

Guía de flora

PLANTAS Y SABERES DEL PÁRAMO



Reserva Monte Oscuro, Yerba Amarilla
Cumbal (Nariño)



Guía de flora

PLANTAS Y SABERES DEL PÁRAMO



Monte Oscuro
Yerba Amarilla
Fundación



PLANTAS Y SABERES DEL PÁRAMO

**Fundación Monte Oscuro,
Yerba Amarilla
Cumbal (Nariño)**

Representante legal
Aura Doris Tipaz Cuaical

**Primer propietario de la
reserva**

Hipólito Irua - Padre de
María Sara Irua

**Hijos de María Sara Irua y
Manuel Tobías Cuaical**

Segundo Valentín Cuaical
Irua (fallecido)

José Miguel Cuaical Irua
(fallecido)

Rosa Elvira Cuaical Irua

José Antonio Cuaical Irua

Rosa Elena Cuaical Irua

María Natividad Cuaical

María Etelvina Cuaical Irua

Equipo de trabajo

Coordinación
Investigación de campo
Fotografías
Textos
Sistematización

Jazmín Pantoja Bolaños

Andrés Cuervo Ulloa

Investigación biológica
Investigación de campo
Textos

Elizabeth Ramírez Cupacan

Diseño y diagramación

Edwin Ceballos Taramuel

**Entidades aliadas o
colaboradoras**

Fundación Impulso Verde
Kuaspue

Instituto Humboldt

Impresión

ISBN obra impresa:

ISBN obra digital:

Primera edición
00 ejemplares,
Impreso en
Colombia
2023

Cítece como



**Familias cuidadoras
del páramo**

Padres

José Miguel Cuaical Irua
(fallecido)
María Aida Tapie de Cuaical
(Esposa)

Hijos

Luis Humberto Cuaical Tapie
María Clara Eliza Cuaical Tapie
Santos Justino Cuaical Tapie
Manuel Tobías Cuaical Tapie
Silvio Tobías Cuaical Tapie

Padres

Rosa Elvira Cuaical Irua
Leónidas Tarapues
(Fallecido)

Hijos

Luis Alfonzo Tarapues Cuaical
María Zoila Tarapues Cuaical
María Alejandrina Tarapues
Cuaical
Hilarión Tarapues Cuaical
María Carmen Tarapues
Cuaical
María Isabel Tarapues Cuaical

Padres

José Antonio Cuaical Irua
Rosa Ana Alpala (Esposa)

Hijos

José Alberto Alpala
Silvio Tobías Cuaical Alpala
José Salomón Cuaical Alpala
Fidencio Efraín Cuaical Alpala

**Familias cuidadoras
del páramo**

Padres

Rosa Elena Cuaical Irua
José Alfonso Tipaz (Espos)

Hijos

Melba Del Socorro Tipaz
Cuaical
Clara Elisa Tipaz Cuaical
Elvia Lucia Tipaz Cuaical
Aura Doris Tipaz Cuaical
Servio Tulio Tipaz Cuaical
Luis Eduardo Tipaz Cuaical
Ana Patricia Tipaz Cuaical

Padres

María Natividad Cuaical
José Eliecer Guadir (Espos)

Hijos

Gladis Alicia Chiran Cuaical
Omar Alirio Guadir Cuaical
María Rosalba Guadir Cuaical
José Virgilio Guadir Cuaical
Nubia Marlene Guadir Cuaical

Padres

María Etelvina Cuaical Irua
Rubén Revelo (Espos)

Hijos

Luis Omar Revelo Cuaical
Marco Antonio Revelo Cuaical
Gloria Isabel Revelo Cuaical

CONTENIDO



Agradecimientos 12

Introducción 20



Capítulo 1

Cumbal, territorio de páramos y familias cuidadoras

Historia de la familia que cuida el páramo	24
Madre e hijos de Monte Oscuro, Yerba Amarilla	26
La fundación, su organización y su recorrido	28



Capítulo 3

Especies biológicas identificadas en la reserva

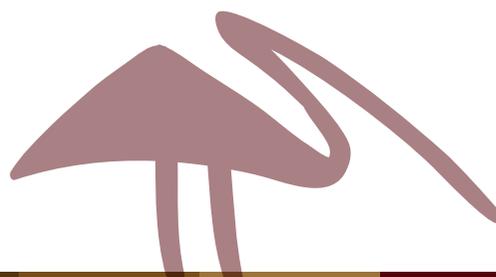
Glosario	36
Mapa de la reserva y perfiles de crecimiento de plantas identificadas	38
Familias botánicas	40



Capítulo 2

La vida en la reserva de páramo, el origen de esta guía de flora

Metodología y zonas recorridas	30
Principales hallazgos	32
Instrucciones de uso	34





AGRADECIMIENTOS



Las imágenes y relatos que presentamos aquí no serían posibles sin el permiso brindado por el territorio, sus espíritus mayores y la comunidad de Cumbal. Queremos agradecer infinitamente a la familia que compone la fundación por abrirnos las puertas de sus casas, compartir sus saberes y sonrisas, pero sobre todo por acompañarnos en el páramo y en la palabra en este proceso que solamente quiere ser semilla y fruto de lo que ha sido un camino largo y difícil, para que se renueve en las generaciones más jóvenes y resista en el tiempo. Muchas gracias por confiar en que esto es posible y por tener la consciencia de que es un paso más en un horizonte que es amplio y profundo, siendo parte de una minga por la defensa del territorio, el cuidado de la madre naturaleza y la pervivencia de la vida en comunidad.

De manera particular, queremos agradecer a Aura Tipaz Cuaical, representante legal de la fundación y gestora de estos procesos; también a don Antonio Cuaical, quien acompañó casi la totalidad de los recorridos y diálogos para la realización de esta guía, y quien guarda los recuerdos de los cambios de la familia y el páramo, siendo la memoria viva de esta publicación. También de manera especial, agradecemos a Elizabeth Ramírez, quien como estudiante de biología se vinculó como voluntaria en este trabajo. Finalmente, a Jazmín Pantoja y Andrés Cuervo, quienes han venido acompañando solidariamente diferentes procesos y quehaceres de la fundación, y quienes estuvieron al frente de esta investigación y publicación.

A todos ellos y ellas, un pay de corazón.





INTRODUCCIÓN



Esta publicación se realiza gracias a la investigación y trabajo de la fundación Monte Oscuro Yerba Amarilla (MOYA), que dedicó varios meses al recorrido del páramo, la observación y registro fotográfico de sus plantas, al diálogo entre saberes tradicionales, relatos, recuerdos, enseñanzas, y la biología desde la academia y la ciencia. Fue un tiempo de intercambio, aprendizaje y compartir en torno a las vivencias y conocimientos que guarda el páramo como ecosistema esencial para la vida y territorio sagrado donde habitan seres y espíritus mayores.

También es fundamental el apoyo de la fundación Impulso Verde Kuaspue, quienes

se sumaron a este proceso para financiar el diseño gráfico de la guía, así como en la diagramación de texto e imágenes, aportando una orientación estética que permitió ordenar e ilustrar el material recogido.

Finalmente, es crucial el apoyo que brinda el Instituto Humboldt para la publicación impresa de XX ejemplares de esta guía, lo cual sirve para poner en marcha esta herramienta pedagógica en múltiples espacios comunitarios y educativos, pudiendo entregar algunos de ellos en escuelas, colegios, bibliotecas, universidades y al territorio mismo como madre y escuela viva de donde surge todo y adonde debe volver en reciprocidad.



Guía de flora

PLANTAS Y SABERES
DEL PÁRAMO



Capítulo 1

CUMBAL, TERRITORIO DE PÁRAMOS Y FAMILIAS CUIDADORAS

Historia de la familia que cuida el páramo	24
Madre e hijos de Monte Oscuro, Yerba Amarilla	26
La fundación, su organización y su recorrido	28



Historia de la familia que cuida el páramo

La reserva de páramo denominada Monte Oscuro Yerba Amarilla, ubicada en la vereda Quilismal del resguardo de Cumbal, es una herencia de doña María Sara Irúa y de su padre, don Hipólito Irúa. Ella es la madre de los socios fundadores de la fundación que lleva el mismo nombre de la reserva. La extensión de la reserva es de 147 hectáreas y se sitúa en la franja oriental del volcán Cumbal, entre el camino que asciende desde el sector de la Ortiga y, por el norte, el camino de Guacaltud. De la reserva nacen los ríos Negro y Blanco, que abastecen la subcuenca del Río Chiquito. En los diálogos con la familia que custodia el páramo, los mayores y mayores hacen memoria y se remontan a los años 50 del siglo pasado, cuando vivían allí. En ese entonces, el poblamiento era escaso en las zonas altas y los caminos de tierra debían ser recorridos arduamente para recolectar leña para cocinar, bajar hielo y azufre del volcán, cuidar el ganado, las ovejas y cultivar las chagras.



María
Sara Irúa





Se debe compartir la palabra en Cumbal (al sur de Nariño en la frontera con Ecuador) al pie de los volcanes Cumbal y Chiles, taitas y mamás de estos territorios, para capturar el tono y sabor de estos relatos. Se debe escuchar al pie de la tulpa, al abrigo de una ruana y con la mirada en los verdes de estos campos, compartiendo el alimento y un chapilito, para percibir profundamente la sabiduría y la evocación de esta memoria y de las voces que afloran. Deseamos que ojalá el lector de estos textos pueda escuchar estas voces en persona al visitar este territorio sagrado y querido.

Para empezar a hacer memoria, nos cuenta don Antonio Cuaical: “En ese tiempo, este páramo ya había quedado así. No le paraban bolas porque decían que era un páramo y que no servía, solo era la entrada al cerro al que iban por la nieve y el azufre. Entonces la gente no vivía de otra cosa, sino de la nieve y el azufre. La nieve se vendía en Tulcán, se vendía en Ipiales, Aldana, Samaniego, en todas partes, pero en ese tiempo lo que valía era la carga era dos o tres pesos, hasta donde recuerdo.”

Nuestra mamá siempre sabía ser brava y decía: “Vayan a cuidar el monte de ustedes cuando vayan a traer leña”. En ese tiempo, la gente iba a buscar leña al monte para venderla. Se la bajaba a vender porque no había otro sustento para la gente. Había buenos árboles de encino. Entonces la gente, en noche clara o durante el día, se robaba la leña. Mi mamá dijo:

“Vayan a cuidar la leña, porque con el tiempo, ¿de dónde van a tener una carga de leña? ¿Cómo van a vivir?”

En otro momento de la conversación, don Antonio recuerda a su padre, don Manuel Tobías Cuaical, cuando él tendría unos 6 o 7 años:

“Entonces él me llevaba en la bestia y me mostraba: ‘Aquí son los mojones que nos dio el Cabildo’. Hecho con la pala una grada, y de acá va a dar a la cuchilla, y aquí corre la quebrada de Tinta, decía, y en Tasmag coje arriba al derrumbo, decía, sale a la parte del casco. Entonces así me decía mi papá. Otra vez me llevó al monte y dijo: ‘Nos vamos a regresar más abajo’. Me llevó allá al punto de la yerba amarilla, fuimos a coger la leña allí. Cogió un mortíño, el mortíño blanco. Cogió un buen bocado y dijo: ‘De este vamos a comer, de este mortíño’. Luego me sacó la camisa, el saquito, la ruana, me sopló y dijo: ‘Tienes que andar en este monte, tienes que cuidarlo como hombre’. Yo no decía nada.”

Entonces pasó otra vez que me llevó al cerro, en este punto que se llama Liadero Viejo. Llovía durísimo, el agua caía con fuerza. Dijo: “Más ratito ya se ha de aclarar”. Luego dijo: “Coja el fraile y la paja”. Se fue mi papá al cerro, cogió y se fue. Yo, como me dejó bajada la albarda de la bestia, me acurruqué allí y me quedé dormido. Después, volviendo gritó mi papá: “¡Auuuja,

juuu!”. Yo no me levanté tampoco. Llegó y preguntó: “¿Qué pasó?”. Cogió el fraile, ¿por qué no cogió?, no le contestaba. Entonces dijo, así iría a andar, tiene que estar con su mamá, entonces no le dije nada.

Evocando el tiempo que habían vivido en el páramo, don Antonio recordó de su infancia sus andanzas con su padre, la chagra que ya tenían en ese entonces y la mula que lo llevaba incluso de noche:

“Luego, me decía bajando: ‘Allá tenemos nuestro páramo, vámonos’. Nos fuimos y allí sembramos, y allá hemos de haber vivido unos 20 años, allá en el monte. Yo me subía a mi mula chiquita, que era avispada. Esa no se metía por meterse y sabía llegar a las 7 u 8 de la noche.

José Antonio
Cuaical Irua





Nosotros cogimos papa en aquel tiempo. La papa se nació porque no la pudimos cosechar bonito. De ahí ya para esta casa, mi hermana sacó la madera (se refiere a doña Rosa) que se hizo en barro pisado, y también se trajo la paja, la chacla, los tirantes. Paró esta casa, salida de allá, la madera de encino. De aquí mi mamá nos mandaba harina de maíz capio, nos mandaba morocho molido, habas, ocas, ollucos. Y mi mamá sabía madrugar, de aquí nos iba a ver allá. Y se venía trayendo sus guangos de leña. Ella anduvo harto, sabíamos andar buscando el maíz por San Juan, por Córdoba. Salíamos a La Josefina, a Chaguaipe. Solamente ella decía: “Solamente no me llevaron a Guaitarilla, Samaniego”. Con ella anduvimos bastante tiempo”.



José Miguel
Cuaical Irua
(Q. e. p. d.)

Va y viene el relato, que se ubica en el presente en un recorrido que va de los años 60 a los 2000, cuando ya dejaron de vivir en el páramo y su madre les deja en herencia mantenerlo como reserva y cuidarlo:

“Y aquí lo dejamos, y ahora nos dice la gente, varios y dicen todos los que arriba dicen que nosotros hemos entregado el páramo, que lo hemos vendido por bámbaros, vagos, por ociosos, porque no hemos sido, como dicen, hombres de trabajo, sino para la ociosidad. Por dejarlo, que no hemos sembrado, que debimos sembrar. Hasta aquí, hasta hay un familiar que dijo que lo hemos vendido nosotros. Entonces le digo, hasta ahora no está vendido, pero está dando”.

En otro momento del diálogo con don Antonio y la familia, se precisa que en ese entonces, cerca de 3 hectáreas se tenían sembradas, de las cuales todavía se observa el terreno ondulado con las huellas de los guachos de antes. Luego se retoma el relato recordando las épocas duras del frío y las “helasones”, las tierras planas y otras de donde se mantenían de la agricultura y cuando ya dejó de trabajar yendo al cerro y al monte:

“Por eso, cuando se iba a hacer una helason, se veía una sola sábana blanca. Todos estos planos hasta arriba. Arriba del cerro negro para allá, había en las matas de espinas, de esas espinas negras que dicen, solo en esas matas había más no. Y las partes donde se criaba

papa, habas, ollucos, esa era parte de allá, en el Guapul. Por la piedra para arriba y las partes para acá se criaba hoja, esta parte de aquí en el Tasmag, por Guacaltud. Eso es de Guacaltud. La parte donde nos manteníamos también era la tierra en El Salado, en la loma, donde le tocó a mi hermana, la Elena, que decía mi mamita o mi papá, les dice “Ustedes como tienen el sobrado de donde es el lado de allá abajo, hay una parte en un lado, cual es de las partes más duras del lado. Todo alrededor de la loma de Camur, la tierra de pan y dulce”.

Y en ese rancho que era de mi hermana, se iba a traer el ganado, allá a la yerba amarilla. Entonces, yo me acuerdo que cuando se oscurecía, negro, negro, yo lloraba. Pues le gritaba a mi mamá, así era, como esta vez. Entonces yo gritaba. Y ella me dejaba parado en la orilla del monte, al dar la vuelta. Dejó sembrando mi papa en una huerta, yo me acuerdo, era de una papa negra, curiquinga, una negra, chaucha. Otra que la llamaban era la pura. Era una huertica y ya de ahí ya nos venimos, ya lo dejamos y ya nos vinimos.

Cuando fuimos, ya habían quemado el rancho y hasta hoy están casi las tulpas donde cocinaban. Entonces, dijo mi hermano (el hermano mayor, ya fallecido, don Segundo), de aquí sí es bueno, entonces vamos a seguir. Ya estábamos aquí y entonces había un finado que se llamaba Marcial, un vecino. Hubo ya ganancias aquí en la tierra, en el Zapatero, que se repartió. Entonces, me dijo él, me dijo

el finado Marcial: “¿Que está yendo usted a ese cerro?, ¿qué va a sacar allá?, no va a sacar nada”, y dije yo lo llevo, vamos a ganar en el Zapatero. Están pagando tres pesos al día, dijo él, y le dan su buena taza. Y entonces le dije: “Tal vez no aguanto, ya no puedo, nos vamos, tal vez no aguanto”, le dije. “Vamos, yo lo ayudo”, dijo él. Tenía una pala, era castellano, lo que era una esquina nomás, así, una esquina de la pala, pero se mandaba un filo, esa pala, y con eso guachaba y picaba. Él me ayudaba así con unos cuatro, cinco adobes y seguía detrás, pero no se va a quedar. Hasta ahí llegué a la nieve y mi hermano ya no me pudo llevar a la nieve. No me llevó. Dijo: “Pues la ociosidad ya nadie dice nada, allá es tranquilo”. Y hasta ahí llegué.



Segundo
Valentín
Cuaical Irua
(Q. e. p. d.)



El relato es colectivo y otras personas ayudan a don Antonio a recordar que los meses más duros del verano eran de junio a agosto, época en que la gente se iba (aún sucede) al páramo, de donde nace el agua y es más húmedo.

Ahora el relato pasa en voz de doña Rosa Elvira Cuaical, que se anima y sigue en el camino de la memoria familiar, al tiempo que nietos e hijos escuchan atentos. Recordando su infancia, aparece el tejido y la guanga en la historia:

“Yo estaba chiquita, el ajuste de correr la follera se me arrancaba y decía: ‘¿Por qué arrancaste la follera?’, como eso no había las telas como hay ahora. Solo era follado de lana, enseñaban a tejer con la chontay después con el

tiempo, así llegaron los tejedores de las bayetas. Después llegó un señor a enseñar a tejer, de dónde sería. Entonces dijo mi mamita: ‘¿Cómo enseña a tejer?, para urdir palma y borlón’. Eso sí tengo una urdidora, yo aquí, cuando voy a tejer el pantalón de mi marido, viene el urdidor y me da urdiendo al gusto. En palma grande, palma chiquita, borlón chiquito y del grande; el borlón del grande era que hacía cruzada y así salía. La finada Carmelina del finado Ismael, ella ha andado urdiendo los pantalones para que teja con la chonta en la guanga. Las que sabían enseñar era mi mamita y la finada Carmelina, la finada Florinda; era tejer con chonta y con sentadora, y la que entraba para pasar la trama, sabía hacer... Tiempo de antes era grave, era duro, no era como ahora que coje la plata y compra en el pueblo lo que le guste y lo que le alcance. Antes teníamos unas 60 ovejas allá arriba”.

Ahora doña Elena Cuaical se turna en el relato y nos cuenta algo fundamental sobre la relación en ese entonces entre hombres y mujeres a la hora de heredar la tierra, cuestión que luego cambió y el páramo ha pasado de ser considerado un terreno inútil a uno de vida: “En ese tiempo, mi mamá, es que a ella no le querían dar la tierra, porque ella era mujer. Eran en el tiempo, ese tiempo en que las mujeres no teníamos barriga. Las mujeres eran... Las mujeres no tenían derecho. Entonces decían en ese tiempo que las mujeres no tienen barriga. A ella le dejaron más menos. A ella (doña

Sara) le dejaron el páramo por ser mujer. Los hermanos, ellos no querían que le dejaran allá, porque era un páramo. Pues a él le dejaban, porque a ella, solo a ella, solo a ella le dejaban, porque era mujer. Entonces le dejaban en ese páramo.

