm).

### ***CORTINARIUS ORELLANUS* e outros *CORTINARIUS* grupo *CINNAMOMEUS***

Por orelanina.



Son cogomelos pequenos, menos de 5 cm de diámetro, de cores pardas, máis ou menos amareladas ou avermelladas. As láminas son de cor acastañada nos exemplares maduros e no pé presentan restos dunha cortina (semellante ós restos dunha tea de araña). Non presentan volva.

Aparecen baixo piñeiros, máis raro carballos, durante o outono e o inverno. Algunhas especies do grupo aparecen con frecuencia no N.W. da Península Ibérica.

### ***GYROMITRA ESCULENTA***

Hidracínica.



Ten unha forma estrana e consistencia de cartilaxe, tanto no pé oco, coma no sombreiro engurrado e cerebriforme. De cor parda avermellada na cabeza e no pé, grisácea.

Pódese ver preferentemente na primavera, nas ribeiras dos ríos, en lugares húmidos, sombríos e con solo areoso. Pouco común.

### ***PAXILLUS INVOLUTUS***

Por paxilina.



Presenta un sombreiro pardo, coa pel facilmente separable e forma de funil. As láminas teñen a particularidade de que se separan do pé con só darlles un pouco coa uña, son de cores pardo amareladas e escorren ó longo dun pé, máis ou menos, dourado. Non presenta anel, nin volva.

É abundantísima en todo tipo de bosques, durante o outono, boa parte do inverno e con certa frecuencia na primavera.

### ***TRICHOLOMA EQUESTRE* (tortullo amarelo)**

Substancia tóxica descoñecida, produce rabdomiolise.



Este cogomelo carnoso, de sabor doce e consistencia branda aínda é consumido por moitas persoas; sen embargo aconséllase non comelo, xa que pode provocar rabdomiolise dexenerativa, e incluso a morte, en persoas sensibles.

O sombreiro é amarelo acastañado, o que contrasta fortemente coa cor amarela das láminas e o pé. Non ten volva, nin anel.

Atópase, con frecuencia, durante o outono e principios do inverno, baixo os piñeiros.

### ***CLITOCYBE CAERUSSATA* e outros *CLITOCYBE* brancos**

Muscarínica.



Pequenos cogomelos de cor branca, en forma de pequeno funil, pel suave, láminas decorrentes polo pé e forte cheiro a fariña fresca. Carecen de anel e volva.

Algunhas especies viven nos prados e outras nos bosques, durante o outono e son frecuentes

## ***INOCYBE GEOPHYLLA* e outras especies deste xénero**

Muscarínica.



Son todas de pequeno tamaño con cores pardas ou pardo amareladas, a excepción da que figura na foto. O sombreiro é lixeiramente cónico e a pel está formada por fribriñas, máis ou menos, diferenciadas. As láminas son amareladas nos exemplares novose pardas nos maduros, e o pé non presenta volva, aínda que si pode ter cortina (semellante ós restos dunha tea de araña). Normalmente cheiran forte a terra, a esperma ou a lixivia.

Atópanse con frecuencia tanto no outono e no inverno coma na primavera, baixo piñeiros, máis raro noutros tipos de bosque.

## ***AMANITA PANTHERINA***

Micoatropínica.



O sombreiro é grisáceo ou algo acastañado, está cuberto de escamas brancas, ou lixeiramente grises, fortemente adheridas (non se poden separar ben rascando coa uña) e ten a marxe profundamente estriada, incluso nos exemplares novos. Ten láminas brancas, anel (delgado e situado na metade do pé) e volva.

Moi frecuente durante o outono, preferentemente nas fragas, pero tamén baixo os piñeiros.



### ***AMANITA MUSCARIA* (brincabois)**

Micoatropínica.



É o típico cogomelo dos contos infantís: sombreiro vermello, escamas brancas e láminas brancas, o mesmo que o anel e o pé. Ten unha volva característica, descomposta en varios aneis descontinuos formados por pequenos copiños.

