



# NUESTRAS PLANTAS

USO DE LAS PLANTAS  
EN EL TERRITORIO COLECTIVO  
DE LOS RÍOS RAPOSO Y MAYORQUÍN

PALENOQUE EL CONGAL  
PROCESO DE COMUNIDADES NEGRAS - PCN  
INSTITUTO ALEXANDER VON HUMBOLDT - IAVH  
WWF COLOMBIA  
FUNDACIÓN ECOTRÓPICO - COLOMBIA

1081  
2

NUESTRAS

# PLANTAS

USO DE LAS PLANTAS EN EL TERRITORIO COLECTIVO  
DE LOS RÍOS RAPOSO Y MAYORQUÍN



PALENQUE EL CONGAL DEL PROCESO COMUNIDADES NEGRAS - PCN  
INSTITUTO ALEXANDER VON HUMBOLDT - IAVH  
WWF COLOMBIA  
FUNDACIÓN ECOTRÓPICO COLOMBIA

Cartilla elaborada por Enrique Sánchez y Klaudia Cárdenas sobre la base de materiales producidos durante el "Recorrido Ancestral Botánico 2006" realizado con las comunidades de los ríos Mayorquín y Raposo con el apoyo del grupo de estudios del Palenque El Congal – Proceso de Comunidades Negras (PCN). 2007

Este trabajo se realizó gracias al apoyo de:



Participantes en el Recorrido Ancestral Botánico de los ríos Raposo y Mayorquín:

**Grupo coordinador:**

José Absalón Suárez	Proceso de Comunidades Negras
Enrique Sánchez	Instituto Alexander von Humboldt
Sebel Márquez	Consejo Comunitario del río Raposo
Evangelista Aragón	Consejo Comunitario del río Mayorquín
Sorayda Rentarías	Vereda Calle Larga
Klaudia Cárdenas B.	Instituto Alexander von Humboldt
Eduard Martínez C.	Instituto Alexander von Humboldt
José Iber Hurtado	Proceso de Comunidades Negras

**Botánicos mayores de la comunidad:**

Antonio Aragón	Río Mayorquín
Ancelmo Bravo	Río Mayorquín
Edison Valenzuela	Río Raposo
Santiago Valenzuela	Río Raposo
Rosa Emilia Aragón	Vereda Papayal
Rosa Albina Aragón	Vereda Papayal

**Participantes:**

Jhon Fredy Cuama	Río Raposo
Jarrison Cuama	Proceso de Comunidades Negras
Angelmiro Salas R.	Proceso de Comunidades Negras
Gustavo Miranda R.	Proceso de Comunidades Negras
Dioselino Salas	Vereda La Comba
Dioselino Caicedo	Vereda Secadero
Walter Cuero	Vereda Cacao
Arles Salas	Vereda Calle Larga
Paola García	Instituto Alexander von Humboldt
Pedro Vallesilla	Vereda Comba
Carmen Cuero	Vereda Comba
Carlos Gamboa	Vereda Calle larga
Beiman Cuero	Vereda Comba
Marleny Vallesilla	Vereda Secadero
Aleidi Salas	Vereda Secadero
Arminda Salas	Vereda Isla Pelada
Hermelina Núñez	Vereda Cacao

Gorgonia Abadía	Río Mayorquín
Yamile Suliman	Río Mayorquín
Ninfa Cuero	Río Mayorquín
Victoria Rentarías	Río Mayorquín
Narcila Caicedo	Río Mayorquín
Blacina Márquez	Río Raposo
Dignaluz Arboleda	Río Raposo
Ismael Valencia	Río Raposo
Obilia Rodallega	Río Raposo
Romilio Montaña	Río Raposo
Juan Martín Mina	Río Raposo
Maritza Guitoto	Río Raposo
Mariluz Cuama	Río Raposo
Celmira Mina	Río Raposo
Diana Cuama	Río Raposo
Marlenis Mina	Río Raposo
Analuz Garcés	Río Raposo
Hilaria Gamboa C.	Río Raposo

**Grupo de apoyo**

Ana María Lora	WWF Colombia
Ximena Barrera	WWF Colombia
Carmen Ana Dereix	WWF Colombia
Inés Cavellier	Instituto Alexander von Humboldt
Julia Benavides	Instituto Alexander von Humboldt
María Isabel Vieira	Instituto Alexander von Humboldt
Javier Maldonado	Instituto Alexander von Humboldt
Konty Bikila Lumumba	Proceso de Comunidades Negras
Deissy Aguilar	Proceso de Comunidades Negras
Carlos Sánchez Ramos	Fundación ECOTRÓPICO