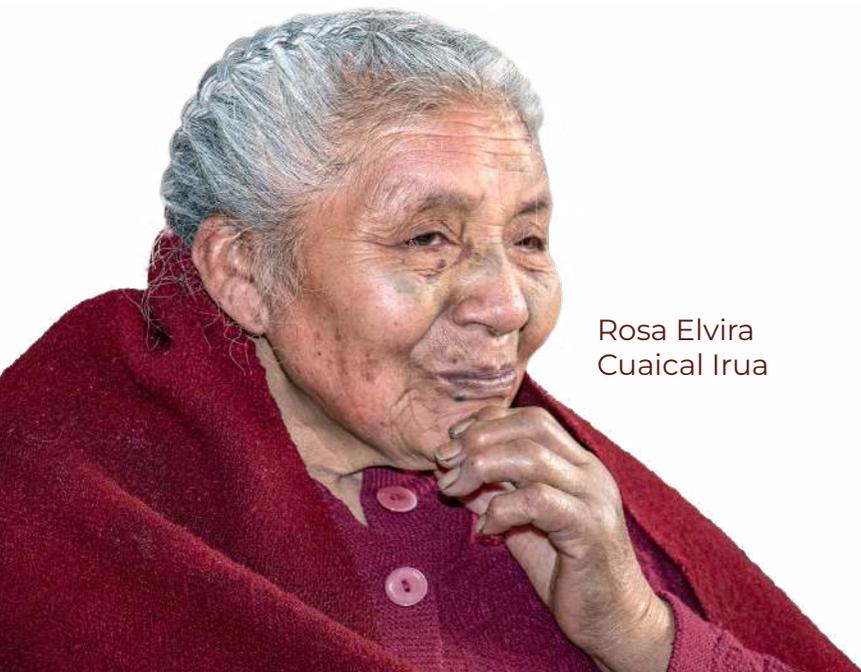
En ese tiempo, los hermanos no le hacían caso. Cuando ya después lo recogieron, lo hicieron ya, lo habían recogido. Mi papá sí ya le había hecho el documento. Entonces, ellos después decían que ellos también tenían parte y, si no, no pedían en ese tiempo ellos lo más bueno. Claro, lo más bueno ya cogían ellos y lo que no valía le dejaban a mi mamá. Por eso, esa parte, eso de aquí y en el monte, en el páramo, decir, eso es de parte de mi mamá, herencia que le dejaron a ella.”

También nos recuerda doña Elena el origen del nombre de la reserva Monte Oscuro Yerba Amarilla, junto con anécdotas de la disputa en ese entonces por la leña:

“Porque antes iban sacando con hachas hasta la raíz (los árboles para la leña). Yo me acuerdo que decían mi mamá y mi papá, que le habían colocado ese nombre, porque solamente se destapaba el cerro hasta donde el era lo que se decía. Eso, ‘hasta donde el Reinato’, hasta ahí solamente para acá era claro y lo demás era todo oscuro, todo tapado de niebla y esto no se destapaba ni un poco, nada. Entonces, por eso quedó Monte Oscuro Yerba

Amarilla, porque había una yerba amarilla, solamente criaba como musgo amarillo, era una sola sabana. Para el lado de acá de la cuchilla de Tasmag amarillo, y del otro lado, que le decíamos el Caquero, todo el valle era cortadera y nada más”.

“Me acuerdo que mi mamá decía no, cuiden este monte no, más allá decía no va a haber agua, entonces de dónde va a salir el agua y esto llegará a valer y ustedes son descuidados. Entonces ella nos mandaba al monte y a mí me daba rabia, porque cogía de mañana el café, el desayuno y se iba. Hoy día le tocaba a fulano



Rosa Elvira
Cuaical Irua



Rosa Elena
Cuaical Irua



de tal, se fue. Cogía la peinilla, se fue, y tarde ya llegaba con el guango de leña, y no podía llegar sin nada, tenía que llegar con el guango de leña. Y si llegaba sin nada entonces decía: 'A ver, ¿con qué te doy de comer? ¿Con qué? A ver, hay que cocinar, ¿y con qué te doy de comer? Por qué no hay leña'. Porque aquí no había leña, no había un árbol, no había nada. Era un solo llano, solo romerillo y moridera. Ya después la gente de allí por atrás ya siguieron sembrando árboles. Entonces, a veces nos mandaban, cuando iban al monte, nos mandaba que les robemos las albardas para que lleguen sin leña a los que iban a robar la leña. Entonces, a veces nosotros les quitábamos las

albardas y los hinchones, como ellos muy descuidados, llegaban y soltaban los hinchones y se iban al monte adentro. Entonces nosotros los estábamos viendo y cuando llegaban, ellos que se iban y nosotros ya les quitábamos las albardas, y los hinchones entonces ellos llegaban sin nada, se iban sin nada. Algunos nos perseguían porque en el paro se lo pierden".

Luego doña Natividad Cuaical pide la palabra y continúa:

"Yo no conocí a mi papá. Primeramente, mis hermanos fueron quienes me llevaron al monte a los ocho años o más, junto con mi hermana, la Rosa, la mayor, la que está aquí. Me llevó al monte. Entonces ella se venía donde la suegra y me dejó aquí donde Luis. Estábamos entre ambos con el sobrino, el hijo de mi hermana. Ella llegaba tarde y nosotros con los ojos hinchados, llorando, pensando que nos había dejado.

Ahí comenzamos a ir al monte. Más bien dicho, yo de mi parte. Mi hermana tenía una marrana, ya era más grandecita, fue a dejar una marrana allá y yora yo se me perdió esa marrana y era como cinco puercos. Entonces un perro tenía, y el perro podía irse latiendo acá, que estamos en la cuchilla. Entonces dijo: 'Me vine detrás del perro sin perder la puerca, corre y la pata limpia', como cuando eso no había zapatos, y la vine a alcanzar donde don Reinato".

"Entonces, uno se había quedado, una parte que le decíamos el Alarcón. El otro había quedado más abajo, lo llamábamos el Río Negro, y la marrana, bien la alcancé. Estaba echada, ya había podido correr, se había quedado echada donde don Reinato. Y ahí la llevé para arriba y después, como ella ya no se fue, entonces ella le dijo a mami, pues ya no se fue, dice mi hermano Segundo, pues ya vamos.

Cuando él se iba al cerro, 'yo me pegaba unas lloradas', diciendo que me ha dejado botando. Yo gritaba, decía "papacito", porque me enseñó mi mamita, digamos el papá Segundo. Entonces le decíamos "el bendito", también a mi hermana Rosa, bendita. En ese tiempo nos enseñaban a decir eso a los mayores, a decirles bendito. Entonces, como ya no fue mi hermana, entonces se lo decía a ella. Cuando él bajaba del cerro, él sabía decir "Ya va, ya va, ya va", y decía la guagua ya estaba llorando. En ese tiempo decía "la guagua". Entonces, yo ya cocinaba en una olla de barro

el morocho. Ya era sacar la mitad de la olla de morocho con leche y la otra mitad se va con sal. Ya era tarde, y yo no comía tampoco. Entonces, yo salía hasta un pozo llorando y entraba vuelta para la casa. Entonces, llegaba hija, ya voy, hija, ya voy, ya voy. Entonces, ya llegaba ¿Por qué lloras? Porque me dejaron botando, le decía yo".

"Me decía hasta aquí es nuestro, hija, ustedes vendrán a ver, de pronto ya me he de morir. Pero, entonces decía mi mamita que la quebrada Tinta arriba es, ya dentro del lado de Curiquinga, por el lado de Londona. Fuimos hasta allá y llegábamos ya tarde con mi mamita.

La que quedó fue mi mamita, ella nos cuidó. Mi papá, pues ha sido muerto en el 60, como digo. Yo no lo conocí. Ahí, pues ya como ya se fueron casando mis hermanos, yo cogía mi

María
Natividad
Cuaical Irua





caballo y, bueno, iba al monte y entre las leñas llegaba a tumbar un árbol y a la leña cargaba yo sola. Cuando nos casamos, mi esposo y yo fuimos también. Fuimos a sembrar papas en el Caquero y había buena papa allá, la papa de la roja. Entonces, vivíamos con el ganado y íbamos con mi hermana Elena.

Así es cierto, tratábamos de cuidar el monte. Después me casé y hasta el 2000, hasta ahí dejamos de llevar ganado y de ahí no hemos ido desde entonces. Entonces, el ganado por el lado de Tasmag tocaba traer. A veces, de lejos silbábamos el ganado y llegaba nomas “.

La hermana menor, doña Etelvina, finaliza el relato reiterando la insistencia de doña Sara

de ir siempre a dar vuelta al monte porque es su legado y herencia: “Soy la última de todos, la menor. Mi mamá decía: ‘Vayan a rodear, porque es para que se mantengan ustedes’. Entonces nos mandaba ella. Entonces nos íbamos al páramo y así cuidábamos harto el ganado allá, con mis hermanas y así a medida que se fueron casando, ellas cogían el ganado y se iban las dos al páramo. Decía: ‘Vos quédate en la casa’, y mi mamita se iba al pueblo. Como no había, se iban al monte. Después, ya me mandaban al monte, a decir que lo cuidemos. El páramo es para que lo mantengan y ya hicieron esa fundación, y ahí quedó”.

Hasta que nos casábamos, si íbamos al monte. Allá pararon una casita y después, como ya le dije, la dejamos y hasta la fueron robando; la casa se destruyó. Mi mamita a todos nos dejó nombrando nuestros pedacitos. Yo pienso y digo que fuéramos todavía a trabajar, pero dicen que ya no se puede. Entonces yo dejaré a mis hijos, eso no más, ahí queda”.

Desde el año 2000 no subieron más al monte y la familia se quedó viviendo en las veredas de las zonas bajas, dejando el páramo para la conservación y cumpliendo el deseo de doña Sara Irua. Ahora, sus hijos e hijas pasan la palabra y la lucha a sus herederos y nietos, que también hacen memoria de años más recientes y comparten su visión del momento presente y de lo que viene.



María Etelvina
Cuaical Irua





Madre e hijos de Monte Oscuro, Yerba Amarilla

En el diálogo se anima Iván Taramuel, esposo de Melba Tipaz y yerno de doña Elena Cuaical. Nos comenta del tiempo de sus padres, cuando no había árboles maderables en la zona plana sino solamente en el monte arriba:

“Cuando el papá dijo que conserven, yo quiero aportar en eso, y entonces cuenta mi padre, igual que aportó don Antonio, que... Y se analiza también, que esto era toda una planicie y una de la loma de Camur, donde nació mi papá. Entonces, se miraba para acá, una sola planada y cuando eran las heladas, una sola blanqueada, y asimismo para Guachucal. Entonces, cuando eso, les dijeron que cuidara el páramo a don Antonio, porque no había dónde tener leña, como dicen, no hubo árboles, no había los árboles. Después, cuando llegaron el eucalipto, el pino, el ciprés, entonces, entonces ya, por ejemplo, comienzan a sembrar la gente y se acaba la saqueada, por decirlo así, del monte, la deforestación. Hoy en día, por ejemplo, el eucalipto, todos los árboles, la acacia, nos dan bastante leña y ya no tenemos necesidad de ir al monte, y también está el

gas. De lo contrario, es posible que no hubiera montes Así se los cuiden, no hubiera montes. Entonces, en ese aspecto, yo quería aportar”.

También levanta la mano Marcos Revelo, hijo de doña Etelvina Cuaical, y nos comparte momentos de su infancia y del origen de la fundación creada para proteger el páramo:

“Para concluir la historia, de los siete hijos que salieron de la abuelita Sara, que ella fue la dueña de ese territorio, de ese páramo. Fue como decir una tierra que en ese tiempo trabajaron, porque de ahí era el fruto que había para poder subsistir. Entonces, ahí es el tiempo en la tierra para trabajar. Igualmente, ellos ahí, digamos que netamente, se criaron allá. Sí, se criaron y se relacionaron con la madre naturaleza, junto a nuestro taita, el taita volcán que es el padre

de todos los cumbaleños. Y pues ahí diríamos que ese es... Allá siempre nuestros mayores, nuestros papás, nuestras tías, el tío Antonio, pues han comentado la historia de cómo se vivió allá en el páramo. Pues unas veces uno se sienta en la tulpa y comienza a conversar, pues siente que se pone a ver el tiempo, uno se imagina cómo ellos anduvieron, cómo ellos estuvieron allá con el pie limpio, todo el día.

¿Cómo se alzaron las piedras de leña y las traían para vender al pueblo? Entonces uno se queda pensando, porque pues uno en este momento es como, no, es imposible, yo no alzo una carga de leña y venirme hasta acá y venderla. Yo me acuerdo que mi papá fue al paramo y él me llevó a los cinco años sentado delante de los caballos, hasta los trece años fuimos a traer leña, incluso mi papa él se

cargaba solo la carga de leña, y a mí me ponía como una vara a tener la leña, y decía no la vas a... no la vas a hacer caer porque pues se cae todo. Entonces decía, pues ese más o menos era el procedimiento que él le hacía y es lo que ellos los mayores también hacían antes. Pues mi papá se cargaba la carga de leña y un caballo lo ponía en un canelón para tenerlo más seguro; eso me conversaba cuando iba conmigo, pero solo se cargaba solo una carga de leña, se daban sus formas.

Cuando tenía 12 años ellos iban con el ganado todavía, y madrugábamos a sacar la leche y viví algo muy bonito allá, me acuerdo, tengo la imagen del amanecer, ojalá algún vayamos a ver un amanecer allá, y por ejemplo en verano, una situación que no sé, a uno lo lleva a otro nivel, a otro mundo, a soñar las cosas





más allá...entonces mirando la situación que ya no llevábamos ganado, y queríamos trabajar allá, pero entonces mirando la situación a nosotros nos enseñaban la educación en la escuela que hay que preservar la naturaleza, de aquí a 25 años no va haber agua. Esa es la situación, mirando esa situación don Alfonso Tipaz, en ese tiempo todavía estaba la abuelita, estaba el tío Segundo Cuaical, Miguel Cuaical, Antonio Cuaical, la tía Elena, Natividad Cuaical y la tía María Etelvina. Mirando esa situación que la gente se estaba entrando a coger leña y en ese tiempo se estaba haciendo el acueducto de la vereda Cuaical y en ese tiempo me comentaba mi papá que hubo una lucha, unos querían dejar que salga el agua que era la comunidad y otros que no querían que salga el agua que eran los herederos. En esa lucha del agua nos decían que eso es baldío, que eso no tiene dueños y se los vamos a quitar, eso me comentaba mi papá y se alegaban con el finado

Miguel Ángel Alpala, líder de la comunidad de Cuaical que en paz descansa, que era el líder de la comunidad que promovían eso, que ese territorio lo querían recuperar y que se hicieran dueños ellos.

Entonces, mirando esa problemática, la familia aquí en Cuaical decidió hacer una asociación para tener peso y que nadie lo quite; así las cosas en la casa del tío Antonio (como eso pertenecía a la abuelita), lo defendieron. Entonces, se reunía toda la familia y dijeron: “Hagamos una fundación para que coja peso y nadie lo pueda quitar, para poder dejárselo a nuestros hijos”. En ese tiempo, yo tenía 10 años o 12 años, uno pequeño, lo que recuerdo, pero estaba metido en lo que ellos hacían. Entonces, se reunieron todos los tíos, estuvo mi papá, Don Alfonso, y estuvo Don Silvio Cuaical. Entonces, dijeron: “Hagamos una fundación”, y así ha seguido avanzando. No recuerdo el

año de fundación, más o menos en el 2000, y se realizaban reuniones. En ese momento, en el páramo ya no había nada; la casa que habitaban ellas solo tenía el puesto. Entonces, dijeron: “Vamos a recorrer los linderos y vamos a hacer la casa”. Ahí recuerdo que se realizaban grandes mingas para cobrar fuerza, porque la gente se estaba desanimando.

Como todos nos uníamos y todos colocábamos una cuota de 20 mil pesos, de todas maneras, nuestros papás lucharon e hicieron la forma de conservar y lo legalizaron, para que nadie lo pueda quitar. Entonces, ya como que son 23 años de lo que se está conformado, y gracias a ellos y a esa lucha es que está nuestro páramo vivo, y estamos tomando este jugo gracias a la conservación de allá. Ahí dejo este pequeño resumen de la historia”.

A su vez, don Pablo Alpala, esposo de doña Alejandrina Tarapués y yerno de doña Rosa Cuaical, así como vicepresidente actual de la fundación, trae algunos recuerdos y mensajes para el diálogo:

“Hasta donde se cuenta, de ahí para acá, de ahí la historia. Yo soy yerno de doña Rosa Cuaical Irua. Cierta Irua, de ese tiempo pues, acá doña Rosa decía: ‘Tenemos nuestro páramo, nuestros recursos’, y la verdad se ha venido conservando, se ha venido luchando. Yo, al integrarme en la familia, siempre supe que ciertas veces salían las cuatro quebraditas del río desde el monte y desde allá de la vereda Tasmag no sale. Ese es el terruño que tiene la finca del Monte Oscuro Yerba Amarilla. Entonces, en ese entonces, mi mamá y mi padre tenían el pedazo de tierra llamado el Alarcón, ahí sabíamos ir como tal, como vecinos, hasta ahí llegaba el Alarcón. Es verdad que se dice Monte Oscuro Yerba Amarilla, sabía taparse de niebla y regresaba nuevamente para arriba y el cerro en verdaderamente cuando sabía llover, salían unas bramaciones de las dos bocas del cerro de arriba y unos vientos, de arriba mandaba para abajo y eso era duro como dice el comentario y se cuenta porque esta experiencia viene desde hace tiempo y va a quedar para nuestros hijos.

Entonces, uno recuerda de allá, más antes esto eran planadas, no había árboles. Recuerdo que mi papá me llevaba de Ipiales para abajo, decía: “Busquemos semilla de arbolitos para que quizás las heladas se sostengan debajo de los arbolitos”. Traía el ciprés, el eucalipto, y se fue abriendo la reforestación que llamamos. Después vino el Sena, nos enseñaban la ganadería, las vacas lecheras, a castrar, a hacer veterinario, a cuidar el ganado. Entonces, se





siguió reforestando todo esto, y la gente sabía tener sus almácigos, y como ese eucalipto bota mucha pepa, habiendo arbolitos y siguieron creciendo más y más. Como antes no había gas, acudíamos a los páramos donde había los montesitos, y vamos tumbando árboles y cargando leña, como se comenta. A mí me tocó cargar solo la carga de leña, llegaba y con eso era para la casa, y otro para la venta, porque antes era escasa la plata y no había eso de lácteos.

De repente, apareció un señor recogiendo de un litro para arriba. Cuando eso, como no había motos, apareció recogiendo leche en una moto y le sabíamos entregar de uno o dos litros. Cuando se le llenaba, recogió dos litros no más. Con el tiempo, eso ha ido cambiando y eso queda como una historia que contar. Ahí, ciertamente, decíamos: “Dejemos arriba el Monte Oscuro para la reforestación”. En el 91 me fui a vivir al Tambillo, que era muy frío y no había casi gente.