Ás veces presenta cores amarelo-douradas na marxe do sombreiro, láminas e anel. Neste caso non se debe confundir coa “cesárea” (*Amanita caesarea*) comestible, que ten as láminas e o pé intensamente amarelos.

Atópase frecuentemente tanto baixo os castiñeiros e os bidueiros como baixo os piñeiros, durante o outono.

### ***ENTOLOMA LIVIDUM***

Gastroenterítica.



Sombreiro de cor variable, desde branca a gris a azulada, con fribriñas innadas por debaixo da pel. Láminas lixeiramente amareladas, tendendo ó rosa. Pé branco, sen anel, nin volva. Carne densa, branca con fortísimo cheiro a fariña fresca.

Medra durante o outono, non na primavera, preferentemente nas fragas. En Galicia é unha especie moi rara.

### ***AGARICUS XANTHODERMA* (champiñón fedorento)**

Gastroenterítica.



Semellante ó champiñón de cultivo, aínda que máis grande. Hai variedades de cor branca e gris. Diferénciase ben doutros champiñóns, tanto polo forte cheiro a fenol, que presenta na base do pé, como pola intensa cor amarela ouro, que aparece nos sitios onde se toca ou se frota.

Nace preferentemente nos prados, durante o outono, e é moi frecuente.

### ***BOLETUS CALOPUS* e outros do grupo de *BOLETUS SATANAS***

Gastroenterítica.



Como o resto das “andoas” ten na parte inferior do sombreiro unha especie de esponxa, que neste caso é amarela. A pel é branca, máis ou menos escura e o pé, vermello, cunha rediña branca na metade superior.

É relativamente frecuente nos bosques de carballos, durante o outono.

A especie deste grupo considerada como máis tóxica (*Boletus satanas*) vive en lugares básicos ( $\text{pH} \geq 7$ ) e non se coñece de Galicia; sen embargo non se deben consumir as especies que teñen a pel esbrancuxada e o pé ou os poros vermellos.

### ***GYROPORUS AMMOPHILUS* (andoa das areas)**

Gastroenterítica.



Con sombreiro acastañado e pé oco, un pouco máis clara e a “esponxa” case branca ou ocre moi claro. Cando é nova caracterízase polas cores asalmonadas tanto do sombreiro e do pé como dos poros.

Unicamente se atopa, aínda que moi abundante, nos piñeirais dos areas do litoral, sobre todo no outono.

A especie comestible (*Gyroporus castaneus*) é moi semellante en estado adulto, pero vive preferentemente nas fragas.

### ***LACTARIUS CHRYSORHEUS* (falso niscalo)**

Gastroenterítica.



É un cogomelo de cor ocre alaranxada, lixeiramente zonado no sombreiro e láminas decorrentes polo pé. Ó rompelo ou rascalo coa uña solta un látex (leite) branco, amargo e algo picante, que pasa inmediatamente a amarelo. Ten pé curto e carece de volva e anel.

Atópase frecuentemente durante o outono en todas as fragas e carballeiras.

### ***MACROLEPIOTA VENENATA* (cogordo velenoso)**

Gastroenterítica.



Seméllase ós “cerrotos” (*Macrolepiota rachodes*) tanto polo aspecto como polo tamaño.

Ten o sombreiro grande (ata 15 cm) e carnoso, cuberto por escamas pardas dispostas radialmente e a marxe lacerada. O anel é pendular e non se move con facilidade, ademais nacen varios pés xuntos, partindo dun mesmo bulbo.

Ten aparición outonal, pouco frecuente, e pode atoparse en prados estercados, hortas labradas, xardíns, ...

### ***SARCOSPHERA CRASSA***

Hemolítica.



Este cogomelo ten o aspecto dunha cunca grande, ata 10 cm de diámetro, carnosa e fráxil, especialmente na marxe. Presenta cores violeta no interior e brancas ou gris clara no exterior.

En Galicia atópase no fin do inverno e principios da primavera nos piñeirais dunares do litoral.

Non é moi frecuente porque vive en solos básicos ( $\text{pH} \geq 7$ ).