Diseño y diagramación: Nicolás Lozano  
Impresión: Arte y Fotolito ARFO  
ISBN: 978-958-8151-99-1



# Contenido



1. Introducción	4
2. Colombia: un país rico en plantas	15
3. Las plantas y sus partes	25
4. La clasificación de las plantas	34
5. Usos principales de las plantas	43
6. Listado de plantas útiles de los ríos Mayorquín y Raposo identificadas en el Recorrido Ancestral Botánico	66

# 1. INTRODUCCIÓN



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

Esta cartilla es el resultado de un trabajo emprendido por el Palenque El Congal y el Proceso de Comunidades Negras (PCN), con el apoyo del Instituto de Investigación de Recursos Biológicos Alexander von Humboldt (IAvH), WWF Colombia<sup>1</sup> y la Alianza Fundación Ecotrópico Colombia - Fondo para la Acción Ambiental (FPAA) - Conservación Internacional (CI).

Durante el segundo semestre del año 2006, se realizó el Recorrido Ancestral Botánico por los ríos Raposo y Mayorquín, en la cual participaron las sabedoras y sabedores botánicos de los dos ríos, junto con jóvenes y profesores de las escuelas locales, y con el apoyo de personal del IAvH. Para desarrollar el trabajo se organizaron cuatro grupos.

**Grupo de Monteo:** este grupo se encargó de inventariar las plantas y usos de las especies del monte, mediante el reconocimiento de las plantas de una parcela previamente delimitada a la que se llamó “Parcela del Conocimiento”, y a través de reuniones para el intercambio de conocimiento.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

**Grupo de Cultivos, Huertos y Zoteas:** este grupo conformado en su mayoría por mujeres, se encargó de trabajar el tema de las especies de uso alimenticio y medicinales presentes en estos espacios de uso, prestando especial atención al tema de la recuperación práctica de las tradiciones alimentarias y la tradición oral en torno al conocimiento y uso de las plantas.

© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ







© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

**Grupo de Dibujo y Territorio:** este grupo conformado por jóvenes de las escuelas, se sensibilizó y capacitó en el manejo de elementos básicos del dibujo botánico, como una manera de aproximarse al territorio ancestral. Ellos prepararon muchos de los dibujos que ilustran esta cartilla.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



**Grupo de Semilleros:** este grupo trabajó en el manejo y mejoramiento de los viveros comunitarios para ambos ríos. Adicionalmente se conformó un grupo de niños que contribuyó con dibujos y participaron en actividades recreativas.

## LAS COMUNIDADES DE LOS RÍOS MAYORQUÍN Y RAPOSO, MUNICIPIO DE BUENAVENTURA

El Consejo Comunitario del río Mayorquín está conformado por cerca de 2.000 personas pertenecientes a siete comunidades. Seis de estas comunidades están ubicadas en el manglar y en las orillas de los esteros, mientras que la comunidad Calle Larga, se encuentra en la parte alta del río.

Estas comunidades se dedican especialmente a la pesca marítima, la recolección de conchas y cangrejos, y el cultivo de huertos en “firmes” y “zoteas”, y su vida cotidiana está en estrecha relación con los ciclos diarios de las mareas (bajamar y plenamar).



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



El territorio ancestral de la comunidad hace parte de las cuencas de los ríos Mayorquín, Guaipare y Solán, con un área de 20.057 hectáreas. El Consejo Comunitario del Territorio Ancestral de la comunidad negra del río Mayorquín, según el título colectivo otorgado por el INCORA, mediante la Resolución 2535 del 24 de noviembre de 1999, ocupa el 94% del territorio ancestral, es decir, 18.774 hectáreas.

**Los límites de este territorio ancestral son:**

Al Norte:	Cuchilla (divisoria de agua) de la quebrada Solán
Al Sur:	Cuchilla (divisoria de agua) del río Cajambre
Al Oriente (hacia arriba):	La Cordillera Occidental
Al Occidente (hacia abajo):	El Océano Pacífico

Por su parte, el Consejo del río Raposo tiene cerca de 1.200 personas. Con un área de 42.095 hectáreas, el territorio ancestral de la comunidad negra hace parte de la cuenca del río Raposo y una parte de la cuenca del río Solán.