Entonces, por ahí, cierto recalando de allá del Tambillo nos reuníamos y de ahí no le tocamos, no le talamos un árbol al Monte Oscuro. Llevamos leña de acá, solo le quitamos la pajita, del resto llevamos todo. Pero, como hay malas manos, han ido quitando los tirantes. Entonces, pensábamos que faltó unión, faltó un poco más de recursos. Pensábamos en hacer una maloca para ir, pero decíamos: “¿Quién se va a animar para ir por allá?”. Pero, como aquí tenemos un pedacito de tierra, aquí nos mantuvimos, y allá

quedó solo, y la mantención del Monte Oscuro se quedó. Y el agüita, decíamos, es uno de los recursos naturales, y el agüita debe quedar.

En la vereda Quillismal, sector la Ortiga, surgió un conflicto con respecto al acueducto. La familia Irua no quería ceder, porque era de hacerlo de arriba donde nace el agua, como la familia Irúa Cuaical no dejó, se lo hizo el acueducto desde más abajo. Entonces se hizo el acueducto y decían que no nos daban agua, al último se quedó entre la familia, entre los 7 hermanos que han de dar una llave, decían que los hijos de nuestros hijos debían de tener llaves, entonces cierto que se tuvo ese acueducto y en la actualidad existen más de 500 llaves.

De ahí para allá, como se ha seguido abundando la familia como que siguieron vendiendo las llaves, ese es el abastecimiento que da el Monte Oscuro Yerba Amarilla y a nosotros no nos ha ayudado nadie, ni Corponariño que se le ha dicho que no se presente acá porque son tierras de resguardo y no hemos dejado, porque una vez que yo fui presidente de un enfriador me pedían la licencia de agua entonces yo dije que no, le dije al Cabildo que me diera la concesión del agua, deme una firma que esto es tierra de resguardo... y ya tiempo después como familias hemos llevado los arbolitos y la madre naturaleza sola también se ha regenerado para que el Monte Oscuro se quedó y dijimos ya no vamos, y ya está quieto.

Hacer este libro es importante, ya que estamos contando toda esta historia para que sea conocida tanto en el presente como en el futuro. Esta agua nos abastece a nosotros, porque acabar el paramito eso es fácil, pero para que vuelva a crecer es duro”.

Para concluir este relato de memoria, Isabel Tarapués, una de las líderes de la fundación encargada de la línea de tejidos y artesanías, reflexiona sobre el presente y el futuro que demandan lucha y persistencia:

“A pesar de las dificultades que hemos enfrentado, se ha ido saliendo adelante. Se obtuvo la personería jurídica a partir de lo que se hizo. Inicialmente, en cuestión de trabajo al principio no fue posible hacer mucho, pero se hizo organización y se mantuvo la reserva. Tenemos una joya que hemos cuidado y mantenido, aunque muchos dicen que podríamos haber aprovechado más el terreno abandonado con tractores y obtener más frutos de lo que actualmente obtenemos, pero gracias a la abuelita, tíos y tías, hemos sostenido esa lucha. Esto no solo ha beneficiado a nuestra familia, sino también a la comunidad. Este aspecto no es visible para las personas externas, ya que si hubiéramos trabajado el terreno como sugieren, el agua se habría secado, y es de allí, de donde nace el agua, donde más de 500 familias se benefician.

Si nosotros sabemos hacer desagües, hacer un terreno de producción, pero sabemos

que la madre naturaleza es sabia. Ella sabe dónde coloca sus plantas y donde nosotros podemos trabajar también. Podríamos cosechar dos o tres veces, pero eso convertiría la tierra en un desierto. Esto causaría daños a la gente y a nosotros mismos, además de agotar el recurso más vital: el agua, que es la esencia de nuestra vida.

No es que no queramos trabajar, sino que estamos pensando en el futuro de nuestros hijos. Hoy en día, ustedes ven que 1 litro de leche cuesta menos que el agua. Si no continuamos cuidando nuestra naturaleza y el agua, bien, nosotros ya estamos avanzados en nuestras vidas, estamos en una etapa más avanzada, pero para las generaciones que vienen, las cosas serán difíciles.

Queremos estar presentes en esos momentos. Agradecemos también a ustedes por este esfuerzo al crear esta cartilla, para hacer visible nuestra causa. Algunos pueden pensar que esto no tiene importancia, pero es en este libro donde se plasma lo que hemos buscado y lo que hemos tratado de fortalecer y cuidar.

La familia Cuaical Irua y sus descendientes han estado cuidando el páramo, el agua y la vida del territorio. Ahora, examinaremos la situación actual de la fundación y el camino recorrido, que sirve de guía para quienes continúan con este legado de protección y defensa de la naturaleza.



La fundación, su organización y su recorrido

La Fundación Indígena, Ambiental y Agropecuaria “Monte Oscuro Yerba Amarilla” nace con la reserva, y su constitución tiene como fecha el año 2002. En la actualidad, existen 45 familias que, a su vez, representan 140 integrantes en total, contando con los mayores y los guaguas. Como se decía al inicio, en este páramo nacen los ríos Blanco y Negro, que abastecen el Río Chiquito; a su vez, este alimenta la subcuenca del Río Blanco o Río Grande, que más abajo se convierte en el Guáitara.

De la reserva Monte Oscuro Yerba Amarilla se benefician del agua las veredas: Quilismal, Cuaical, Tasmag, los sectores de Puenguelan, Romerillo, la Ortiga, los sectores de las Tolas y Machines, así como Cimarrones. También la vereda de Cuetial y los sectores de Chima, El Salado, San José y Cuaspud Grande, al igual que el acueducto del casco urbano de Ipiales, el segundo municipio más grande de Nariño. Como se ha mencionado, desde el año 2000, el páramo se dejó quieto y se ha regenerado por su cuenta. Posteriormente, con la personería

jurídica y una organización más consolidada, la fundación logra en el año 2017 gestionar apoyos para realizar restauración ecológica de 10 hectáreas, con la siembra de especies nativas, así como el impulso al cultivo de las chagras, la siembra de plantas aromáticas y la construcción de un vivero para propagación de especies nativas así como elaboración de tejidos en guanga y artesanías.

Desde entonces, se han definido y fortalecido líneas de trabajo que ayudan a dinamizar las gestiones y esfuerzos, según saberes, habilidades y experticias. Han sido diversas las actividades que se han logrado llevar a cabo, así como eventos en los que hemos participado. Estos van desde conversatorios públicos sobre conservación ambiental, alianzas en producción agroecológica, mindalas para el intercambio de productos agrícolas, participación en ferias y espacios comunitarios, talleres de fotografía de naturaleza, jornadas de avistamiento de aves, hasta la participación en espacios de política pública ambiental, movilizaciones, mingas, talleres formativos de elaboración de productos cosméticos, proyectos de turismo comunitario y comercialización de tejidos y artesanías, entre otros. Recientemente, se han definido estas líneas de trabajo:

Protección ambiental: conservación y restauración ecológica de la reserva de páramo, basadas en la regeneración pasiva del propio ecosistema. Esto redundará en la recuperación de la presencia de flora y fauna, así como en el cuidado de las fuentes hídricas.





Educación ambiental: producción de contenidos y narrativas para la visibilización de los riesgos y problemáticas que enfrenta el páramo, asociados a la quema y tala por la extensión de la frontera agrícola. Se han realizado diferentes productos audiovisuales, y ahora se presenta esta guía fotográfica y narrativa. Esta guía ayudará a continuar con espacios comunitarios y educativos que redunden en la sensibilización y movilización por la protección de la biodiversidad del páramo y el agua.

Producción agroecológica: cultivo y mantenimiento de chagras familiares como unidades de sustento y seguridad alimentaria. Esto se basa en la conservación de semillas, abonos orgánicos, ciclos cortos de intercambio y comercialización, así como fuente de autoabastecimiento. Se crían plantas aromáticas, hortalizas, tubérculos, granos y plantas medicinales,

junto con especies menores como gallinas, cuyes y conejos, además del ganado de leche. Algunos socios también mantienen criaderos de trucha.

Tejidos en guanga y artesanías: elaboración tradicional de tejidos en guanga, como bufandas, mochilas, pulseras, ruanas, mantas, cobijas, entre otros elementos para el hogar y el vestuario.

Turismo comunitario: gestión de apoyos y formación para la definición de una ruta de turismo de naturaleza, cultural y comunitario. Esto se basa en las líneas anteriores y recoge otros saberes y oficios, como carpintería, gastronomía, venta de postres y derivados lácteos, hospedaje y guianza. Se pretende englobar todas las líneas de trabajo dentro de una ruta de turismo con productos, servicios, capacidades de carga y atención, donde la integralidad de nuestra cultura, economía propia y cuidado del páramo se expresen y defiendan.



Guía de flora

PLANTAS Y SABERES DEL PÁRAMO



Capítulo 2

LA VIDA EN LA RESERVA
DE PÁRAMO, EL ORIGEN
DE ESTA GUÍA DE FLORA



Metodología y zonas
recorridas 24

Principales hallazgos 26

Instrucciones de uso 28





Metodología y zonas recorridas

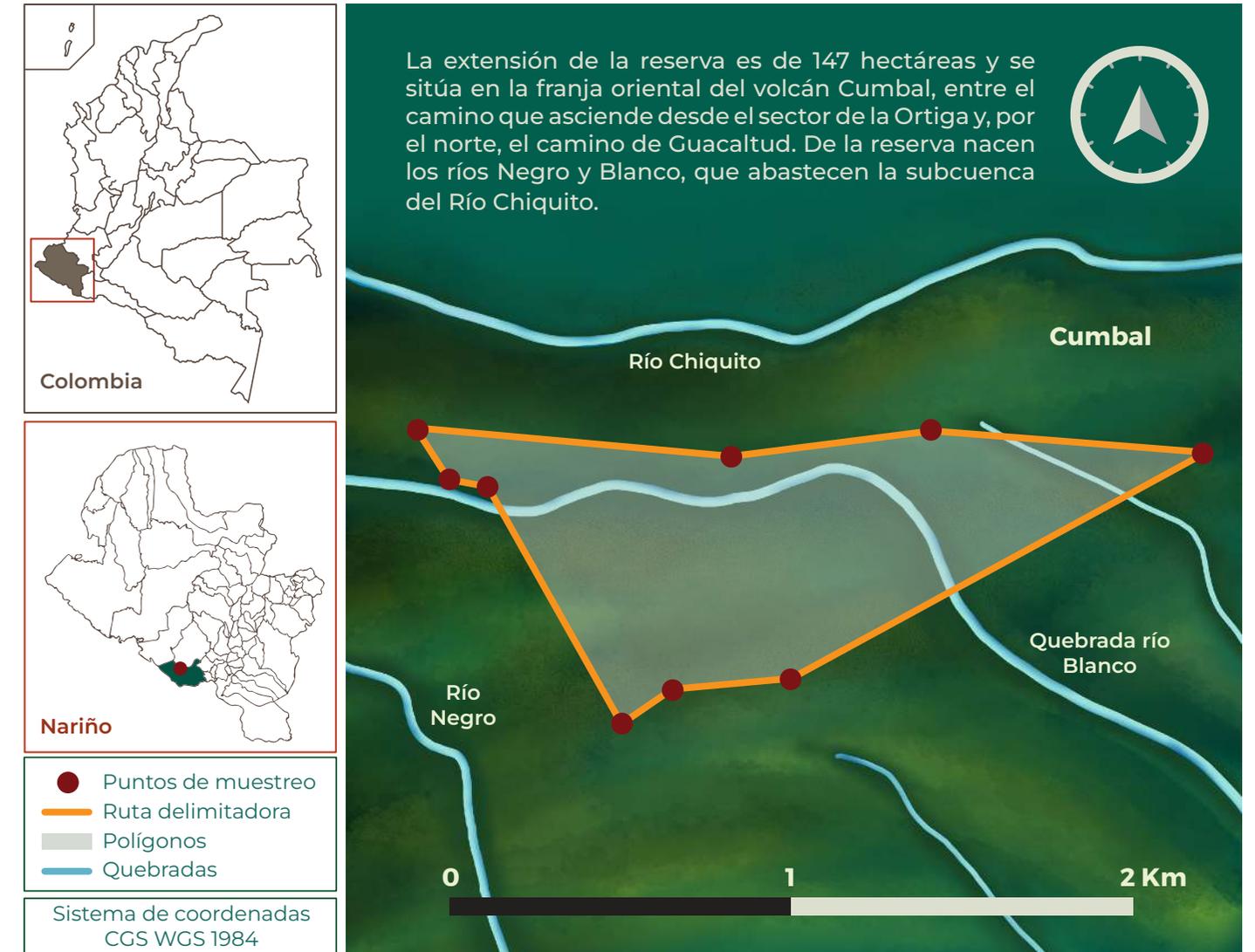
Esta guía se logró elaborar desde el año 2021 hasta la actualidad, siendo un camino largo y de esfuerzos múltiples. Comenzó con 9 recorridos al páramo de la mano de integrantes de la fundación, siempre basados en el diálogo de saberes entre conocimientos propios y el correlato desde la biología. Durante estos periplos, se realizó el registro fotográfico y de notas de las especies observadas. Los recorridos se realizaron alternando las zonas de

cobertura vegetal que posee la reserva, desde pajonales, pantano, páramo y bosque nativo.

Posteriormente, se llevaron a cabo 5 encuentros e intercambios con integrantes de la comunidad, donde se logró ampliar la información sobre nombres comunes, usos tradicionales, relatos y recuerdos. Esto se hizo en diálogo con los nombres científicos, los servicios ecosistémicos y ambientales. También se utilizaron fotografías impresas que dinamizaron las conversaciones.



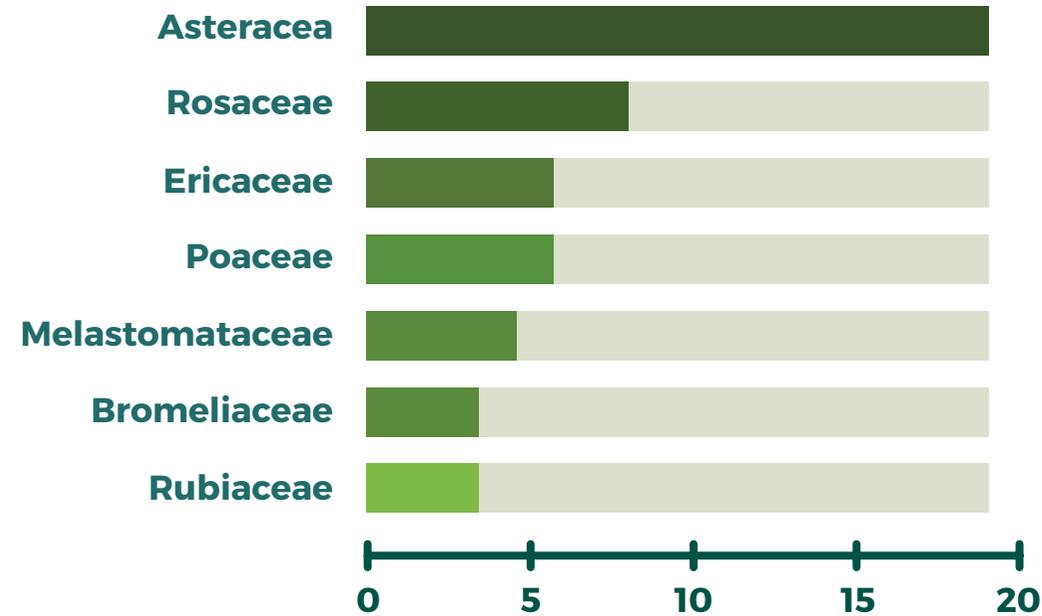
Mapa de la reserva



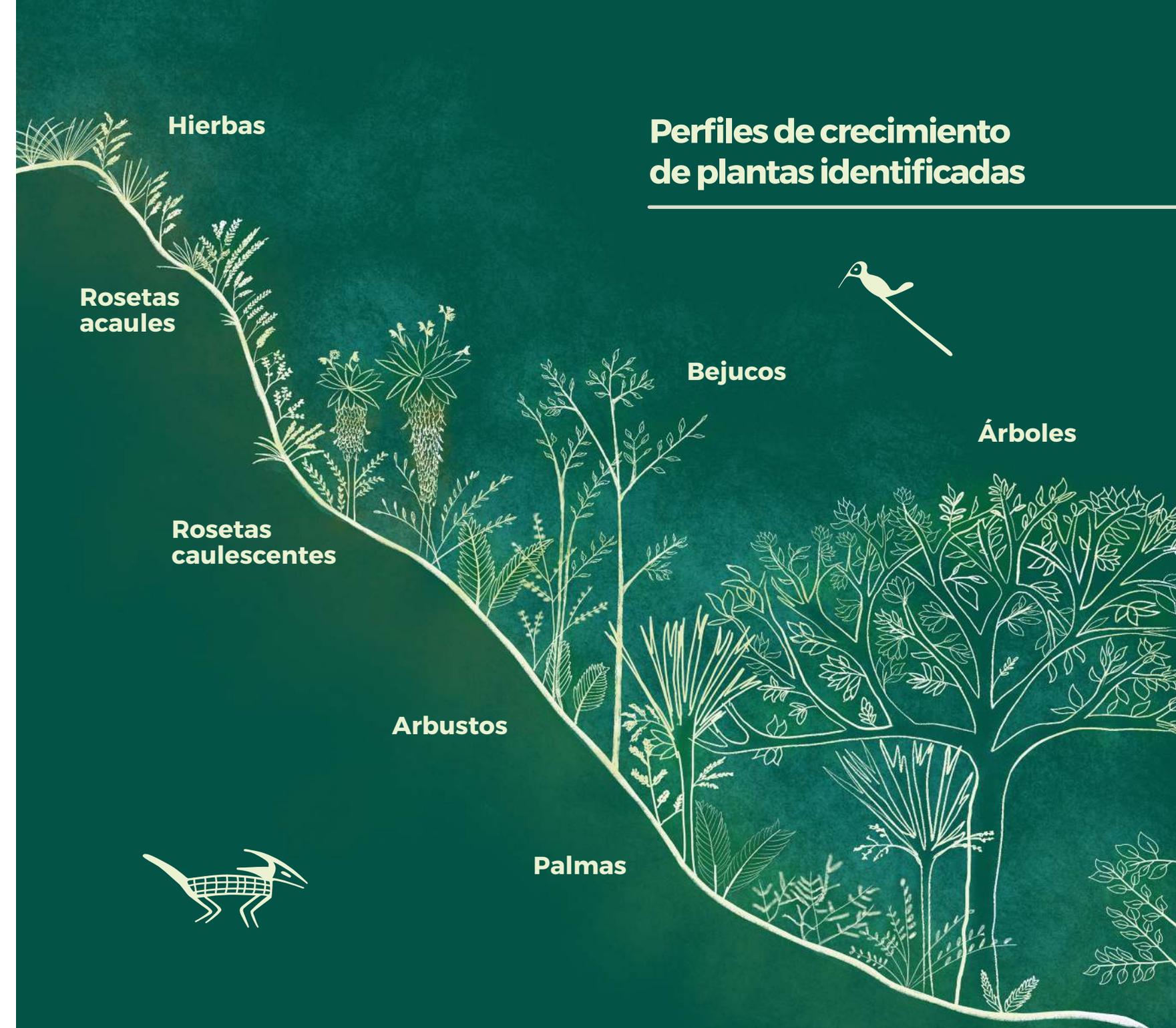


Principales hallazgos

Se identificaron 93 especies de plantas, compuestas en 46 familias biológicas, distribuidas de esta manera:



En la reserva del Monte Oscuro, Yerba amarilla, la cual hace parte del complejo de páramos Chiles-Cumbal, se ha identificado la presencia de estas siete familias botánicas. Se destacan por su diversidad y adaptaciones particulares, y cada una alberga una amplia variedad de especies.