### ***COPRINUS ATRAMENTARIUS***

Cardiovascular.



O cogomelo en conxunto é cilíndrico, xa que o sombreiro gris e liso, nunca chega a abrirse e envolve totalmente o pé. Ó madurar descomponse en tinta. Ten pé branco e un anel fugaz situado na base deste. As láminas son rosadas ó primeiro e despois negras, antes de licuarse.

Aparece con moita frecuencia nos prados, durante o outono e moitas veces preto da especie comestible *Coprinus comatus* (“cabellda”), que ten o sombreiro moi branco e cuberto de grosas escamas peludas, coa punta castaña ou negra.

### ***PSILOCYBE SEMILANCEATA* e *PSILOCYBE GALLAECICA***

Enteoxénica.



Son pequenos cogomelos, de cores acastañadas, máis ou menos escuras, con sombreiro cónico e fortemente mamilonado ou papilado. As láminas son pardas e o pé, delgado, é da mesma cor có sombreiro ou un pouco máis escura. Cheiror ácido e sabor amargo.

Atópanse durante o outono, na herba ou sobre excrementos, en prados abertos situados en zonas altas. Escasos, pero aparecen por toda Galicia.

### ***PANAEOLUS SPHINCTRINUS***

Enteoxénica.



Ten sombreiro cónico ou acampanado, de cor castaña ou negra. As láminas son negras, aínda que con frecuencia presentan manchas brancas por toda a superficie. Pé castaño ou negro, moi longo e esbelto, fráxil. Non teñen cheiro característico e saben amargo.

Normalmente atópanse ligados a prados moi fertilizados ou sobre excrementos, durante todo o outono. Extremadamente frecuente.

### ***AMANITA RUBESCENS***

Hemolítica, se está mal cociñado.



O sombreiro é de cor viño rosado, ás veces tirando ó gris, con escamas brancas ou grises, que se separan facilmente coa uña. Non ten a marxe estriada. As láminas e o pé son de cor branca, algo rosada. A carne tamén é branca, pero ó tocala ou ben en contacto co aire, ou onde é mordida por insectos, muda rapidamente a vermello.

Atópase abundantemente todo o outono, máis raro no resto do ano, en todo tipo de formacións arbóreas (carballeiras, piñeirais, ...).

### ***AMANITA* grupo *VAGINATA***

Hemolítica, se está mal cociñado.



O sombreiro, pouco carnosos, nos exemplares adultos é moi plano, cun mamelón obtuso no centro e ten a marxe fortemente estriada. A cor é variable: gris, branca, ladrillo - acastañada, ... Ten as láminas brancas, o mesmo có pé. Presentan unha volva grande, en forma de saco; pero carece de anel.

No outono, menos na primavera, son frecuentes nas fragas, máis raro baixo os piñeiros.

### ***HELVELLA LACUNOSA* e outras especies do xénero (orellas)**

Hidracínica, se está mal cociñada.



Especie comestible, aínda que é necesario tirar a auga de escaldalo. Non ten o aspecto típico dun cogomelo, xa que é como cartilaxe e o corpo fructífero é oco. O pé, gris, con fortes estrias lonxitudais e a cabeza, negra, ten forma de cerebro ou de sela de montar.

Aparece na primavera e no outono, nas marxes dos bosques, preferentemente piñeirais. É moi común.

### ***MORCHELLA ESCULENTA* e outras especies do xénero (pantorras, xiruspatos)**

Hidracínica, se está mal cociñada.



Tamén é comestible, aínda que é necesario tirar a auga de escaldalo. Ten consistencia cartilaxinosa e pesa moi pouco, xa que o interior é totalmente oco. O pé é liso ou granuloso, de cor branco-grisácea ou crema e a cabeza semella un panal de mel, xa que está formada por numerosas celas cóncavas. Cheiro forte e aromático.

Unicamente se pode apañar na primavera, nas beiras dos ríos ou sobre os restos do bagazo de facer viño ou sidra. Non é demasiado frecuente.

---