El Consejo Comunitario del Territorio Ancestral de la comunidad negra del río Raposo, según el título colectivo otorgado por el INCORA el 29 de diciembre de 1999, mediante la Resolución 03304, ocupa el 45% del territorio ancestral, es decir 19.014 hectáreas.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



## Los límites de este territorio ancestral son:

Al Norte:

Cuchilla (divisoria de agua) del río Anchicayá

Al Sur:

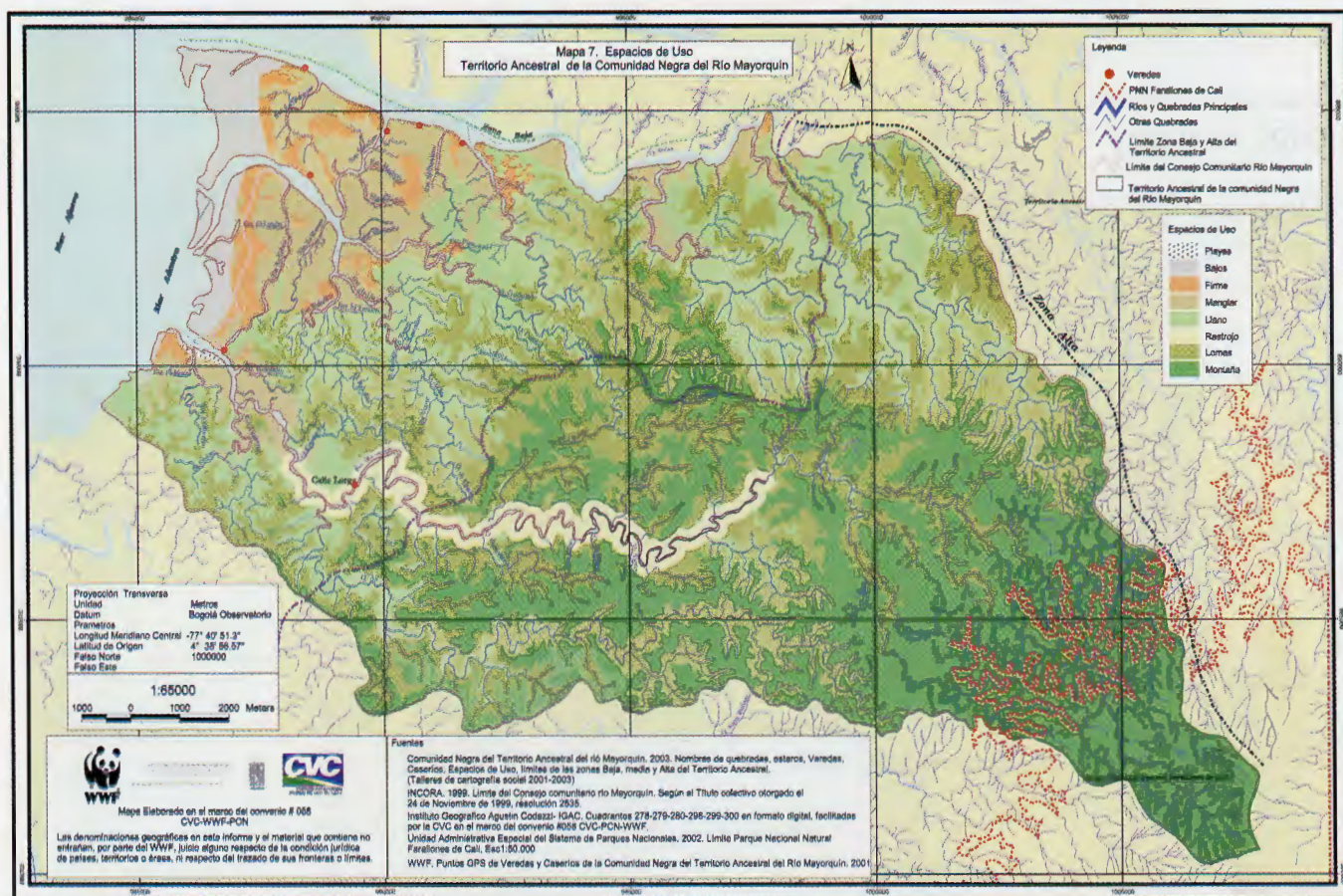
Cuchilla (divisoria de agua) del río Mayorquín

Al Oriente (hacia arriba):

El parte de agua de la Cordillera Occidental

Al Occidente (hacia abajo):