Perfiles de crecimiento de plantas identificadas



Glosario



Acaule: planta con tallo corto con apariencia como si no lo tuviera y sus hojas nacieran directamente desde el suelo.

Ápice: parte externa superior o punta de la hoja.

Arborescente: planta leñosa con crecimiento de tipo arbóreo o con forma de árbol.

Arbusto: planta leñosa ramificada similar a un árbol, pero de menor tamaño.

Hoja arriñonada: hoja con forma semejante a un riñón.

Hojas basales: hojas que se originan en la base del tallo.

Bráctea: hoja modificada situada en la parte cercana a las flores y desempeñan una función de protección, denominada comúnmente como “falsas flores”.

Brote: crecimiento nuevo de hojas, tallos y yemas.

Cabezuela: sinónimo de capítulo.

Capítulo: Inflorescencia formada por numerosas flores sésiles (flor que carece de pedúnculo), protegidas por brácteas, que, en conjunto, dan la sensación de ser una sola flor. Característica principal de las especies pertenecientes a la familia de las asteráceas.

Caulescente: planta con un tallo desarrollado y diferenciado de la raíz.

Cojín: formación en conjunto de plantas a nivel del suelo, que dan apariencia a una almohadilla.

Copa: conjunto de ramas y hojas que forman la parte más alta de un árbol.

Coriácea: hoja con textura dura y flexible, similar a la del cuero.

Dehiscente: apertura natural del fruto en su madurez para liberar sus semillas.

Dispersión: mecanismo natural de transporte de las semillas para poblar nuevas superficies.

Entrenudo: parte del tallo comprendida entre dos nudos consecutivos.

Envés: parte opuesta o inferior de la hoja.

Epífita: planta que sobrevive sobre otras plantas, a las que utiliza como soporte, sin utilizar sus nutrientes.

Erecta: disposición del tallo totalmente vertical, enderezado o rígido. Sinónimo de erguido.

Escama: Órganos de la planta u hojas pequeñas

que tienen forma y consistencia parecidas a las escamas de los peces.

Espina: estructura endurecida, de forma aguda y punzante.

Filidio: estructuras similares a las hojas. Término utilizado en lugar de hojas limitado al grupo de los musgos.

Foliolo: hace referencia a cada una de las pequeñas hojas que conforman una hoja compuesta.

Fronde: término utilizado para hacer referencia a la totalidad de la hoja de los helechos.

Haz: cara superior de la hoja, normalmente más brillante y lisa. Opuesto al envés.

Hoja compuesta: hoja que está formada por estructuras pequeñas similares a las hojas llamadas foliolos.

Hoja simple: aquella que solo tiene una hoja.

Indumento: Conjunto de pelos, glándulas o





escamas, que recubren a un órgano de una planta.

Inflorescencia: conjunto de numerosas flores, situadas sobre las ramas o los tallos.

Lanceolada: hoja con forma de punta de lanza.

Latencia: condición de la semilla que permite sobrevivir a condiciones ambientales desfavorables.

Macolla: Conjunto de brotes que nacen desde la base de un mismo pie de algunas plantas herbáceas.

Margen: borde de la hoja.

Ovoide: hoja con forma circular alargada.

Pecíolo: estructura delgada que une a las hojas con el tallo.

Pedúnculo: pequeño tallo que sostiene y une a las flores solitarias o inflorescencias con el tallo.

Pinna: Sinónimo de foliolo o de fronde.

Postrado: planta con crecimiento horizontal, con tallos rastreros, generalmente tendidos sobre el suelo:

Pubescente: estructuras vegetales cubiertos con pelos o vellos suaves.

Raquis: Nervadura principal de las hojas compuestas en el que se insertan los folíolos.

Reptante: sinónimo de planta rastrera o postrada.

Rizoma: tallo subterráneo que crece paralelo al suelo, presenta varias yemas que dan origen a raíces y ramas aéreas verticales.

Senescente: último estado de desarrollo de la planta que finaliza con la muerte de la misma.

Soro: estructuras reproductivas de los helechos. Se encuentran generalmente en el envés de las frondas, presentan una apariencia de cápsula o saco de color amarillo, en donde se encuentran agrupadas las esporas.

Tomentoso: conjunto de pelos o vellos que forman una capa muy densa, recubriendo distintas estructuras de la planta.

Tricomas: protuberancias de la epidermis de las plantas. Son de estructura y función variable. Algunos ejemplos son los denominados pelos, escamas y papilas.

Yema: estructuras ubicadas en la parte terminal del tallo principal, encargado del crecimiento de la planta y la generación de nuevas partes como ramas, hojas o flores.



Guía de flora

**PLANTAS Y SABERES
DEL PÁRAMO**

Capítulo 3

ESPECIES BIOLÓGICAS IDENTIFICADAS EN LA RESERVA

Metodología y zonas
recorridas 24

Principales hallazgos 26

Instrucciones de uso 28

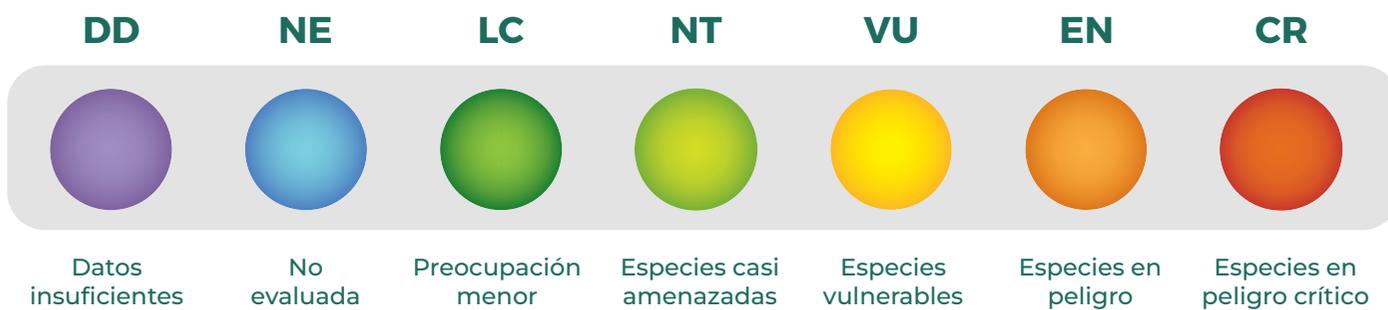




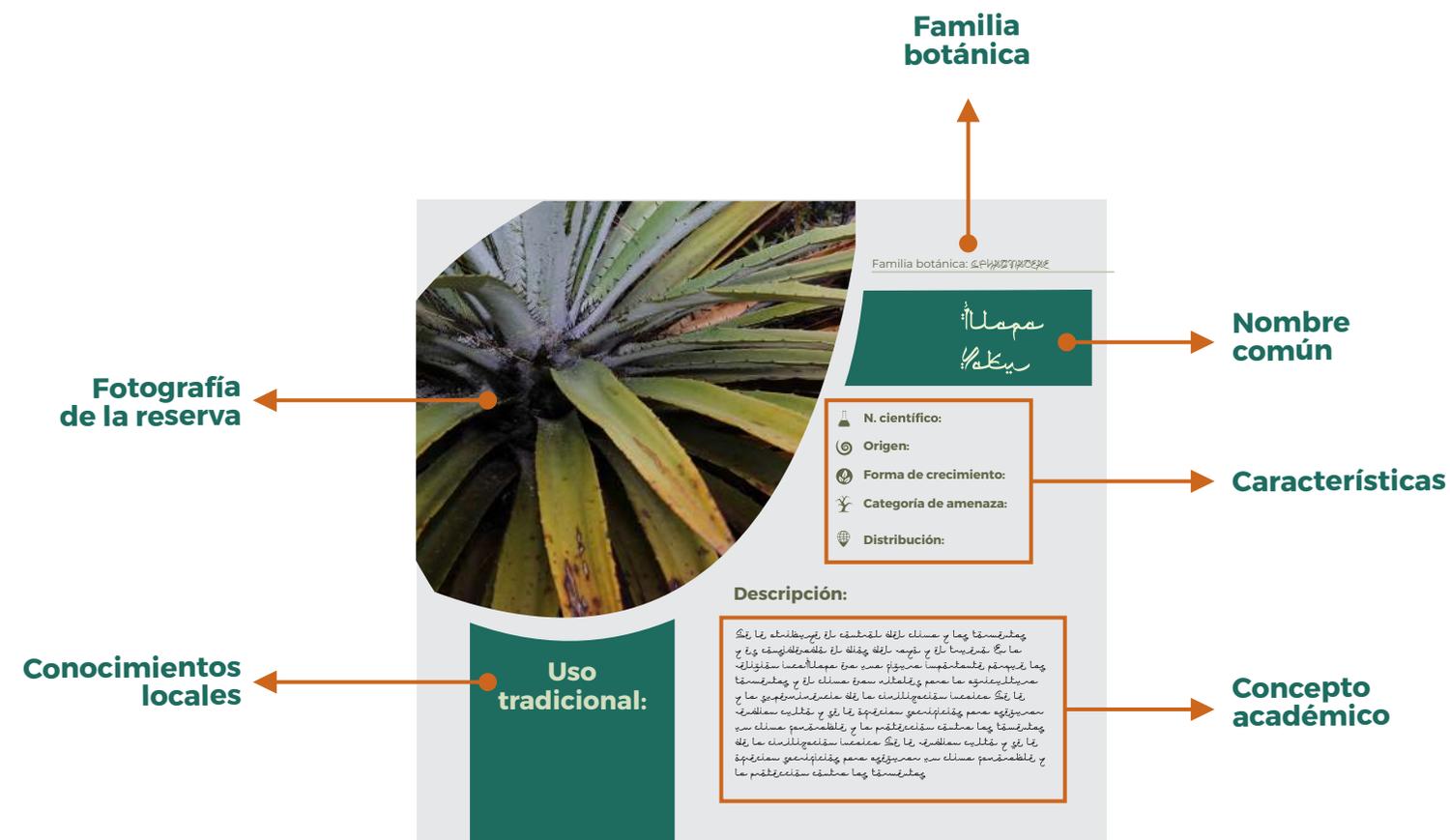
Nota orientadora

La organización de las especies en esta guía, se divide en tres grupos: el primer grupo denominado como Briofitos, está representado por plantas no vasculares, como los musgos. Seguido, se encuentra el grupo de plantas vasculares y que no presentan semillas (Pteridophyta), representados por helechos y plantas afines como licopodios y equisetos. Por último, en el grupo con mayor diversidad y número de especies, se encuentran las plantas vasculares con flores (Angiospermas). Dentro de cada clasificación, las especies están dispuestas en orden alfabético por familias y géneros.

Categoría de amenaza



Instrucciones de uso





BRYOPHYTA
PLANTAS NO
VASCULARES





Familia botánica: SPHAGNACEAE

Musgo rosado

-  **N. científico:** Sphagnum sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** --
-  **Categoría de amenaza:** DD ●
-  **Distribución:** América tropical desde 1800 hasta 3800 msnm.

Descripción:

Sphagnum, es un género con numerosas especies de musgo llamados comúnmente como “musgos de turbera”. Esta especie se la encuentra postrada en el suelo, formando amplios cojines. No son de gran altura. Presenta hojas muy pequeñas denominadas filidios, que pueden ser de color verde claro o rojo. Los musgos son importantes en los páramos por la enorme capacidad de retención de agua, esto, debido a las propiedades absorbentes del musgo. Su rol ecológico en la alta montaña es significativo para el funcionamiento del ecosistema, como agentes activos de retención de agua, colonizadores y estabilizadores del suelo. Por consiguiente, si estos túrbales se destruyen, los daños a los sistemas hidrológicos locales pueden resultar enormes.

Uso tradicional:

Uso medicinal contra la picadura de mosquitos, se mastica y frota para aliviar y prevenir picaduras. Turbera componente de sustrato.



Familia botánica: SPHAGNACEAE

Musgo

-  **N. científico:** Sphagnum sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** --
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** América tropical desde 1800 hasta 3800 msnm.

Descripción:

Puede crecer en una amplia variedad de tonalidades, que van desde el verde hasta el blanquecino, pasando por tonos verdes, anaranjados y rojo pálido, así como ocre. Breutelia es un género de musgos hepáticas perteneciente a la familia Bartramiaceae. Habita en rocas, suelos, troncos y ramas de árboles, mostrando una preferencia por entornos muy húmedos o hábitats acuáticos, ya que requieren agua líquida para llevar a cabo el proceso de fecundación. Estos musgos poseen tallos extremadamente largos y flexibles, que son delgados. Las hojas de los tallos y ramas son imbricadas o reflexas cuando se secan, extendidas al mojarse.

Uso tradicional:

Proveen de turba para horticultura de gran calidad y combustible, pueden servir de camas de germinación de algunas plantas pequeñas pues son absorbentes, descompuestas moderadamente para biofiltros.



PTERIDOPHYTA
HELECHOS Y
AFINES





Familia botánica: BLECHNACEAE

Helecho grueso

-  **N. científico:** *Blechnum auratum* (Fée) RM Tryon & Stolze
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** --
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Costa Rica hasta Perú a 2000 - 3800 msnm.

Descripción:

Helecho arborescente de gran tamaño (2 m) y de frondas (conjunto de hojas y ramas) de gran diámetro, característica que permite diferenciarse de *Blechnum loxense*, que tiene las frondas delgadas. Las frondas son de color verde claro y presentan escamas color café. Crece en pendientes húmedas, turberas, humedales y sobre rocas.

Uso tradicional:

En infusión y alcohol sirve para los nervios y el colerín. El tallo puede ser usado para construcción de puentes.

Familia botánica: BLECHNACEAE

Helecho de páramo

-  **N. científico:** *Blechnum loxense* (Kunth) Hook. ex Salomon
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:**

Descripción:

Planta cuyo tronco puede alcanzar 1 m de altura. Sus frondas son delgadas en comparación con la especie *Blechnum auratum*. Presenta escamas café abundantes sobre sus frondas. Crece tanto en el interior como en las afueras de los parches de bosque. Cuando crece en zonas periféricas, forma agrupaciones robustas, en ocasiones impenetrables. Dentro del bosque los individuos se encuentran por lo general dispersos.

Uso tradicional:

Se usa para colerín, su base se usa para construir estructuras, antiguamente para hacer puentes y caminos.





Familia botánica: DENNSTAEDTIACEAE

Helecho delgado

-  **N. científico:** Hypolepis sp
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** --
-  **Categoría de amenaza:** DD ●
-  **Distribución:** México hasta Bolivia a 2000 – 4000 msnm.

Descripción:

Helecho mayormente terrestre, rara vez epífito, creciendo generalmente sobre el suelo. Presenta rizoma reptante, pubescente y entrenudos largos. Sus hojas son arqueadas, en forma de pirámide; las hojas de la base son de mayor tamaño en comparación con las del ápice. Sus hojas son de color verde brillante, coriáceas y no presenta tricomas o espinas.

Uso tradicional:

Decorativo, usado en velación de santos y fiestas patronales.



Familia botánica: DRYOPTERIDACEAE

Calaguala

-  **N. científico:** Elaphoglossum engelii (H.Karst.) Christ
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** México a Perú desde 2550 - 4500 msnm.

Descripción:

Helecho terrestre que crece debajo de las piedras o debajo de los pajonales. Puede llegar a medir hasta 15 cm de alto. Las hojas son largas de color verde claro. Rizoma rastrero largo (tallo subterráneo que crece de forma horizontal), generalmente grueso, escamoso (escamas de color café a rojizas). Las frondes u hojas, son alargadas de color verde oscuro, con escamas diferentes a las del tallo, de color plateado translúcido en el haz y café translucido en el envés. Los soros o estructuras reproductivas cubren por completo el envés y son de color café.

Uso tradicional:

En infusiones es usado para combatir las infecciones y escaldado de la piel, aplicar en zona.



Familia botánica: DRYOPTERIDACEAE

Helecho chiquito

-  **N. científico:** Elaphoglossum ovatum (Hook. & Grev.) T. Moore
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** --
-  **Categoría de amenaza:** DD ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela a Ecuador desde 2200 - 4400 msnm.

Descripción:

Helecho de tamaño pequeño, que crece encima de los troncos de los árboles (epífita), incluso cubriéndolos completamente, acompañado de musgo a su alrededor. A diferencia de las demás especies, Elaphoglossum ovatum, tiene un rizoma altamente ramificado. Sus hojas son ovoides, con el margen entero, sostenidas por un débil peciolo y alargado de color café – rojizo. Las ramas están cubiertas con escamas.

Uso tradicional:

Sirve para soplar, mezclado con alcohol, también se prepara poniéndolo a secar y tostar.

Familia botánica: EQUISETACEAE

Cola de caballo

-  **N. científico:** Equisetum bogotense Kunth.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Perú, Ecuador, Colombia 1500 - 3800 msnm.

Descripción:

Es un arbusto delgado de tallos largos y huecos que puede llegar hasta 60 cm de altura, puede ser verde claro u oscuro con crestas bianguladas, con verticilos regulares de ramas prominentemente. Con Hojas pequeñas que crecen unidas al tallo formando una especie de vaina delgada aclarada. No produce flores ni semillas.

Uso tradicional:

Sirve como planta medicinal, se toma en infusión para limpiar hígado y riñones, limpia uretra y vejiga, se toma tres días cada mes por tres meses, no debe exceder su consumo.



Familia botánica: LYCOPODIACEAE

Caminera

 **N. científico:** Lycopodium clavatum L.

 **Origen:** Nativo

 **Forma de crecimiento:** --

 **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●

 **Distribución:** crece en Europa, Asia y América, desde Canadá hasta el centro de Argentina 1050 - 4200 msnm.

Descripción:

Planta herbácea, muy ramificada, hojas lineares, finamente denticuladas, terminadas en un apéndice blanquecino, reunidos en espigas comúnmente geminadas, de 2-5 cm de largo, sostenidas por tallos largos y angostos, los esporos de esta especie, llamados polvo de licopodio o azufre vegetal, tienen aplicaciones en medicina. Poseen al mismo tiempo la particularidad de arder vivamente en contacto con el fuego, dando una llama notable, sin desprender olor ni humo, se multiplica por división o gajos.

Uso tradicional:

Expectorante y diurético, puede prevenir dolores de cabeza en problemas respiratorio, descongestiona, ayuda a evitar las infecciones urinarias.



Familia botánica: LYCOPODIACEAE

Arquitecto rojo

 **N. científico:** Phlegmariurus crassus (Willd.) B.Øllg.

 **Origen:** Nativo

 **Forma de crecimiento:**

 **Categoría de amenaza:** NE ●

 **Distribución:** México hasta Bolivia. Andes Colombianos y Sierra Nevada de Santa Marta a 3350 - 4700 msnm.

Descripción:

Planta de porte bajo, con brotes de enraizamiento a partir del cual salen tallos en forma de dedos, generalmente cortos, de 10-15 cm de alto. Hojas pequeñas y duras que se encuentran densamente agrupadas sobre el tallo y son de color rojo intenso. Crece en planadas y pantanos.

Uso tradicional:

Se usa para el dolor de dientes, macerado.



Familia botánica: PTERIDACEAE

Helecho Macho

-  **N. científico:** Jamesonia boliviensis A.F.Tryon
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:**
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Zona Andina del Sur de Colombia, Ecuador y Perú desde 3300 - 4300 msnm.

Descripción:

Helecho erecto, con rizoma horizontal, del que surgen frondes pequeñas, coriáceos y circulares. El eje de las frondes es de color pardo negruzco, con pocos pelos cuando son jóvenes, que se van perdiendo con el tiempo; los tricomas son gruesos, similares a las cerdas de un cepillo. Las frondes son de color verde brillante, que van tornándose a color café cuando son senescentes. Las estructuras reproductivas o soros, están dispuestos en el centro de las pinnas. Este helecho es de pequeño tamaño y se encuentra asociado a los matorrales abiertos de la planta cacho de venado (*Loricaria thuyoides*) y del pajonal.

Uso tradicional:

Desparasitante. Hervir churos en pocillos de agua



Familia botánica: THELYPTERIDACEAE

Helecho acacia

-  **N. científico:** Thelypteris sp
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:**
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** México hasta Argentina desde 800 - 4250 msnm.

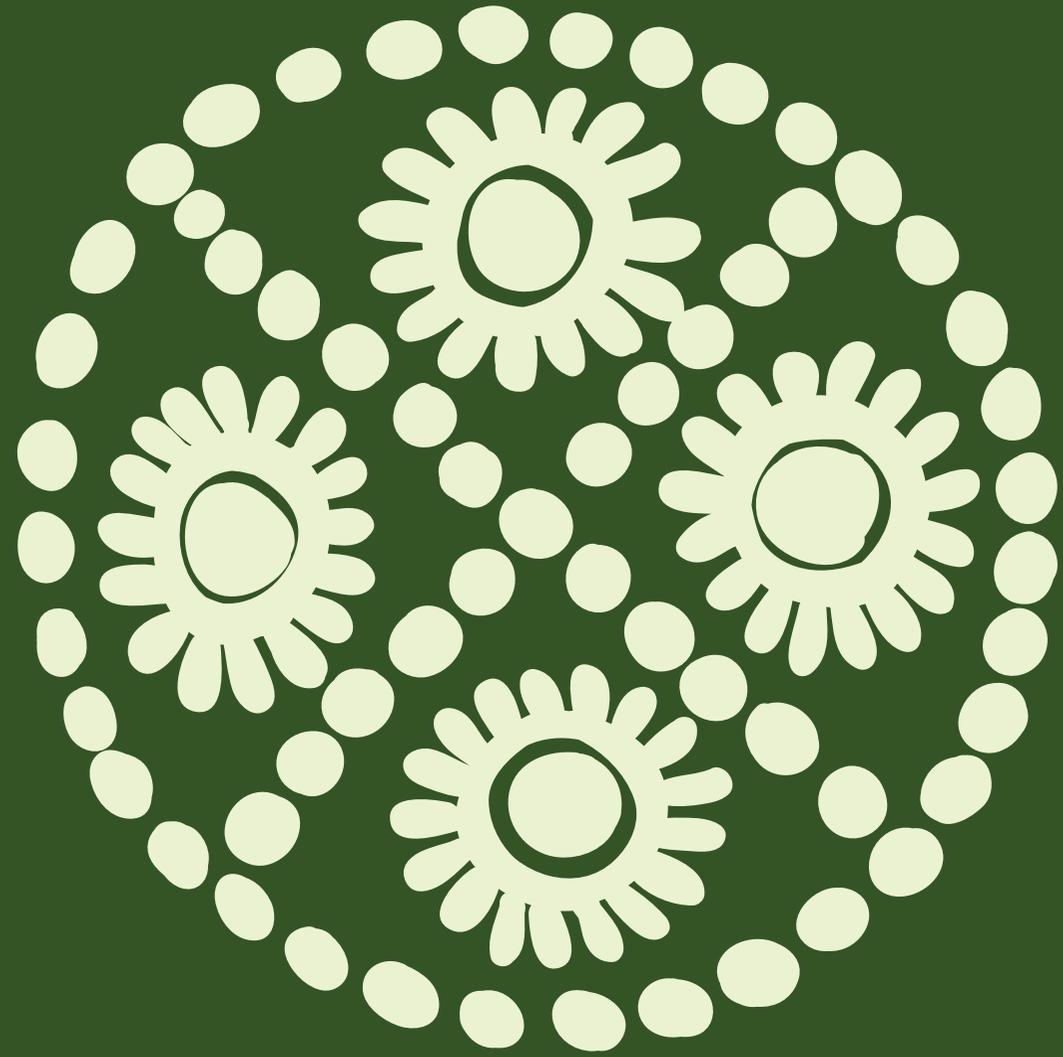
Descripción:

Helecho terrestre con frondes u hojas con forma de una pirámide. Mide hasta 2 m de alto. Pecíolo y raquis de color marrón oscuro y ligeramente pubescente. Cada fronda está separada de la otra y se compone de pequeñas hojuelas finas y alargadas. Sus estructuras reproductivas o soros, están ubicados en la parte posterior de las hojuelas de las pinnas, son redondos, cafés y pubescentes. Con frecuencia se enraíza en la base de los árboles.

Uso tradicional:

Ornamental. Quemado se usa para fumigar, tóxico.





ANGIOSPERMAS PLANTAS CON FLORES





Familia botánica: ALSTROEMERIACEAE

Achote del cuco - aretillo

-  **N. científico:** Bomarea linifolia (Kunth) Baker
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Sierra Nevada de Santa Marta, Andes de Colombia hasta el norte de Ecuador a 2400 - 4000 msnm.

Descripción:

Hierba erecta que alcanza hasta los 40 cm de altura. Inflorescencias con pocas flores de colores rojizos y amarillos. Es frecuentemente visitada por colibríes debido al color llamativo de sus inflorescencias. Esta especie prospera en zonas abiertas con exigencias intermedias de luz, creciendo de manera abundante.

Uso tradicional:

Varias especies de este tipo de planta producen tubérculos comestibles, sin embargo el mayor uso que se le da a esta planta es ornamental.

Familia botánica: APIACEAE

Achicoria blanca

-  **N. científico:** Eryngium humile Cav.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Roseta acaule
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela hasta Perú desde los 2400 a 4500 msnm.

Descripción:

Hierba en forma de roseta que se fija directamente al suelo y mide hasta 20 cm de alto. Hojas ovaladas, gruesas, brillantes y con márgenes tipo dentado - espinosos. Inflorescencia corta conformada por hojas modificadas de color blanco o plateado. Flores pequeñas dispuestas en una cabezuela de color azul-lila y es polinizada por insectos.

Uso tradicional:

Se sirve en aromática para calmar nervios y ansiedad, así mismo es usado para enfermedades del hígado.



Familia botánica: AQUIFOLIACEAE

Cerote

-  **N. científico:** Hesperomeles obtusifolia (Pers.) Lindl.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela hasta Bolivia a 2200 - 3800 msnm.



Descripción:

Arbusto que alcanza entre 3 a 10 m de altura. Las copas de este arbusto son anchas y presenta una alta ramificación, con espinas en su parte final. Las hojas son de color verde oscuro por el lado del haz, y el envés es verde claro. Las flores son pequeñas y están agrupadas, con pétalos de color blanco a rosado pálido. Los frutos tienen forma similar a una manzana de color rojo vivo a morado, de sabor agridulce, carnosos y generalmente, posee cuatro semillas de color café. Sus frutos son consumidos por aves, que se encargan de la dispersión de sus semillas. Se encuentra en áreas de arbustal de páramo y bosques abiertos de páramo. Florece en febrero, marzo, julio y agosto. Los frutos se obtienen durante abril y mayo, y entre septiembre y octubre. La planta sirve para reforestar y se puede propagar en vivero.

Uso tradicional:

Las pepas son usadas en infusión, ayudan para tratar afecciones del hígado, riñones y dolor de estómago. El fruto es comestible, se usa para preparar dulces, coladas y mermeladas.

Familia botánica: ASTERACEAE

Berro blanco

-  **N. científico:** Ageratina gracilis (Kunth) R.King & H.Rob
-  **Origen:** Endémica
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia, Ecuador y Venezuela desde 1700 a 4100 msnm.



Descripción:

Arbusto de hasta 1m de altura. Tallos color vinotinto, ramas delgadas y levemente pubescentes e inflorescencias terminales de tipo capítulo con flores blancas. Dispersión de sus semillas por el viento, es considerada una planta de ciclo vital largo y generadora de banco de semillas del suelo. La especie ha sido usada ampliamente en investigaciones, evaluando su potencial anticancerígeno, antioxidante y su importancia en procesos de restauración ecológica.

Uso tradicional:

Como aromática se usa para la limpieza de hígado.





Familia botánica: ASTERACEAE

Llamata

-  **N. científico:** Bidens andicola Kunth
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Andes colombianos hasta Argentina entre 2000 a 4500 msnm.

Descripción:

Hierba rastrera de hasta 60 cm de altura. Hojas recortadas con margen dentado o aserrado y crecen mayormente en la parte inferior del tallo. Flores ubicadas en cimas terminales con 8 pétalos amarillos, presencia de brácteas en forma laminar que sostienen a la flor. Fruto seco alargado, en la punta presenta una especie de pelitos que favorece la dispersión con el viento. Por lo general se encuentra en los sitios de pastoreo y en las orillas de los ríos. Habita pajonales secundarios quemados y bordes de caminos.

Uso tradicional:

Es usado para teñir ropa o lana, también es usado en aromática como planta medicinal para calmar nervios.



Familia botánica: ASTERACEAE

Espina de chagra cardo santo

-  **N. científico:** Cirsium vulgare (Savi) Ten.
-  **Origen:** Introducida
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Norteamérica – Europa. En los Andes de Colombia se la encuentra desde los 2500 hasta 3500 msnm.

Descripción:

Especie nativa de Europa a Siberia y la Península Arábiga. Hierba erecta con tallos de hasta 2 m de altura. Haz de las hojas cubierto de espinas cortas y desiguales. Inflorescencias en capítulos de color rosa a púrpura. Florece de julio a septiembre y la dispersión de sus semillas se realiza mediante el viento. Considerada como maleza altamente invasora que se encuentra en la región de los Andes colombianos en los departamentos de Cundinamarca, Quindío y Nariño. Crece en suelos, en cunetas, zonas alteradas, escombreras, lugares abonados con alta concentración de nitrógeno.

Uso tradicional:

Uso medicinal, limpieza de sangre e hígado. Flor seca para preparación de la lana (tizar).



Familia botánica: ASTERACEAE

Toronjil

-  **N. científico:** Diplostephium glandulosum Hieron.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Sur de Colombia y Ecuador a 3000 - 4100 msnm.

Descripción:

Arbusto nativo que crece en medio de los pajonales y en sitios húmedos. Mide hasta 2 m de alto. Las ramas y la cara inferior de las hojas tienen pelos lanosos de color blanco - grisáceo. Las hojas son pequeñas, delgadas, de forma lineal, gruesas, los bordes están doblados hacia abajo. La inflorescencia forma cabezuelas y se encuentran al final de las ramas. Las flores internas (en el centro), son tubulares y de color amarillo. Los pétalos externos son de color lila intenso o blancos. El fruto tiene una corona de pelos rojizos.

Uso tradicional:

Mezclar con otras yerbas (romerillo) y moridera, sirve para ahuyentar malos espíritus, es usado para bendecir la entrada en el monte y evitar el espanto.

Familia botánica: ASTERACEAE

Romero de monte

-  **N. científico:** Diplostephium hartwegii Hieron.
-  **Origen:** Endémica
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia y Ecuador a 2700 - 4200 msnm.

Descripción:

Arbustos que miden hasta 2 m de alto. Ramas y la cara inferior de las hojas presentan tricomas lanosos de color blanco grisáceo. Las hojas son pequeñas y delgadas dispuestas en grupos de tres o más con margen entero. Se distingue por la coloración violeta de los capítulos, las flores externas del radio de los capítulos son de color violeta; las internas son de color amarillo. Se encuentra formando parte de la vegetación de borde y de zonas con disturbio.

Uso tradicional:

Se usa en sahumero. La flor se usa como combustible y como adorno floral de las iglesias. También sirve para hacer vaporizaciones.





Familia botánica: ASTERACEAE

Frailejón

-  **N. científico:** Espeletia pycnophylla Cuatrec.
-  **Origen:** Endémica
-  **Crecimiento:** Roseta caulescente
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Colombia y Ecuador desde 2000 a 4250 msnm.

Descripción:

Planta caulescente con altura máxima de 3 m. Las hojas son de color verde pálido, suculentas y están cubiertas por pelos de color amarillo pálido, que les dan aspecto de orejas de burro y al envejecer permanecen pegadas a los tallos formando una cubierta como protección del frío; sus tallos son leñosos y huecos. Las flores son muy pequeñas, tubulares y están agrupadas en cabezuelas (llamadas capítulos) que parecen una sola flor, como las del girasol. Es una especie dominante en el páramo con función esencial de captar y distribuir el agua hacia tierras bajas y como refugio de insectos y pequeños vertebrados como ranas.

Uso tradicional:

Su flor es usada para quitar la tos, su hoja es usada para sahumar, calentar y sacar los fríos del cuerpo.

Familia botánica: ASTERACEAE

Puscala

-  **N. científico:** Gamochaeta americana (Mill.) Wedd.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** México hasta Argentina a 1000 - 4100 msnm.

Descripción:

Hierba nativa de los Andes de Sudamérica e introducida en Australia, Nueva Zelanda y Melanesia. Hierba de hasta 50 cm de altura. Presenta porte variable, a veces arrosetado pero con tallos delgados, poco ramificados, cubiertos por indumento lanoso y blanco. Hojas espiraladas, alargadas y sésiles (hojas que están unidas al tallo directamente), de margen entero, pubescencia blancuzca en ambas partes de la hoja. Capitulescencias terminales, en espigas cortas de pocas cabezuelas sésiles. Numerosas flores tubulares de color café. Frutos secos con una sola semilla en su interior. Crece principalmente en el pajonal con poca historia de intervención.

Uso tradicional:

Se usa en baños y ayuda a quitar el mal genio en niños y adultos, también sus semillas se usan como jabón junto con la atusara. La savia se toma para tratar la gripe y la diarrea. Además, se usa para curar heridas.





Familia botánica: ASTERACEAE

Frailejón fino y delgado

-  **N. científico:** Gamochaeta sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Crecimiento:** Roseta acaule
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Sudamérica a 1750 - 4300 msnm.

Descripción:

Hierba en forma de roseta de pequeño tamaño. Especie similar al frailejón, sin embargo, su tallo no se puede observar, ya que está fijada directamente al suelo. Sus hojas son alargadas y presentan tricomas de color blanco que están presentes en ambas caras de la hoja. Presenta inflorescencia en capítulos, con flores pequeñas, tubulares y de color café. Nativa en los Andes de Sudamérica y naturalizada en Australia, Tasmania y Nueva Zelanda.

Uso tradicional:

Se usaba antiguamente para transportar y cargar hielo del volcán Cumbal, su resina es usada para curar heridas y también se puede tomar en infusión para dolores de estómago.



Familia botánica: ASTERACEAE

Rama blanca

-  **N. científico:** Gynoxys sp.
-  **Origen:** Endémica
-  **Forma de crecimiento:** Árbol
-  **Categoría de amenaza:** VU ●
-  **Distribución:** Andes Colombia y Ecuador a 3000 - 4200 msnm.

Descripción:

Árbol de hasta 3 metros de altura. Presenta tallos con nudos algo lanosos por la presencia de tricomas. Sus hojas son lanceoladas; el envés es completamente gris y tomentoso por la presencia de tricomas muy densos y el haz es de color verde brillante. Inflorescencia en capítulo con numerosas flores amarillas de forma tubular, que están agrupadas en la parte final de las ramas. Tiene frutos secos pequeños y sus semillas son dispersadas por el viento. Se encuentra en riberas de quebradas, bordes de caminos y arbustales de páramo. Crece dentro de parches extensos formando bosques de vegetación mixta, y en algunas zonas, como una especie que antecede a la recuperación del bosque.

Uso tradicional:

Es usado como alimento para cuyes, junto a otras plantas en hervor sirve para mal de estómago.





Familia botánica: ASTERACEAE

Achicoria blanca

-  **N. científico:** Hypochaeris sessiliflora Kunth
-  **Origen:** Nativo
-  **Crecimiento:** Roseta acaule
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes desde Venezuela hasta Bolivia a 2100 - 4900 msnm.

Descripción:

Planta herbácea de hasta 13 cm de altura. Hojas elípticas agrupadas en forma de roseta. Inflorescencia amarilla o blanca, rara vez anaranjada o rosada. Reproducción sexual por medio de semillas dispersadas por el viento. Es una especie que posee semillas con una buena latencia y posterior germinación, presente en disturbios frecuentes, permitiendo a sus poblaciones expandirse en lugares donde recursos como la luz, los nutrientes y el espacio son limitantes. Crece en las orillas de los caminos y en planicies. Es muy resistente a los cambios del clima.

Uso tradicional:

Uso especialmente para alimentar cuyes, la flor es usada como remedio para estómago y riñones, en infusión.



Familia botánica: ASTERACEAE

Planta de amarillo

-  **N. científico:** Linochilus rhododendroides (Hieron.)
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes del Sur de Colombia a Ecuador a 3000–4000 msnm.

Descripción:

Es un género de plantas con flores perteneciente a la familia de las asteráceas. Comprende 60 especies válidas. Es un sub-arbusto, arbustos o pequeños árboles de hasta 10 m de altura. Tienen forma de candelabro y cada rama termina en una capitulescencia presenta capítulos solitarios, mientras que los arbustos y árboles presentan múltiples cabezas por capitulescencia, habita en páramos o bosques andinos.

Uso tradicional:

Puede ayudar a aliviar enfermedades hepáticas, se prepara infusión o tizana de varias plantas, puede ser cola de caballo.



Familia botánica: ASTERACEAE

Puscalilla

-  **N. científico:** *Linochilus rupestris* (Kunth) Saldívar & O.M.Vargas
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** DD ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia y Ecuador a 3200–4500 msnm.

Descripción:

Arbustos de 1 a 2 m de alto, pobremente ramificado y ramas terminales cubiertas por una pubescencia lanosa. Hojas lanceoladas, muy delgadas, el haz cubierto con tricomas blancos largos, el envés densamente pubescente-lanoso. Inflorescencias en capítulos agrupados con flores marginales de color blanco a amarillo. Crece en las colinas como individuos dispersos entre los matorrales.



Uso tradicional:

Se usa cuando se trasquilan las ovejas ya que permite que se incremente el crecimiento del pelo, se tupa de lana, se mezcla con guanto y se soba en el cuerpo de la oveja. También mezclado con chusquillo ayuda a cicatrizar las heridas.



Familia botánica: ASTERACEAE

Cacho de venado

-  **N. científico:** *Loricaria thuyoides* (Lam.) Sch.Bip.
-  **Origen:** Endémica
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia y Ecuador a 3000 - 4500 msnm.

Descripción:

Arbusto nativo de hasta 150 cm de altura. Tallo de color blanco cubierto de hojas. Sus hojas son pequeñas y se encuentran dobladas, con apariencia de escamas. Además, presenta una fina capa de tricomas o vellos de tipo lanoso que recubren sus hojas. Sus flores pequeñas de color amarillo y rosado. Tiene preferencia a crecer en terrenos húmedos, bien drenados y con poca exposición al viento. Se reporta que sirve como refugio para roedores pequeños. Estos refugios se encuentran tapizados por musgos, restos de hojarasca, pajonal y materia vegetal en descomposición.

Uso tradicional:

En sahumero quita el espanto de niños y adultos.