El Océano Pacífico



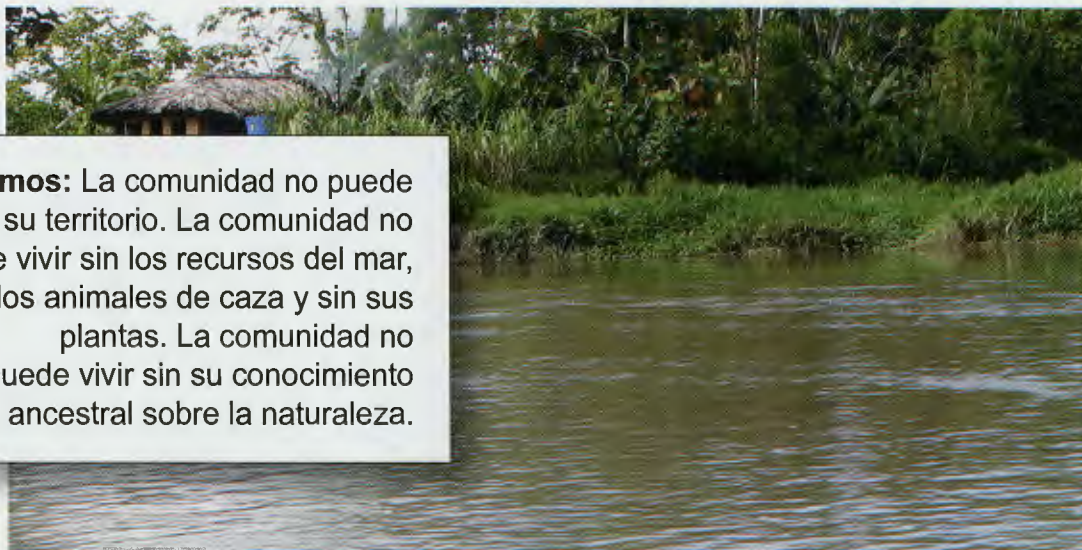
Mapa 1: Territorios colectivos de las comunidades de los ríos Raposo y Mayorquín



## PRESENTACIÓN

Las Juntas de los Consejos Comunitarios quieren con esta cartilla fomentar en las personas de la comunidad, y en especial en la comunidad educativa, el conocimiento y uso adecuado de los recursos naturales. También buscan mantener y transmitir el conocimiento ancestral de los mayores de la comunidad sobre las plantas, peces, animales de monte, el mar, las fases de la luna, y en general sobre la cultura del pueblo afrocolombiano.

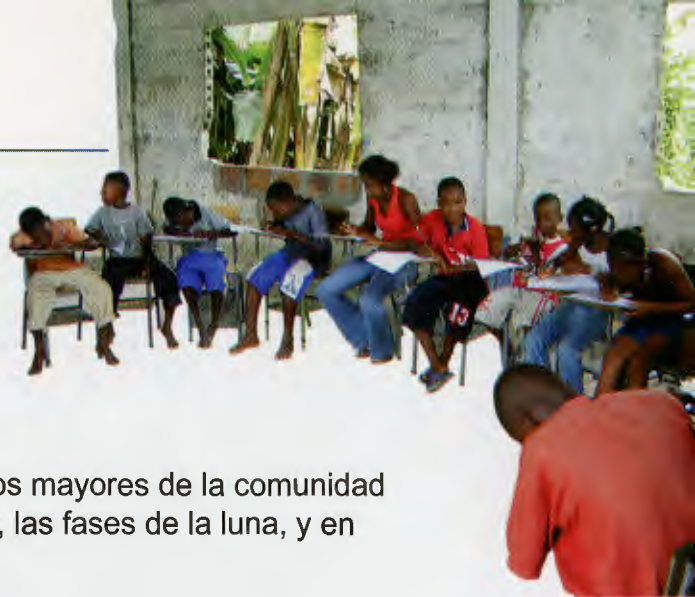
Mejorar el conocimiento sobre las plantas, usarlas de manera adecuada y mantener el conocimiento ancestral que hombres y mujeres tienen sobre ellas, es una tarea de todos los miembros del Consejo, de todas las familias y personas.



**No olvidemos:** La comunidad no puede vivir sin su territorio. La comunidad no puede vivir sin los recursos del mar, sin los animales de caza y sin sus plantas. La comunidad no puede vivir sin su conocimiento ancestral sobre la naturaleza.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ





Dentro del proceso seguido por el PCN – Palenque El Congal, se contemplaron cinco principios dirigidos a fortalecer la organización y el proyecto de vida de las comunidades. Sobre estos principios se organizó el “Primer Recorrido Ancestral Botánico”.