Familia botánica: ASTERACEAE

Salbuena

-  **N. científico:** *Monticalia andicola* (Turcz.) C.Jeffrey
-  **Origen:** Endémica
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela a Perú a 2400 hasta los 4630 msnm.

Descripción:

Arbustos de hasta 2 m de altura, muy ramificados desde la base. Ramas erguidas, nudosas debidas a las cicatrices por el desprendimiento de las hojas. Las ramas jóvenes presentan hojas con tricomas en el envés; ramas maduras son lampiñas por ambos lados. Estas hojas también son duras, quebradizas y con margen dentado. Inflorescencias en capítulos con numerosas y pequeñas flores tubulares amarillas. Se desarrolla en los límites y dentro del páramo, principalmente en las zonas donde se encuentran parches de vegetación arbustiva o mixta. También se la encuentra en suelos rocosos y pendientes.

Uso tradicional:

Ayuda a la limpieza del hígado en infusión.



Familia botánica: ASTERACEAE

Puliza chiquita

-  **N. científico:** *Monticalia vaccinioides* (Kunth) C.Jeffrey
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela, Colombia y Ecuador a 3000 - 3990 msnm.

Descripción:

Arbusto nativo. Mide hasta 2 m de altura muy ramificados desde la base. Hojas hasta de 4 cm de largo, gruesas, color verde-azulado, el ápice puntiagudo y márgenes lisos. Sus hojas al ser estrujadas despiden un aroma a limón. El tallo es de color café. Sus flores son numerosas, de forma tubular y de color amarillo. Crece en los límites de los parches, en zonas dentro del bosque con vegetación arbustiva, en pajonales abiertos y laderas expuestas; se adapta a suelos pedregosos.

Uso tradicional:

En infusión sirve para la limpieza de riñones y dolor de cadera y cintura. Es efectivo para las caries. Para aprovechar sus propiedades se debe masticar sus hojas hasta que salga un jugo.



Familia botánica: ASTERACEAE

Enredadera de monte

-  **N. científico:** Munnozia jussieui (Cass.) H. Rob. & Brettell
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia a Ecuador desde 2500 - 3900 msnm

Descripción:

Arbusto - liana de 10m de largo. Tallos angulares en las plantas maduras, pubescencia café a blanquecino. Secreciones de resina blanquecina. Hojas ovadas, margen densamente dentado, envés pubescente blanco o amarillo y café en las venas. Inflorescencia en capítulos campanulados. Los pétalos de las flores son muy delgados y generalmente amarillos o blancos. Frutos cilíndricos. Crece mayormente sobre los árboles de Polylepis y sobre otras especies de árboles como Escallonia myrtilloides.

Uso tradicional:

Decorativo. Uso medicinal, cura el achaque de las vacas, se cocina junto a verbena y bicarbonato.

Familia botánica: ASTERACEAE

Orquídea de Páramo

-  **N. científico:** Senecio formosus Kunth
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela hasta Bolivia a 1025 - 4500 msnm.

Descripción:

Hierba que alcanza hasta 1m de altura. Tallos poco ramificados, débiles y densamente pubescentes con tricomas rojizos. Hojas simples, con el borde dentado. Inflorescencias terminales en capítulos de color violeta y flores numerosas en el centro de moradas-rojizas. Crece en medio de los pajonales para protegerse del frío. Se considera como una especie pionera ya que persisten luego del disturbio por fuego. El epíteto específico formosus significa bello, hermoso, elegante (del vocablo latino formosus), y hace alusión a la bonita apariencia de esta planta.

Uso tradicional:

Ornamental. La decocción de la planta completa o de sus capítulos se utiliza para aliviar contusiones. El uso debe ser externo ya que su ingesta puede afectar el hígado.





Familia botánica: ASTERACEAE

Urqui

-  **N. científico:** *Oritrophium peruvianum* (Lam.) Cuatrec.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia a Bolivia 2700 - 4630 msnm.

Descripción:

Hierba casi rastrera en roseta, hojas densamente pubescentes en el envés, se caracteriza por presentar láminas foliares de 2 cm de ancho, lanceoladas o estrechamente lanceoladas, escapo morado, brácteas verdes con puntas café, flósculos del radio blancos o rosa violáceo pálido y centro amarillo

Uso tradicional:

Desconocido
Posible alimento de animales



Familia botánica: BERBERIDACEAE

Amarillo espinoso

-  **N. científico:** *Berberis pichinchensis* Turcz.
-  **Origen:** Endémica
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Ecuador y sur de Colombia a 3000 hasta 3700 msnm.

Descripción:

Arbustos de hasta 3 m de altura, densamente ramificados. Característico por ser uno de los pocos arbustos espinosos en el páramo. Sus hojas presentan bordes espinosos, haz verde oscuro con nervaduras más claras y envés verde claro. Inflorescencia con numerosas flores amarillo-anaranjadas. Fruto de color verde con tintes rojizos y negro-morada al madurar. Estos arbustos cumplen funciones estratégicas en la recuperación del bosque nativo al actuar como nodrizas (plantas que protegen a otras plantas) en las primeras etapas de sucesión ecológica y en prácticas de restauración.

Uso tradicional:

Sirve para teñir telas.





Familia botánica: BROMELIACEAE

Achupalla

-  **N. científico:** Puya clava-herculis Mez & Sodiro
-  **Origen:** Nativo
-  **Crecimiento:** Roseta acaule
-  **Categoría de amenaza:** VU ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia y Ecuador a 3200 - 3800 msnm.

Descripción:

Roseta que mide hasta 1 m de diámetro y su inflorescencia puede medir hasta más de 2 metros. Presenta hojas numerosas en la base, alargadas, puntiagudas y suculentas, con tintes de color café rojizo hacia el final de las hojas, con grandes espinas negras en los bordes. La inflorescencia es erguida, cubierta de pelos grueso lanosos blancos para protegerse del frío. Flores de color azul verdoso claro. Frutos tipo cápsulas globosas, secas y que eventualmente se abren. Crece en medio del pajonal, en sitios húmedos y en laderas. Es polinizada por insectos y colibríes (quindes). El oso de anteojos se alimenta de los cogollos, de la médula y de la parte basal de las hojas. La puya es una especie monocárpica, significa que, muere después de la producción de las semillas.

Uso tradicional:

Su centro (médula) es alimenticio.



Familia botánica: BROMELIACEAE

Piñuela

-  **N. científico:** Puya sp
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Roseta acaule
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia y Ecuador a 3100 hasta 3950 msnm.

Descripción:

Hojas dispuestas en roseta desde la base, suculentas, alargadas y con pequeños dientes en el margen. Inflorescencia de gran altura, protegida por densos tricomas blancos. Fruto tipo cápsula dehiscente. Semillas numerosas y aladas. Crece dentro de los bosques en los parches y en bordes. En los bordes forma densos grupos de rosetas casi impenetrables y dentro de los bosques crece en rosetas esparcidas. Muere después de la floración y fructificación.

Uso tradicional:

Sus frutos son comestibles, ricos en vitamina c y agua.



Familia botánica: BROMELIACEAE

Bromelia, Quiche

-  **N. científico:** Racinaea tetrantha (Ruiz & Pav.) M.A.Spencer & L.B.Sm.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Venezuela a Perú desde 1280 hasta 3900 msnm.

Descripción:

Hierba epífita, roseta de 35-80 cm de altura. Tallo corto y grueso, con hojas simples, alternas, arrosietadas, coriáceas, triangulares y cóncavas, de 15-37 cm de longitud, base envainadora, ápice agudo, margen entero, cubiertas por diminutas escamas peltadas blancas. Inflorescencia terminal, en forma de racimo compuesto, flores de 1 cm de longitud, con pétalos amarillos, sus frutos en cápsulas septicidas. semillas marrones claro con apéndice plumoso blanco.

Uso tradicional:

Enflora, uso ornamental, indicador de humedad



Familia botánica: CALCEOLARIACEAE

Zapaticos

-  **N. científico:** Calceolaria perfoliata L.fil.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Costa Rica hasta Ecuador desde 2700 hasta 3520 msnm.

Descripción:

Hierba con ramificaciones erectas de hasta 1 m de alto, cubierto por pubescencia blanquecina. Hojas anchas, lanceoladas y con márgenes serrados, el haz verde claro, el envés blanco-lanado. Flores de apariencia globosa, color amarillo brillante o naranja, con apariencia de un zapato y agrupadas en la parte terminal de la planta. Frutos tipo cápsula ovoide. Especie pionera que crece usualmente en hábitats de vegetación densa y en zonas alteradas dentro de los bosques.

Uso tradicional:

Se utiliza para quitar el mal viento y hervido para quitar lagañas en los niños.





Familia botánica: CAPRIFOLIACEAE

Valeriana

-  **N. científico:** Valeriana microphylla Kunth
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes del Sur de Colombia hasta Perú a 2800 - 4500 msnm.

Descripción:

Arbusto de porte bajo que crece en medio de los pajonales y pantanos. Mide hasta 60 metro de alto. Sus flores tienen una tonalidad lila con blanco. Tallos con nudos muy próximos, que se alargan cerca de la inflorescencia. Hojas pequeñas, ligeramente coriáceas. Las inflorescencias están en las puntas de las ramas, son erguidas y con muchas flores. Las flores son de forma tubular, de color blanco o rosado, con tintes lilas. Es una especie variable, que cuando crece a mayor altura presenta las hojas y las flores amontonadas, mientras que, dentro del bosque, están dispersas. Crece en ambientes rocosos.

Uso tradicional:

Se usa en remedios para desinflamar la próstata.

Familia botánica: CAPRIFOLIACEAE

Valeriana pilosa

-  **N. científico:** Valeriana pilosa Ruiz & Pav.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela hasta Perú desde 2650 a 4800 msnm.

Descripción:

Plantas de porte bajo, erguidos o algo recostados, de hasta 1 m de alto. Las hojas son ovadas o elípticas, gruesas, brillantes en el haz, opacas en el envés, los márgenes verrugosos. Las inflorescencias están en las puntas de las ramas con muchas flores de forma tubular color blanco o rosado, con tintes lilas. Presenta un olor fuerte y desagradable. Se encuentra más comúnmente en zonas donde probablemente hubo un disturbio natural. Se encuentra entre pajonales, asociada principalmente a pajonales. Se regenera mediante semilla, bajo la protección de plantas acompañantes.

Uso tradicional:

Sirve para limpieza de riñones, se mezcla con guayaba y se prepara en infusión. El tallo se usa para hilar lana y la planta en general sirve como escoba para limpiar las viviendas.





Familia botánica: CARYOPHYLLACEAE

Alfalfa cimarrona

-  **N. científico:** Stellaria sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** América tropical desde 1800 hasta 3800 msnm.

Descripción:

Hierba trepadora de hasta de 1 m de largo. Tallos pubescentes ramificados que se apoyan en otras plantas en busca de la luz. Las hojas tienen forma ovalada y las flores son blancas. Fruto tipo cápsula con semillas numerosas. Crece en sitios donde se remueve la tierra y en medio de pajonales

Uso tradicional:

En infusión sirve para la limpieza de hígado y riñones, se mezcla con otras plantas para mayor efecto.



Familia botánica: CUNONIACEAE

Encino

-  **N. científico:** Weinmannia sp.cumbalense H.Karst.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Árbol
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia y Ecuador desde 2900 hasta 3700 msnm.

Descripción:

Árboles de hasta 6 m de altura. Presenta hojas compuestas, el borde es curvado hacia abajo, tiene vellosidades suaves y blancuzcas por el envés. Las inflorescencias están al final de las ramas en forma de racimos, las flores son de tamaño pequeño, color blanco o crema; estas se tornan rojizas en su proceso de formación del fruto. Los frutos son cápsulas pequeñas y sus semillas son muy pequeñas que son dispersadas por el viento. Crece en laderas de suelos arenosos, orgánicos, profundos y bien drenados, ocasionalmente rocosos.

Uso tradicional:

Maderable, se usa para elaborar vigas, cabos, arados y para la construcción de viviendas. Las flores y yemas se emplean para el baño que hacen las mujeres al mes de dar a luz.





Familia botánica: CYPERACEAE

Flor de paja de enchirque

-  **N. científico:** Rhynchospora sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela hasta Bolivia a 2000 - 4200 msnm.

Descripción:

Hierbas de hasta de 60 cm de alto con tallos triangulares. Hojas muy largas y angostas, rígidas, el nervio principal muy prominente. Inflorescencias en espiga, grandes de color café-rojizas. Fruto seco. Crece en pajonales altos y protegidos del viento, es muy abundante en bases de pequeñas colinas.



Familia botánica: CYPERACEAE

Cuayar

-  **N. científico:** Oreobolus goeppingeri Suess.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Costa Rica a Perú a 3000 - 4200 msnm.

Descripción:

Hierba de porte pequeño que crece formando almohadillas en pantanos o en sitios húmedos de los páramos, o sobre las rocas. Sus hojas son alargadas, en forma de aguja, de color verde brillante cuando son jóvenes y amarillas a cafés cuando están senescentes. Es un indicador de humedales en buen estado como retención y regulación de agua.

Uso tradicional:

Para sahumerios - para poner bajo enjalma de bestia

Uso tradicional:

Mezclada con otras yerbas sirve para la limpieza del hígado.



Familia botánica: ERICACEAE

Manzanita silvestre

-  **N. científico:** Disterigma empetrifolium (Kunth) Nied. ex Drude
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Cojín
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela hasta Bolivia a 2500 - 4500 msnm.

Descripción:

Arbusto frecuentemente postrado, formando almohadillas de pocos centímetros de alto, entremezcladas con otras plantas. Flores solitarias, con forma globosa, de color rosado brillante o rojo pálido. Tallos amarillos. Hojas pequeñas, lanceoladas, duras al tacto y brillantes en la cara superior. Fruto circular, semejante a una manzana de color blanco-verdoso, translúcido y sirven como alimento para aves. Dentro de los bosques no es frecuente; se distribuye mejor en zonas de pajonal. Crece en las paredes de los derrumbes en los pantanos, en conjunto con otras especies.

Uso tradicional:

Fruto comestible. Las hojas y las flores preparadas en una infusión son usadas como purgantes en el posparto. Las hojas, en infusión o maceradas, son empleadas para tratamientos de fiebre y nervios.



Familia botánica: ERICACEAE

Pata de gallo

-  **N. científico:** Gaultheria insipida Benth.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia a Ecuador desde 1800 - 3200 msnm.

Descripción:

Arbusto erecto de hasta 2 m de altura. Tallos cubiertos pelos rígidos y ásperos. Hojas ovadas, de aspecto lanoso y de color verde pálido, margen crenado, superficie lisa a fuertemente abultada. Hojas de color verde brillante, cubiertas por tricomas blancos. Inflorescencia en racimo con flores son unas pequeñas bayas de color rosa, con tintes amarillos terminales.

Uso tradicional:

Su fruto es comestible, dulce y la hoja se prepara en infusión.





Familia botánica: ERICACEAE

Chaquilulo

-  **N. científico:** *Macleania rupestris* (Kunth) A.C.Sm.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Nicaragua, Venezuela hasta Perú. En los Andes de Colombia y Sierra Nevada de Santa Marta a 2000 - 4100 msnm.

Descripción:

Arbusto de hasta 5 m de altura. Presenta hojas simples de color verde oscuro gruesas con textura similar al cuero: duras y brillantes. Las flores son pequeñas, de color rojo intenso, con forma de campana y están agrupadas al final de las ramas (inflorescencias terminales). El fruto es una baya globosa similar a una uva, de color morado oscuro cuando está maduro. Sus frutos son comestibles y sus semillas son dispersadas por aves (zoocoria). Es una especie de crecimiento lento y se desarrolla en terrenos rocosos del bosque altoandino y en bordes de caminos con alta humedad ambiental. Especie ideal para procesos de restauración y reproducción en viveros.

Uso tradicional:

Fruto comestible



Familia botánica: ERICACEAE

Moridera

-  **N. científico:** *Pernettya prostrata* (Cav.) DC.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** México hasta Argentina desde los 2000 hasta los 4525 msnm.

Descripción:

Arbustos bajos, erectos o prostrados muy ramificados que miden hasta 1 m de alto. Las hojas son pequeñas, gruesas, lanceoladas y los márgenes frecuentemente aserrados. Frutos de bayas redondeadas y carnosas, verde claro tornando rosado, blanco y finalmente negro-azul. Flores solitarias en las axilas de las hojas más altas, blancas a veces teñida de rosado. Los frutos son parte de la dieta de aves, oso de anteojos y mamíferos pequeños. Prefiere los pajonales y sitios rocosos, pero se encuentra en casi todos los ambientes del páramo.

Uso tradicional:

Planta venenosa. Los frutos se confunden con el mortiño, sin embargo, su consumo puede resultar tóxico para el ser humano y animales domésticos; a pesar de ello es buen alimento para chivos.



Familia botánica: ERICACEAE

Mortiño

-  **N. científico:** *Vaccinium floribundum* Kunth
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Costa Rica, Venezuela a Argentina desde 1600 a 4600 msnm.

Descripción:

Arbustos erectos muy ramificados de hasta 1,5 m alto. Tallos más o menos cuadrangulares, con la corteza escamosa. Hojas duras, pequeñas, con margen dentado, de color verde oscuro con tintes pardo-rojizos. Inflorescencia tipo racimo, con flores numerosas rosadas - blancas. Sus frutos son carnosos, de color morado - negro, con una cubierta cerosa y sus semillas son dispersadas por aves (zoocoria). Sus frutos sirven como alimentos de varios animales como: ratones, aves y osos. La especie es regeneradora de sitios quemados y se la emplea en la reforestación de los páramos.

Uso tradicional:

Su fruto es comestible. Se puede realizar mermelada y vinos con sus frutos.

Familia botánica: ESCALLONIACEAE

Chilindrín de monte

-  **N. científico:** *Escallonia myrtilloides* L.f.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Venezuela hasta Argentina. Andes y Sierra Nevada de Santa Marta en Colombia a 2500 - 3900 msnm.

Descripción:

Arbusto de hasta 10 m de alto. Tallos delgado y cilíndrico de corteza desprendible marrón rojizo, y con tricomas (vellos) dispersas en los tallos más jóvenes. Hojas pequeñas, duras, gruesas y el borde presenta pequeños dientes como sierras. Flores solitarias colgantes en forma de campana, de color verde - rojizo en la base y anaranjado en la parte superior. Frutos en cápsulas leñosas con numerosas semillas que son dispersadas por el viento (anemócora). La floración inicia en septiembre u octubre y va hasta enero, mientras la fructificación inicia en noviembre y se prolonga hasta marzo. Se encuentra en zonas húmedas de bosque altoandino y páramo. Puede formar bosques o estar solitario en zonas de pajonales. Se adapta bien a bordes de caminos. Especie potencial para procesos de propagación y restauración.

Uso tradicional:

En infusión junto con la rama de canela del monte es usada para la limpieza de sangre y riñones. Su fruto es comestible y la flor se usa para tratar desórdenes menstruales y del posparto.





Familia botánica: FABACEAE

Arvejilla de monte

-  **N. científico:** *Lupinus microphyllus* Desr.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia a Bolivia desde 3650 - 4520 msnm.

Descripción:

El Lupino, chocho, lupín es una planta de tallo erecto, que habitualmente miden entre 0,5 y 2 m de altura. Sus hojas están formadas por un número impar de folíolos y su aspecto es semejante al de un paraguas cerrado. En las especies silvestres y las cultivadas con propósitos ornamentales, las flores se reúnen en largas y vistosas inflorescencias, sin embargo, las especies cultivadas para la alimentación suelen tener inflorescencias más pequeñas y poco notorias. Los colores de los pétalos varían desde el blanco al azul intenso, con predominio de tonos azulados y rosados. Su fruto es una legumbre que contiene semillas con forma de esfera achatada.

Uso tradicional:

Su fruto es comestible y cuenta con un buen contenido de proteínas, fibras y una adecuada cantidad de azúcares y minerales principalmente cobalto, fósforo y potasio. Sin embargo contienen alcaloides tóxicos, por lo cual se debe hacer el desamargo.

Familia botánica: FABACEAE

Chocho

-  **N. científico:** *Lupinus pubescens* Benth.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** América tropical desde 1800 hasta 3800 msnm.

Descripción:

Hierba pubescente que mide hasta 80 cm de alto. Las hojas son compuestas en grupos de hasta nueve folíolos, ovaladas y verdes. Inflorescencia en racimos y terminal. Las flores son de color morado claro con blanco en forma de mariposa. El fruto es una legumbre verde, pubescente. Las semillas son usualmente aplanadas y cubiertas total o parcialmente con excrecencias de color café claro a negro. Crece entre pajonales o en áreas sembradas. Se la emplea para restaurar suelos degradados debido a su capacidad para fijar nitrógeno a través de sus raíces con ayuda de microorganismos o bacterias simbióticas.

Uso tradicional:

Su flor y hojas son usados para el hígado y nervios, se toma en infusión. El fruto y las semillas son comestibles para el ser humano y sirven de alimento para los animales. Con las hojas se preparan emplastos para curar sarpullidos.





Familia botánica: GENTIANACEAE

Mayo amarillo - caracoles

-  **N. científico:** Halenia weddelliana Gilg
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andel del Sur de Colombia hasta Perú desde 2700 - 4000 msnm.

Descripción:

Hierba terrestre de hasta 20 cm de alto, con una base ligeramente leñosa. Su ciclo de vida es anual. Tiene tallos subterráneos que producen ramas superficiales, poco espaciadas, con hojas variables. Sus hojas son alargadas y delgadas. Las flores se disponen en forma de sombrilla hacia arriba de donde salen 4 flores de color amarillo pálido, cada flor posee prolongaciones en forma de espuelas o cuernos. Crece entre pajonales y a orillas de ríos.

Uso tradicional:

Cura hinchazón y mal aire por la mordida del cueche, se debe majar y guardar por varios días en una botella con alcohol, chapil u otro licor. Hojas, flores y tallos machacados son usados para padecimientos mentales.



Familia botánica: GERANIACEAE

Mortiño blanco

-  **N. científico:** Geranium sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela a Ecuador desde 1900 - 4200 msnm.

Descripción:

Hierbas rastreras de tallos delgados y ligeramente pubescentes. Hojas con aberturas entre 3 a 5 lóbulos y con los bordes superiores dentados, similar a una forma de estrella. Flores solitarias, vistosas, con coloraciones blanco, rosa o violeta y ubicadas en pequeños grupos en las partes terminales de la planta. Fruto tipo cápsula seca, con numerosas semillas que son expulsadas con un sistema similar al de un resorte. Crece entre las pajas y debajo de los arbustos.

Uso tradicional:

Su fruto es comestible, sus flores son de gran aroma.



Familia botánica: HYPERICACEAE

Romerillo

-  **N. científico:** *Hypericum laricifolium* Juss.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela hasta Perú a 2500 hasta los 4300 msnm.

Descripción:

Arbusto muy ramificado que mide hasta 1.5 m de alto. Presenta látex blanquecino. El tallo es de color café y tiene prominencias parecidas a escamas. Las hojas se disponen en grupos de tres, son finamente lanceoladas y son de color verde brillante. Además, las hojas tienen un olor muy característico similar al ciprés. Flores en racimos, de color amarillo. Este arbusto crece en las zonas disturbadas dentro de los parches y como parte de la flora arbustiva del límite del bosque.

Uso tradicional:

Se usa para curar el mal aire en sahumero y en frote para evitar la picadura de moscos. Las hojas son alimento para animales. Sirve para tratar la depresión. Además, actúa como diurético y favorece la recuperación de los cólicos menstruales.



Familia botánica: IRIDACEAE

Ajo de la vieja, lirio

-  **N. científico:** *Crococsmia x crocosmiiflora* (Lemoine) N.E.Br.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbáceo
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes Colombianos – Neotrópico a 950 - 3350 msnm.

Descripción:

Planta herbácea entre 50 a 150 cm de altura, de tipo ornamental originaria de Sudáfrica. Presenta un tallo erecto y hojas alargadas, inflorescencias anaranjadas y fruto tipo cápsula. Semillas con baja capacidad germinativa, motivo por el cual, para su reproducción se utiliza otras estructuras reproductivas vegetativa. Tallos subterráneos tipo bulbos y rizomas. Se considera una especie con una alta capacidad de invasión que puede afectar a las especies nativas, formando poblaciones densas en suelos con alta humedad.

Uso tradicional:

Utilizado como alimento para cuyes y ganado. También es usado como indicador de humedad.



Familia botánica: IRIDACEAE

Brinchilán

-  **N. científico:** *Orthrosanthus chimboracensis* (Kunth) Baker
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Costa Rica a Perú desde 2200 - 4000 msnm.

Descripción:

Hierba hasta de 5 mts con hojas alargadas, tallo delgado, 0.5 m. Tallo, que envuelven a las más jóvenes que nacen de la misma yema. Flores en espiga, abrazadas individualmente por 2 hojas reducidas que sostienen flores pequeñas color azul o celeste, flores, de hasta 5 cm de diámetro, pueden ser azules, púrpuras o amarillas, dependiendo de la especie. Fruto cápsula ovada, de color verde a negro y marrón. Florecen en primavera o verano.

Uso tradicional:

Se utiliza para tratar afecciones indeterminadas como el dolor de piernas en los niños. También para la elaboración de cestos, es ornamental.

Familia botánica: JUNCACEAE

Flor de totora del monte

-  **N. científico:** *Juncus* sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Venezuela a Argentina desde 1950 a 4200 msnm.

Descripción:

Hierba nativa que crece en medio de pajas y en humedales. Tiene hojas largas y puntiagudas, con una inflorescencia terminal, redondeada de color café. Puede llegar a medir menos de 50cm. Presenta raíces pequeñas agrupadas. Precisa de lugares abiertos para realizar la fotosíntesis. Es una especie exigente en suelos húmedos o encharcados.

Uso tradicional:

Junto con otras yerbas sirve para la desinflamación de la próstata.





Familia botánica: LAMIACEAE

Sunjo o Zunjito

-  **N. científico:** Clinopodium nubigenum (Kunth) Kuntze
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela a Bolivia a 3100 – 4300 msnm.

Descripción:

Herbácea leñosa, con tallos pequeños que no superan 1 m de longitud. Sus hojas son pequeñas, ovadas, recubiertas de tricomas blancos, formando alfombras y tienen un olor mentolado. Los tallos son de color café rojizo. Tiene flores solitarias de color lila muy claro con tintes morados, formada por 5 pétalos soldados en un tubo. Crece sobre los pajonales secos, en bordes de caminos y zonas donde hubo disturbio.

Uso tradicional:

Se prepara en aromática para dolor de estómago y para el curado de licores.



Familia botánica: LAMIACEAE

Caguande

-  **N. científico:** Salvia sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Centroamérica, Venezuela a Perú a 2000 - 3900 msnm.

Descripción:

Hierba que alcanza una altura máxima de 1 m. Tallos erectos, cuadrangulares y rojizos. Hojas ovadas, de base redondeada y ápice agudo, con margen serrada. Haz de color verde oscuro, con nerviación muy marcada; envés verde pálido con indumento de pelos cafés. Inflorescencias en racimos terminales, que albergan cerca de 8 flores acampanadas cada uno. Generalmente, las flores son pubescentes y son de color violeta, azul o rosadas. Sus flores atraen colibríes. Fruto seco parecida a una nuez. Crece en pajonales y sobrevive en zonas secas pobladas de matorrales con adaptaciones a largos periodos de sequía. El área de distribución natural es el trópico americano, sin embargo, esta especie ha sido introducida a otras partes del mundo como Sudáfrica o China, donde es considerada una planta invasora.

Uso tradicional:

Medicamento para el achaque de las vacas, debe darse junto con el agua. Usada en medicina tradicional para tratar el dolor y la inflamación y matar ácaros que causan picazón en la piel.



Familia botánica: LENTIBULARIACEAE

Díctamo

-  **N. científico:** Pinguicula calyptata Kunth
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia y Ecuador a 3000 - 4100 msnm.

Descripción:

Planta carnívora pequeña, mide hasta 10 cm de alto, en forma de estrella. Sus hojas están dispuestas en una roseta basal, con los márgenes enrollados hacia arriba, de color verde claro, con los bordes rojos. El haz de las hojas está cubierto de finas glándulas o pelos pegajosos, con el fin de capturar y digerir pequeños insectos, cuando estos se posan sobre dichas hojas. Tiene una sola flor de color azul-violeta o violeta con blanco. Crece en pajonales húmedos, en bordes de ríos y quebradas, frecuentemente en zonas rocosas.

Uso tradicional:

Se prepara en infusión para el dolor de estómago



Familia botánica: LORANTHACEAE

Popera

-  **N. c.:** Tristerix longibracteatus (Desr.) Barlow & Wiens
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia a Perú 2800 - 4000 msnm.

Descripción:

Arbustos parásitos (planta que obtiene alguna o todas las sustancias nutritivas de otra planta) de hasta 3 m de altura. Ramas hasta 1.5 m de largo. Tallos ramificados, entrenudos cortos y de textura rugosa. Las hojas son erguidas, estrechas y lanceoladas, algo ovadas, de coloración verde teñida con rojizo en los bordes y de textura gruesa. La inflorescencia es terminal en forma de sombrilla hacia arriba, y abarca entre 8 y 18 flores tubulares de 5 cm, de color de rojo brillante a amarillo. El fruto es una baya carnosa, de color negro con semillas diminutas. Es una especie común en los bosques alto andinos. Crece como hemiparásita de árboles como capote, chilindrín de monte y mano.

Uso tradicional:

Se utiliza para cerrar y secar el ombligo del niño recién nacido, para esto, se machucan las pepas y se aplica a través de una tela sobre el ombligo. La infusión de la flor se utiliza para curar la gripe y la tos.





Familia botánica: : MELASTOMATACEAE

Pichanga o escobilla

-  **N. científico:** *Brachyotum ledifolium* (Desr.) Triana
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia, Ecuador, Perú a 2700 - 4500 msnm.

Descripción:

Arbusto que puede alcanzar hasta 5 m de altura. Tiene vellosidades en hojas, ramas y flores. Los tallos tienen la corteza que se desprende. Las hojas son pequeñas, ovadas, al tacto están recubiertas de diminutos pelitos. Las flores son agrupadas y colgantes en la parte terminal de las ramas, el cáliz es rojo y presenta pelos amarillos, los 5 pétalos son de color amarillo o crema y forman un tubo. Fruto seco en cápsula que abre por sí sola con diminutas semillas que son dispersadas por el viento. Crece en zonas abiertas, a borde de camino y en bordes de arbustales. Es visitada por colibríes. La floración inicia en julio o agosto, mientras la fructificación se presenta de octubre a diciembre.

Uso tradicional:

Antiguamente era usada para barrer las casas de tierra; el tallo se usa como escoba y así mismo sirve para alimentar a los cuyes. La flor es comestible y tiene sabor dulce.



Familia botánica: MELASTOMATACEAE

Clavelillo

-  **N. científico:** *Brachyotum lindenii* Cogn.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia y Ecuador a 2700 - 4500 msnm.

Descripción:

Arbustos entre 0,7 y 2 m de alto. Las ramas jóvenes presentan hojas ovadas y cubiertas con pelos gruesos al tacto. La inflorescencia agrupa de 3 a 5 flores en forma de aretes colgantes, el cáliz es rojo y los pétalos son de un púrpura oscuro y brillante de forma cilíndrica. El fruto es seco con semillas diminutas.

Uso tradicional:

Se colocan las flores en infusión para curar el hígado. Se usa para fabricar carbón y hacer escobas para barrer la casa. También se usa como adorno para las fiestas.



Familia botánica: MELASTOMATACEAE

Hayuelo

-  **N. científico:** Miconia latifolia (D.Don) Naudin
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela a Bolivia desde 2700 - 4040 msnm.

Descripción:

Son hierbas anuales o perennes, arbustos o árboles pequeños, a veces epífitas o trepadoras escandentes; plantas hermafroditas o raramente dioicas. Hojas simples, opuestas, con flores solitarias, flores generalmente pequeñas, posee un grupo grande de melastomatáceas tiene frutos que son bayas y algunas especies son comestibles, algunas especies son usadas como ornamentales e introducidas en muchos lugares del mundo y en algunos casos se han convertido en especies invasoras. Algunas especies comúnmente son usadas como ornamentales.

Uso tradicional:

Ayuda a las dilataciones durante el parto, ayuda a tratar dolores de garganta y cuello, trata infecciones bucales, y curar la diarrea de recién nacidos, usado para tratar hongos y sarna



Familia botánica: MELASTOMATACEAE

Cherté

-  **N. científico:** Miconia salicifolia Naudin
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Venezuela a Perú. Andes de Colombia a Andes a 2850 - 4200 msnm.

Descripción:

Arbusto de hasta 4 m de alto, ramificado, con forma piramidal. Presenta hojas simples, duras, elípticas y márgenes lisos. El envés de la hoja presenta tricomas y se disponen las inflorescencias. Cada flor se caracteriza por presentar pequeños pétalos blancos y tricomas cortos que le da una coloración amarillenta a café claro. El fruto una baya jugosa, azul verdoso a morada, a veces con cubierta de cera y semillas numerosas. Especie arbustiva poco común dentro de los bosques, presente en zonas alteradas y en áreas donde la vegetación es densa. Es llamativa y distintiva por la coloración pardo - rojiza que adquiere el arbusto debido a la pubescencia (presencia de tricomas) de las ramas y las hojas.

Uso tradicional:

se usaba antiguamente para barrer las casas, actualmente de manera casual se sigue usando para limpiar las cuyeras. Su madera se usa en la fabricación de herramientas para la agricultura, como cercas vivas y combustible.



Familia botánica: ORCHIDACEAE

Orquídea

-  **N. científico:** Epidendrum frutex Rchb.f.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela a Ecuador desde 2740 - 3800 msnm.

Descripción:

Plantas epifitas o terrestres, a veces crecen sobre rocas, hasta 30 cm de alto; las raíces son de color blanco. Hojas lanceoladas de hasta 3 cm de largo. Inflorescencias en racimos colgantes hasta con 20 flores. Flores de color amarillo-verdoso pálido. Fruto grande en forma de cápsula, con costillas gruesas, verde cuando fresca, tornándose café y dehiscente con la edad, con miles de semillas diminutas. Es una especie muy frecuente en matorrales y bosques en donde hay árboles del coloradito.

Uso tradicional:

Uso decorativo y ornamental.

Familia botánica: ORCHIDACEAE

Perrillo

-  **N. científico:** Gomphichis sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela hasta Perú a 2500 – 3800 msnm.

Descripción:

Hierba terrestre epífita (crece sobre otra planta como soporte), de 50 a 80 cm de altura. Presenta un falso tallo corto, formado por las vainas de las hojas. Raíces gruesas y blancas, que no están ancladas al suelo; son superficiales. Hojas dispuestas a modo de roseta, alargadas, carnosas, margen entero, verde pálido en el envés. La inflorescencia es terminal, larga y delgada, con muchas pequeñas flores de color verdoso o ligeramente amarillento. Frutos en cápsulas dehiscentes, verde cuando son inmaduras y marrón al madurar. Semillas de tamaño muy pequeño.

Uso tradicional:

Se prepara en infusión como aguas aromáticas.





Familia botánica: ONAGRACEAE

Zarcillejo de monte

-  **N. científico:** Fuchsia vulcanica
-  **Origen:** Endémica
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia (Nariño) y Ecuador a 2800 - 3700 msnm.

Descripción:

Arbusto trepador, pubescente, de hasta 2 m de alto, muy ramificado. Hojas lanceoladas con bordes lisos. Flores solitarias colgantes, rojas, con apariencia de arete, agrupadas en las partes terminales de la planta. El fruto es baya rojiza con numerosas semillas en su interior. Las flores atraen aves como colibríes, por el color de la corola.

Uso tradicional:

Menstruaciones escasas o ausentes, dolores menstruales; disminuye la fiebre y aumenta el flujo de orina. Se usa en decocción o cocimiento.

Familia botánica: OROBANCHACEAE

Berro morado

-  **N. científico:** Bartsia laticrenata Benth.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia y Ecuador a 2700 - 4100 msnm.

Descripción:

Hierba semileñosa de hasta de 40 cm de alto, hemiparásita (planta que en cierto grado obtiene sus nutrientes de otra planta, y también, por medio de la fotosíntesis). Las hojas son estrechamente lanceoladas, gruesas, con los márgenes gruesamente crenados, de color verde por fuera y morada por dentro, con abundantes tricomas. Inflorescencias espigadas, pubescentes, con flores amarillas. Frutos en cápsula ovoides, de color café-negras, con numerosas semillas diminutas. Crece en pajonales, en la orilla de los ríos, con preferencia a lugares expuestos, a veces entre las rocas, soportando fuertes vientos.

Uso tradicional:

Remedio para hígado y riñones, dolor de cintura y cadera, se prepara en infusión.





Familia botánica: OROBANCHACEAE

Castilleja o liberal

-  **N. científico:** Castilleja fissifolia L.f.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela a Bolivia a 2225 - 4300 msnm.

Descripción:

Hierbas que miden hasta 30 cm de alto. Las hojas son alternas, miden hasta 2 cm de largo, están divididas en segmentos. La inflorescencia se presenta en forma de racimos de hasta 10 cm de largo, tiene hojas con apariencia de pétalos (brácteas) de color rojo brillante que sostienen a cada flor. Las flores son tubulares, algo recurvadas, miden hasta 20 mm de largo, de color verde claro, con pelos diminutos

Uso tradicional:

En infusión ayuda en dolores menstruales y de garganta



Familia botánica: BOXALIDACEAE

Chulco

-  **N. científico:** Oxalis sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia hasta Bolivia a 1900 – 3500 msnm.

Descripción:

Hierba que puede llegar a medir hasta 40 cm. Sus hojas son parecidas a las del trébol, compuestas de 3 folíolos de forma acorazonada, con finos pelos blancos. Los tallos y pecíolos son delgados, suculentos, de color rojizo y sabor ácido. Las flores de color amarillo tienen 5 pétalos ligeramente unidos en la base. Crece principalmente en troncos de árboles y arbustos de forma poco erguida debido a sus tallos débiles. Presenta fruto tipo cápsula alargada, con semillas numerosas de color café.

Uso tradicional:

Se usa como remedio para los cuyes, también se usa para teñir, es desirritante para vacas, se prepara macerando las hojas y se lava las ubres de la vaca. El tallo molido se usa para preparar aguas aromáticas.



Familia botánica: PIPERACEAE

Jacalcongona

-  **N. científico:** Peperomia hartwegiana Miq
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela a Perú 1400 - 4000 msnm.

Descripción:

Pertenece a familia Piperaceae comprende alrededor de una docena de géneros y especies en todo 3000, de raíces poco profundas hierba anual, por lo general crece a una altura de unos 15 a 45 cm. se caracteriza por tallos suculentos, brillante, con forma de corazón, hojas carnosas y pequeñas, punto como las semillas adjunta a varios picos de fructificación. Tiene un olor de mostaza cuando se estrujan, su floración durante todo el año.