Tabla 1: Principios dirigidos a fortalecer el proceso organizativo y el proyecto de vida, y su aplicación en el Recorrido Ancestral Botánico



© WWF Colombia / David LÓPEZ

### **Principio 2 Espacio para ser = territorio**

Sobre el manglar y las tierras ancestrales nuestras hay muchas ambiciones. La defensa de nuestro territorio por generaciones ha dado sus frutos, y hoy tenemos un reconocimiento legal sobre buena parte del mismo. Pero no nos podemos dormir. Hay que seguir defendiendo lo que es nuestro y de nuestros renacientes. Hay que cuidar los recursos naturales, las plantas y animales de los que nos servimos para poder vivir.

### **Principio 1 Reafirmación del ser = identidad**

El conocimiento sobre las plantas que usamos nos ayuda a reafirmar nuestra identidad étnico-cultural. Somos gente del manglar y la montaña, conocemos las especies que allí viven y la forma como esas especies se relacionan. Difícilmente una persona que no sea de nuestra cultura puede recolectar lo que nosotros sacamos del manglar y la montaña (frutos, fibras, remedios, leña, pianguas, peces, cangrejos, entre muchos otros bienes), desplazarse en canoas entre los esteros, y vivir como nosotros vivimos. Somos gente orgullosa de vivir allí y de vivir así.

El manglar y la montaña tienen muchas historias que cuentan cómo hicimos de este territorio nuestro lugar en el mundo.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

### Principio 3

#### Ejercicio del ser = participación y autonomía

Nosotros somos responsables de nuestro territorio. Es nuestra casa, y somos nosotros los que tomamos las decisiones sobre cómo queremos vivir y sobre cómo queremos que sea nuestro futuro. Las instituciones tiene la obligación de apoyarnos. Muchas organizaciones nos pueden ayudar. Pero nadie puede tomar decisiones por nosotros. Los bosques, los manglares, son parte de nuestro patrimonio colectivo y nadie distinto a nuestras comunidades puede tomar decisiones sobre ellos. Cuidando y utilizando nuestros recursos le estamos ayudando al país y al mundo entero.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

### Principio 4

#### Opción propia de futuro = bienestar colectivo

Queremos conservar nuestros bosques y manglares para todos, no para unos pocos. No para empresarios de fuera que se enriquecen con lo nuestro. Queremos defender nuestra manera de vivir y queremos vivir dignamente. Queremos un futuro seguro para nuestros renacientes.



© WWF Colombia / David LÓPEZ



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

### Principio 5

#### Ser parte de las luchas del pueblo negro en el mundo = solidaridad

No estamos solos. Lo que estamos haciendo le puede servir a otras comunidades y tenemos mucho que aprender de muchas otras. La solidaridad y unidad entre las comunidades negras es una necesidad urgente.

Cuadro elaborado a partir de entrevistas y notas tomadas en las reuniones.



## OBJETIVO DE LA CARTILLA

### El conocimiento de las plantas

El propósito de esta cartilla es contribuir al conocimiento, uso adecuado y conservación de las plantas existentes en los territorios colectivos de los ríos Raposo y Mayorquín.

© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



¿Qué se busca?



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



Fortalecer el sistema propio de conocimiento sobre las plantas.

Ayudar a los sabedores botánicos de la comunidad a organizar algunos de sus conocimientos para poderlos transmitir a toda la comunidad.



© WWF Colombia / Maritza DONADO

Defender, conservar y utilizar mejor la gran diversidad de plantas existentes en el territorio comunitario.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

Fomentar el estudio de las plantas para promover su uso entre la gente joven.

## Ideas principales

Esta cartilla tiene cinco ideas principales:




**Las plantas son seres vivos.**

**Las plantas prestan un gran servicio a la comunidad**, ya que de ellas se obtienen alimentos, medicinas y materiales para la construcción de las viviendas, las canoas y remos, y otros elementos de la cultura material, como los implementos de la casa.

**Las plantas hay que conocerlas bien** y aprender a usarlas de manera adecuada.

**Las plantas hay que cuidarlas y conservarlas** porque son un patrimonio de todos y hacen parte fundamental de la vida y cultura de las comunidades.

**Las comunidades comprenden su entorno** cotidiano de acuerdo a su relación con las plantas (espacios de uso) y poseen conocimientos particulares basados en el uso y la observación directa de las mismas.



**No olvidemos:** Es necesario valorar y apreciar el pensamiento propio sobre las plantas y su clasificación local, al igual que sus prácticas de manejo.







## ACTIVIDADES

1. Si durante el Recorrido Ancestral Botánico hicimos parte de alguno de los grupos de trabajo, preparemos un pequeño resumen en el cual contemos cómo fue nuestra experiencia y qué creemos que fue lo más importante de esta actividad para nuestra comunidad.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



Si por el contrario, no hicimos parte de los grupos del Recorrido, escribamos un pequeño resumen sobre lo que conocemos de esta actividad. Para eso, consultemos a nuestros mayores, familias y compañeros de clase.

2. Organicemos o imaginemos cómo sería un nuevo recorrido, señalando las actividades que éste debería tener y en las cuales nos gustaría participar.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

## 2. COLOMBIA: UN PAÍS RICO EN PLANTAS

Colombia ha sido considerado como uno de los países con mayor diversidad de plantas, gracias a su gran variedad de regiones. Los estudios muestran que en Colombia existen más de 50.000 especies de plantas, de las cuales aproximadamente 6.000 cuentan con algún tipo de característica medicinal<sup>2</sup>.

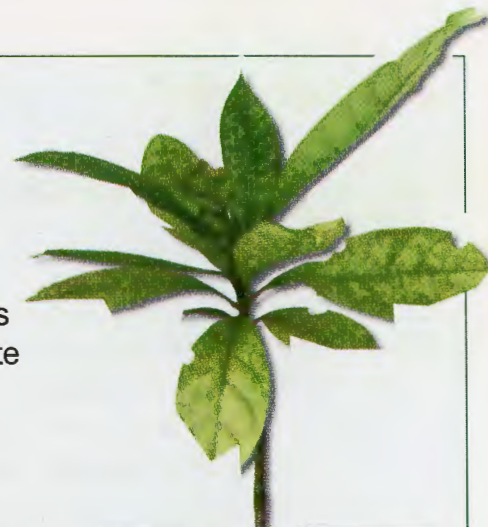


Tabla 2: Especies de plantas superiores en el mundo y en Colombia

Número de especies en el mundo		Número de especies en Colombia		Número de especies en el Pacífico	
270.000	100%	51.220	19%	7.595	15%

Estimadas a partir de M. Gleich *et al.* 2000, Instituto Alexander von Humboldt, 2004 y Ecotrópico



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

Las comunidades negras del Pacífico viven de lo que el medio natural directamente les proporciona, especialmente de las plantas. Algunas son cultivadas como el arroz, el plátano, la papachina, la caña de azúcar, el cocotero y los frutales que se siembran; mientras que otras plantas son obtenidas del monte y se emplean como frutos comestibles, plantas medicinales, fibras para tejer, y como fuente de madera para construir las viviendas, canoas y remos.

El conocimiento sobre las plantas silvestres y cultivadas hace parte de la cultura de un pueblo y de una comunidad. Las comunidades negras de los ríos Mayorquín y Raposo tienen su propio conocimiento sobre las plantas y eso hace parte de su cultura.





© Palenque Regional el Congal-PCN

En otras palabras, la manera como conocemos y usamos los recursos naturales del territorio colectivo, forma una trama, un tejido muy fino. Es como una red: los hilos son los conocimientos que cada miembro de la comunidad tiene. Los hilos principales, más fuertes, son el conocimiento de los mayores; y las pesas, los plomos, son los que le dan profundidad, como las tradiciones, los ancestros. Sin conocimiento sobre las plantas, los peces, las pianguas, los animales de monte, el comportamiento de las mareas, la influencia de la luna, las comunidades no podrían vivir. Este entramado del territorio y la cultura hace parte de lo que llamamos identidad del pueblo negro.

### ALGUNOS CONOCIMIENTOS BÁSICOS SOBRE LAS PLANTAS

Las plantas son una parte fundamental de la biodiversidad. La biodiversidad comprende el conjunto de plantas, animales, microorganismos (seres vivos tan pequeños que casi siempre, para verlos, se necesitan lentes e instrumentos especiales), y comunidades humanas que viven en un territorio.



© Palenque Regional el Congal-PCN



© Palenque Regional el Congal-PCN





Planta: palma de coco

Las plantas tienen células complejas agrupadas en tejidos, órganos, aparatos y sistemas, al igual que otros seres vivos, pero tienen sus propias características

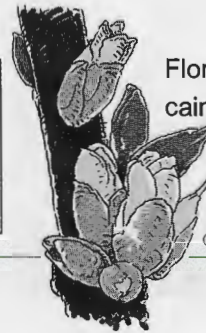
## ¿Qué es una planta?

Una planta es un ser vivo. Nace, crece, se reproduce y muere, como todos los seres vivos.

Una planta de coco nace de una semilla que sembramos, la vemos crecer y vemos cómo la planta, cuando es mayor, echa otras semillas para reproducirse. A veces la palma se enferma, le da la enfermedad que conocemos como “anillo rojo”, y hay un momento cuando por vejez o enfermedad muere.