Uso tradicional:

Los tallos y hojas trituradas son cicatrizantes tópicos, la infusión de las hojas se bebe como tranquilizante en mínimas cantidades.

Familia botánica: PHYTOLACCACEAE

Atusara

-  **N. científico:** Phytolacca bogotensis Kunth
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Argentina, Bolivia y Colombia a 1560 - 3600 msnm

Descripción:

Hierba que alcanza una altura de hasta 1,5 m. Presenta hojas alternas con pecíolos rojizos y nervadura prominente en el envés. El tallo es erguido, de color rojizo, hueco y ramificado en la parte superior. La raíz es grande (1 m de longitud), gruesa y carnosa. Inflorescencia en racimos terminales de color rosado. Los frutos son esféricos de color púrpura y negros al madurar, son muy jugosos y altamente tóxicos, al igual que sus hojas. Crece en lugares húmedos, no muy sombríos y en suelos degradados por lo que es una especie ideal por su abundante crecimiento y resiste heladas de hasta -5 °C.

Uso tradicional:

Previene la picadura de moscos y ayuda a controlar alergias de piel (uso de las pepas machacadas sobre la piel). Los frutos también son usados para jabones; antiguamente era el jabón para ser usado en el río.





Familia botánica: PLANTAGINACEAE

Atusara larga

-  **N. científico:** Plantago australis Lam.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Cosmopolita, desde Estados Unidos hasta Argentina. En Colombia presente en los Andes y Sierra Nevada de Santa Marta a 1200 - 4100 msnm.

Descripción:

Mide hasta 40 cm de altura y 20 cm de ancho. Las hojas son alargadas, de color verde oscuro y presenta nervaduras distribuidas a lo largo de toda la hoja. Las flores son verdes con café y la dispersión de sus semillas se realiza por medio del viento para poder polinizar sus flores hermafroditas. Esta planta aparece después de la quema y la floración probablemente es estimulada por el fuego.

Uso tradicional:

Antiguamente era considerada como jabón, sus raíces y pepas se muelen para lavar las ruanas. Laxante.

Familia botánica: POACEAE

Yerba de gallina

-  **N. científico:** Calamagrostis effusa (Kunth) Steud.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Venezuela a Ecuador desde 2500 - 4500 msnm.

Descripción:

Hierba nativa que crece en las orillas de los ríos y en planicies. Su flor es verde cuando está tierna y morada cuando está madura. Mide hasta 1.5 metros de alto. Las hojas son largas y en forma de aguja. Forma macollas densas. Inflorescencia en espiguillas lateralmente comprimidas con una sola flor fértil. Florece ocasionalmente. Es la especie dominante del pajonal. Es una planta resistente al pastoreo y sobrevive a las quemadas.

Uso tradicional:

Junto con la yerba de perro (tipo de yerba larga) y el tipo (planta mentolada similar a la menta) se usa para curar diarrea en el niño. También se usa para limpieza de hígado en adultos. Se prepara en infusión con largo hervor.





Familia botánica: POACEAE

Cortadera

-  **N. científico:** Cortaderia nitida (Kunth) Pilg.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Costa Rica a Perú desde 2500 hasta 4000 msnm.

Descripción:

Hierba que forma macollas de más de 1 m de diámetro. Las hojas son delgadas y largas, de consistencia tiesa, rasposa, y con bordes cortantes. Sus tallos son semejantes a una caña. La inflorescencia es una espiga grande y vistosa, de color gris - blanco, que se dispone sobre el tallo alargado y hueco. Las flores individuales son muy pequeñas y numerosas, a manera de escamas con pelos blanquecinos. El fruto es tipo seco con una sola semilla y son dispersadas por el viento. Se encuentra en zonas de páramo y áreas abiertas y de disturbio del bosque altoandino. Tolerancia bien los suelos pobres en nutrientes y es de rápido crecimiento, por lo que es ideal para propagación en vivero y recuperación de zonas degradadas por los altos porcentajes de supervivencia después de la siembra.

Uso tradicional:

Retenedora de agua, es usada para hacer techos. Las hojas servían para cortar el cordón umbilical, y en infusión se usan para lavar pies sudorosos. El zumo del tallo es bueno para tratar afecciones en los ojos de los recién nacidos.

Familia botánica: POACEAE

Yarpu

-  **N. científico:** Cortaderia sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Costa Rica a Perú desde 2500 hasta 4000 msnm.

Descripción:

Hierba nativa que forma macollas de gran diámetro. Su inflorescencia tipo espiga es larga y puede medir hasta 1m de altura. Sus flores son numerosas, de color amarillas pálidas a morado. Sus hojas son alargadas, filosas, cortantes y están cubiertas con diminutos pelos blancos. Se encuentran alrededor de lagunas y humedales. Coloniza taludes de cunetas y bordes de páramo arbustivo y de pajonal, proliferando después de los incendios. Tolerancia bien los suelos pobres y tiene rápido crecimiento. Ha sido introducida en otras partes del mundo (Sudáfrica, Estados Unidos), como planta ornamental.

Uso tradicional:

Sirve para la construcción de techos de casas. Su flor sirve para sahumar y quitar el espanto en lo niños.





Familia botánica: POACEA

Olco

-  **N. científico:** Holcus lanatus L.
-  **Origen:** Exótica
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Cosmopolita, Andes de Colombia a 1500 - 4000 msnm.

Descripción:

Herbácea nativa de Europa. Sus hojas son suavemente pelosas. Tiene tallos erectos de hasta 80 cm de altura. Hojas lineares, planas y anchas. Flores en forma piramidal, con espiguillas frecuentemente teñidas de púrpura. Sus semillas son numerosas y son dispersadas por el viento. Tiene un sistema radicular que es agresivo, desarrollando raíces profundas o superficiales, permitiendo adaptarse a un amplio rango de suelos y extraer nutrientes. Es tolerante a suelos ácidos como los del páramo.

Uso tradicional:

Se usa para alimentar al ganado y especies menores (cuy), yerba antigua



Familia botánica: POACEAE

Grama

-  **N. científico:** Paspalum hirtum Kunth
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia a 2500 - 4000 msnm.

Descripción:

Aspalum es un género de plantas herbáceas perteneciente a la familia de las poáceas. Es un género cosmopolita que se distribuye por las regiones templadas, son plantas perennes, cespitosas o estoloníferas. Vainas con márgenes glabros o pelosos. Hojas con limbo plano; lígula escariosa. Inflorescencia formada por racimos insertos a lo largo de un eje comprimido, o dispuesto subdigitadamente.



Uso tradicional:

Por sus nutrientes, se puede usar como alimento para animales.



Familia botánica: POLYGALACEAE

Ivilan

-  **N. científico:** Monnina sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia a 1900 - 4150 msnm hasta Bolivia

Descripción:

Arbusto que puede llegar a medir hasta 1,5 m de alto. Tallos de color morado y rojizo, finamente pubescentes. Hojas gruesas y en forma de una punta de lanza. Inflorescencia tipo racimo, con numerosas flores de color azul-morado cuyo pétalo llamado quilla sobresale por tener la punta amarilla. Fruto carnoso, elipsoide, de color negro morado cuando está maduro. Se encuentra en bordes de camino, arbustales de páramo, y en áreas abiertas y pedregosas. Los frutos son apetecidos por las aves, especialmente las miras, quienes dispersan sus semillas. Presenta floración y fructificación durante todo el año, aunque tiene los picos de producción de noviembre a enero. La fructificación es mayor durante las épocas de lluvia.

Uso tradicional:

Remedio para quitar holanda (úlceras y llagas en los labios y lengua) como desinfectante bucal. La corteza de la raíz seca se usa como jabón para lavarse el cabello; sirve para tratar la caspa y como detergente

Familia botánica: POLYGONACEAE

Barrabás colorado pequeño

-  **N. científico:** Rumex acetosella L.
-  **Origen:** Exótica
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Cosmopolita – Andes y Llanos Colombianos desde 300 hasta 3900 msnm.

Descripción:

Hierba de 30 cm de altura, de origen euroasiático con flores y tallos rojizos. Presenta hojas alternas (hojas inferiores más largas que hojas superiores). Fruto similar a una nuez parda. Coloniza sitios con suelos ácidos y húmedos de las montañas, en cultivos de maíz, lugares abandonados, campos y pastos con historias de disturbio. Indicador de presencia de ganado. Dispersión de semillas por medio del viento (anemocoria) y por animales (zooecoria), además es fuente de alimento para larvas de mariposa.



Uso tradicional:

Se usa como infusión para el colerín. Se debe masticar y ponerla en los cortes de piel, ayuda al cierre y cicatrización.



Familia botánica: ROSACEAE

Cadillo

-  **N. científico:** *Acaena elongata* L.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** México, Guatemala y Andes de Venezuela hasta Bolivia a 2500 - 4000 msnm.



Descripción:

Arbusto de porte bajo, de hasta 50 cm de alto, raramente hasta 1 m. Crece amontonada y forma densos matorrales. El tallo es de color café a rojizo. Las hojas están compuestas de 9 a 19 hojas pequeñas (foliolos), gruesas, más o menos ovaladas, brillantes en su cara superior y con pelos suaves sobre la vena en la cara inferior. Presenta inflorescencias tipo espiga y cada flor es redondeada, cubierta de pelillos rojos y de espinas. En cuanto a su propagación, dispersión y germinación, los frutos se dispersan adhiriéndose al exterior de animales. Crece en sitios alterados donde hubo remoción del suelo.

Uso tradicional:

En infusión es bueno para controlar el colerín, se prepara con chichita (planta) averiguar y pepas de barrabás.

Familia botánica: ROSACEAE

Arquitecto

-  **N. científico:** *Lachemilla nivalis* (Kunth) Rothm..
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes desde Colombia hasta Perú a 3000 - 4500 msnm.



Descripción:

Herbácea de hasta 60 cm de largo. Tallos café y pubescentes, erectos, engrosados y ramificados hacia el ápice. Hojas que salen desde la base del tallo. Inflorescencia tipo globular de color blanco y amarillo pálido. Es poco común dentro de los bosques, generalmente se encuentra en zonas abiertas con requerimientos altos de luz.

Uso tradicional:

Sirve para el dolor de estómago, se toma en aromática. Su flor sirve para limpieza de hígado, se mezcla con guayaba y se prepara en infusión.





Familia botánica: ROSACEAE

Orijuela

-  **N. científico:** *Lachemilla orbiculata* (Ruiz & Pav.) Rydb.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** México, Colombia a Perú desde 1500 a 4000 msnm.

Descripción:

Hierba rastrera que forma alfombras densas al nivel del suelo. Las hojas son duras y están dispuestas en una roseta en la base, tienen forma redonda, arriñonada, con bordes dentados y tricomas pequeños de color blanco dispuestos en el haz y sobre la nervadura principal. El tallo es delgado, alargado y rojizo. La inflorescencia es poco llamativa con flores pequeñas de color blanco – amarillo. En los páramos es común encontrarla en zonas de regeneración del pajonal como una especie pionera y son abundantes en lugares donde hubo pastoreo, por lo que es una especie adecuada para evitar la erosión de los suelos.

Uso tradicional:

Las hojas sirven para forraje de ganado vacuno, ovino, caprino y cuyes.

Familia botánica: ROSACEAE

Hinojo de monte

-  **N. científico:** *Lachemilla* sp.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** México a Bolivia desde 2100 – 4200 msnm.

Descripción:

Hierba nativa y rastrera. Crece solo en humedales. Hierba trepadora. Presenta ramas a veces enraizadas, con tricomas cortos. Sus tallos son de color rojizo. Hojas duras, redondeadas con tres divisiones marcadas. Presenta inflorescencias terminales y cada es flor es acampanulada y pubescente. *Lachemilla* es un género ecológicamente importante ya que muchas veces forma grandes asociaciones vegetales que actúan como reservorios naturales de agua en sitios muy elevados como son los páramos y superpáramos. Crece en las zonas del límite de los parches de bosque, en lugares húmedos. Es un indicador de humedales en buen estado.

Uso tradicional:

Usado como medicina para curar el espanto, se prepara en infusión.





Familia botánica: ROSACEAE

Capote

-  **N. científico:** *Polylepis sericea* Wedd.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Árbol
-  **Categoría de amenaza:** VU ●
-  **Distribución:** Andes desde Colombia hasta Perú a 3200 - 4300 msnm

Descripción:

Árbol nativo que crece de 6 a 10 m de alto. Sus hojas son de color verde oscuro. Sus inflorescencias son de tipo racimo y cada flor es de color amarillo pálido. Las flores son polinizadas por el viento (anemofilia), aunque también se ha observado la presencia de abejas. El tronco es de color café - rojizo y presenta una corteza tipo lámina, que se desprenden con el crecimiento; se desconoce la función de estas láminas, pero se estima que brindan protección contra el frío y el fuego. Crece en las orillas de los ríos y forma agrupaciones denominadas como “Bosques de *Polylepis*”, y estos, son importantes en la protección de las fuentes de agua, regulando la escorrentía y mejorando la captación de agua. De igual manera, estos bosques influyen en la calidad de los suelos y en la captura de carbono, reduciendo la erosión y reteniendo los sedimentos y nutrientes.

Uso tradicional:

La corteza de esta especie sirve como fuente de madera y de combustible para la cocción de alimentos. Con las láminas del tronco se hace una infusión color café que ayudaría a liberar las vías respiratorias y curaría enfermedades renales

Familia botánica: ROSACEAE

Mora de castilla

-  **N. científico:** *Rubus coriaceus* Poir.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** NE ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia hasta Perú desde 2800 hasta 4000 msnm

Descripción:

Arbustos rastreros espinosos; tallos y venas rojizos por el envés. Hojas ovadas, gruesas, con márgenes aserrados. Flores solitarias de color rosado fuerte. Frutos globosos formados por un conjunto de muchos frutos pequeños circulares, carnosos y de color rojo. Habita en subpáramos y páramos húmedos.

Uso tradicional:

Su fruto es comestible, sus hojas sirven para el dolor de muelas y las flores son usadas para quitar los nervios, una gota de jugo de la mora aplicados de manera constante quita las nubes en el ojo. Se usa en preparación de vinos.





Familia botánica: ROSACEAE

Tipo

-  **N. científico:** Rubus nubigenus Kunth
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** Potencial LC ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia a Bolivia a 2500 - 3600 msnm.

Descripción:

Planta vigorosa con tallos largos ascendentes de 1 a 4 m. Tallo circular verdoso claro con pubescencia pardo-gris. Hojas ovada-elíptica, ápice agudo, base aguda a redondeada, borde aserrado. Haz de la hoja verde claro con escasa pubescencia, sobre todo en la vena principal; envés con pubescencia sobre las venas. Inflorescencias en racimos con hasta 10 flores; pétalos de color rojo-purpura claro a púrpura brillante. El fruto es una polidrupa (conjunto de frutos pequeños); los frutos jóvenes son verdes a morado, los frutos maduros tienen un color rojo brillante a rojo oscuro y una forma cónica. Crece en vegetación abierta y matorrales, formando parches densos. Coloniza matorrales y zonas en recuperación ecológica a través de semillas distribuidas por aves u otros animales. Prefiere alta humedad ambiental.

Uso tradicional:

Junto con la yerba de gallina y yerba de perro sirve para daño de estómago, se prepara en infusión junto con el guspo de la gallina (capa que recubre la molleja) se lava, tuesta y se sirve en agua para evitar enfermedades de estómago.

Familia botánica: RUBIACEAE

Flor de moridera cimarrona

-  **N. científico:** Arcytophyllum filiforme (Ruiz & Pav.) Standl.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Cojín
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia hasta Bolivia a 3200 - 4100 msnm.

Descripción:

Planta postrada que forma almohadillas con apariencia de musgo, Los tallos son rastreros, algo leñosos. Las hojas son lanceoladas y duras. Las flores son solitarias, con cuatro pétalos blancos con tintes rosados unidos desde la base. Crece bajo el dosel de los pajonales. También es frecuente en taludes húmedos y en bordes de caminos.



Uso tradicional:

Se usa en emplasto para curar heridas que no quieren cicatrizar.



Familia botánica: RUBIACEAE

Ají de monte, achotillo

-  **N. científico:** Galium hypocarpium (L.) Griseb.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** México hasta Argentina, Andes Colombianos a 700 – 4350 msnm

Descripción:

Hierba postrada de hasta 20 cm de altura. Hojas pequeñas pegadas al tallo. Frutos anaranjados cuando están maduros. Forma parte de la cobertura vegetal creciendo en la base de los árboles en lugares con escasa luz. Fuente de alimentación para mamíferos pequeños.

Uso tradicional:

Colorante para tejidos. Sus raíces se usan para teñir tela y lana, pinta de color rojo o morado.



Familia botánica: RUBIACEAE

Granadilla de ciénaga

-  **N. científico:** nertera granadensis (L.f.) Druce
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Herbácea
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Sudamérica desde 1300 hasta 4300 msnm.

Descripción:

Planta de porte pequeño, de origen y distribución pantropical (Madagascar, Asia tropical y subtropical al Pacífico, Caribe, México a Sudamérica e islas subantárticas). Hierbas postradas formando tapetes en asociación con otras especies. Sus hojas son anchamente ovadas, casi circulares, levemente suculentas y de color verde claro. Flores solitarias de color blanco-crema a blanco-verdoso. Fruto carnoso de coloración rojiza. Es una especie que habita en pantanos, turberas y almohadillas; para su crecimiento necesita de agua permanente.

Uso tradicional:

Uso medicinal, se cocina a hervor, se usa para enfermedades del hígado y afecciones de la vesícula.



Familia botánica: SOLANACEAE

Laurel Pulisa varón

-  **N. científico:** Solanum stenophyllum Dunal
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** LC ●
-  **Distribución:** Andes de Colombia, Ecuador y Perú desde 2600 – hasta 4200 msnm

Arbusto de 3 m de alto. Tallos delgados y cilíndricos. Ramas jóvenes densamente pubescentes con tricomas amarillentos, ramas maduras con escamas y corteza amarilla pálida. Hojas con tricomas amarillos solamente en el envés margen liso y la vena media densamente pubescente. Flores color violeta. Fruto carnoso verde cuando está inmaduro y púrpura a negruzca al madurar. Semillas numerosas de color rojizas a cafés. Crece en zonas de claros de bosque con vegetación arbustiva, en los bordes de los parches, y en menos densidad en el interior de ellos. Su crecimiento es denso principalmente en el borde y marca el límite de los parches con el páramo.

Uso tradicional:

Fruto y hojas comestibles. Sirve para baños de las mujeres, para aliviar dolores.

Familia botánica: ASTERACEAE

Choquera

-  **N. científico:** Chuquiraga jussieui J.F.Gmel.
-  **Origen:** Nativo
-  **Forma de crecimiento:** Arbusto
-  **Categoría de amenaza:** VU ●
-  **Distribución:** Se halla al sur de Colombia, Ecuador, hasta el sur del Perú.

Descripción:

Es un arbusto bajo, alcanza 15 cm de altura, de corteza dura, con cicatrices foliares conspicuas; hojas hasta 12 mm de largo, duras, subsésiles, alternas, espiraladas, imbricadas, ovadas a lanceoladas, ápice agudo y espinoso, base redondeada, uninervadas, coriáceas; involucro turbinado, con brácteas imbricadas en 5–10 series



Uso tradicional:

Se usa para leña, se usa también para bajar fiebre, es diurético, trata la hepatitis y reduce efectos incómodos de la menopausia.

Creditos

Creditos