Las plantas sienten, así no tengan un sistema nervioso como el de los animales. Los mayores enseñan que debemos agradecer a las plantas por todos los bienes que nos proporcionan (alimento, vivienda, medios de transporte, medicina), que debemos entrar al monte con respeto y que en él encontraremos plantas como los guacos y el pildé que “tienen pensamiento”.

Hay plantas que reaccionan y se defienden lanzando sus humores que pueden hacer daño a las personas. Pero siempre las plantas son amigas. “La persona sabia, aprende de las plantas y las usa con respeto porque son seres vivos que nos ayudan a vivir”, enseña don Antonio Aragón (Comunidad de Mayorquín).



Flores de caimito en el tronco

© Nicolás LOZANO



Frutos de limón





© WWF Colombia / Diego M. GARCÉS

## Las plantas se relacionan con otras plantas y otros seres vivos

Si miramos un árbol, una mata, encontramos aves que hacen nidos en sus ramas; vemos orugas (gusanos que luego se volverán insectos) alimentándose de sus hojas; animales de monte que comen sus frutos; abejas y aves que toman el néctar de sus flores. Vemos también otras plantas que se protegen debajo de su sombra para evitar que los rayos del sol les hagan daño.

La relación de las plantas con los seres humanos es tan antigua como la humanidad misma, pues las plantas existen desde millones de años antes de que apareciera la especie humana sobre la tierra. Y los seres humanos siempre se han relacionado con las plantas pues las necesitan para poder vivir.



© WWF Colombia / Diego M. GARCÉS



© WWF Colombia / Diego M. GARCÉS



© WWF Colombia / Maritza DONADO

**Las plantas se caracterizan por crecer y vivir casi siempre en un mismo sitio**

Las plantas, como necesitan casi siempre del suelo o de un lugar donde establecerse para tomar los alimentos, no tienen órganos de locomoción –alas, patas– como los animales. Aunque en general permanecen en el mismo lugar toda la vida, tienen otras maneras de desplazarse: trepan, se arrastran y se mueven buscando la energía del sol. Las semillas, para poder multiplicarse, tienen su propia manera de desplazarse.

© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

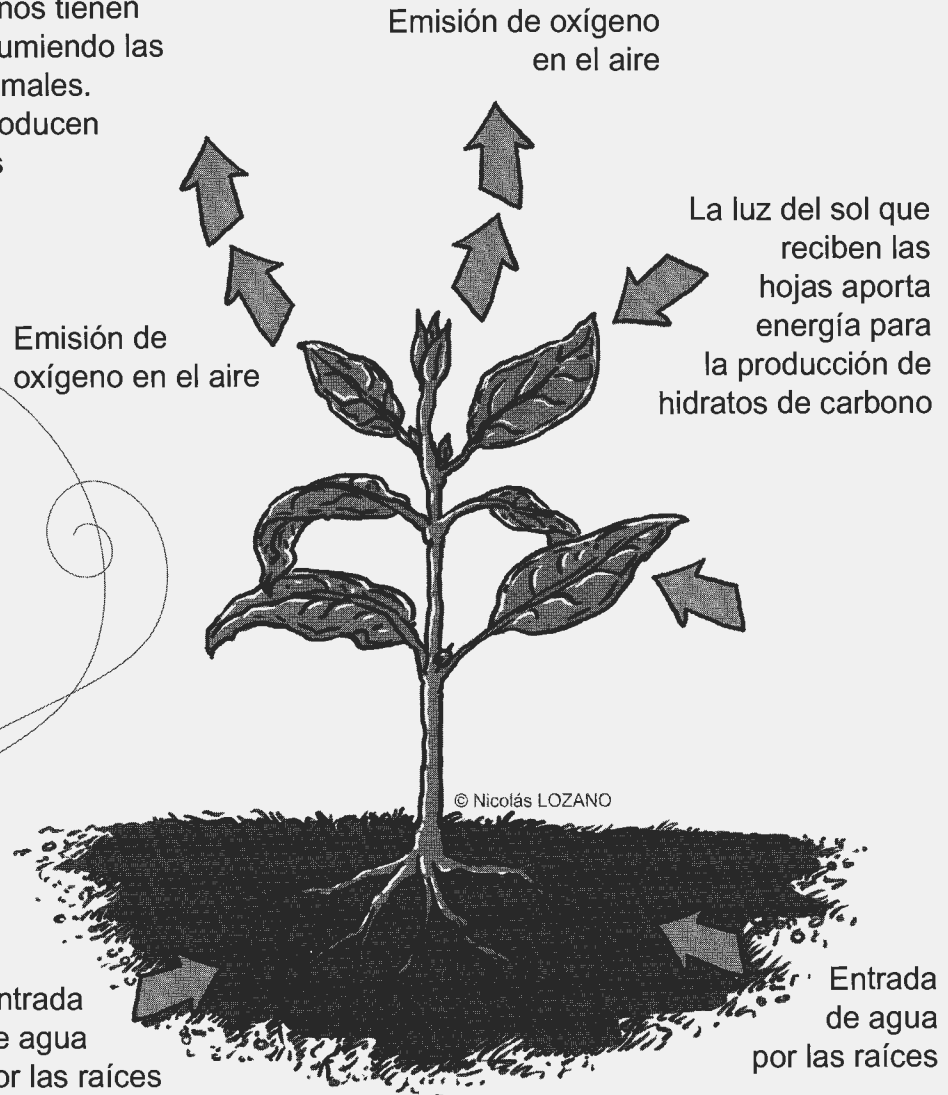
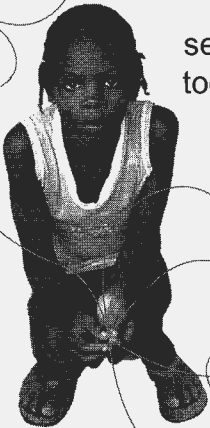




## Las plantas fabrican su propio alimento

Los animales y los seres humanos tienen que buscar sus alimentos consumiendo las plantas y sus frutos, u otros animales. Las plantas, por el contrario, producen su alimento tomando diferentes elementos del suelo y del aire (por eso se dice que las plantas son autótrofas).

Con dióxidos de carbono y agua se forman hidratos de carbono (almidón y azúcar) que se acumulan en todas las partes de la planta.



Como sus células están constituidas fundamentalmente de carbono, las plantas toman del aire a través de sus hojas el carbono y liberan oxígeno, elemento fundamental para la vida. Las hojas son los laboratorios de las plantas. La energía que utilizan la toman directamente del sol (a esto se le llama fotosíntesis). Por esta razón las plantas no pueden vivir sin la luz, sin la energía del sol.



© Palenque Regional el Congal-PCN

Pero además de carbono, las plantas necesitan agua y otros elementos como el nitrógeno, el potasio, el fósforo y la cal, entre muchos otros, los cuales los toman del suelo a través de sus raíces. Esos elementos como agua y sales minerales suben a las hojas como savia para ser transformados en alimento para la planta. Si dañamos el suelo, le estamos quitando también a las plantas la base de su sustento. Es como quitarle a una persona su comida.



© Eduard MARTÍNEZ



## Palabras Nuevas

**Autótrofo:** quiere decir que se alimenta por sí mismo. Las plantas son autótrofas.

**Carbono:** Elemento inorgánico fundamental para la vida. El carbono (C), lo obtienen las plantas al transformar el dióxido de carbono ( $\text{CO}_2$ ) que encuentran en el aire. El carbono se representa con la letra C y el oxígeno con la letra O. El dióxido de carbono es un elemento que aunque no lo vemos está en el aire y se compone por una parte de carbono y dos partes de oxígeno.

**Fotosíntesis:** Procedimiento mediante el cual, utilizando la energía del sol y agua, las plantas toman del aire carbono para alimentarse. Las plantas obtienen su energía de la luz del sol, la cual reciben en sus hojas y tallos a través de un orgánulo presente en sus células denominado cloroplasto. Este cloroplasto está compuesto, entre otros elementos, por una sustancia que se llama Clorofila, que es la sustancia que le da a la planta la coloración verde y que se encarga de absorber la luz, es decir, la energía del sol. Durante este proceso, las plantas liberan oxígeno molecular hacia la atmósfera, del cual dependemos los humanos y todos los seres vivos para poder existir, y también, agua sobrante.



© Eduard MARTÍNEZ

## Tema de reflexión

Cuando decimos que las plantas producen oxígeno para los otros seres vivos, el bosque y el monte se ven como una gran fábrica de oxígeno. Este es un servicio ambiental del monte que se conoce como función de liberación de oxígeno en la atmósfera.

Las plantas al crecer y desarrollarse tomando carbono, regulan la existencia de dióxido de carbono en el aire, evitando así que se vuelva dañino para los seres vivos. Este es otro servicio ambiental que se conoce como retención de carbono.

En la actual crisis ambiental del mundo, estos dos servicios ambientales de los bosques o montes, son de gran importancia.

¿Cuáles serían las consecuencias de la desaparición de los bosques?

© WWF - Canon / Edward Parker

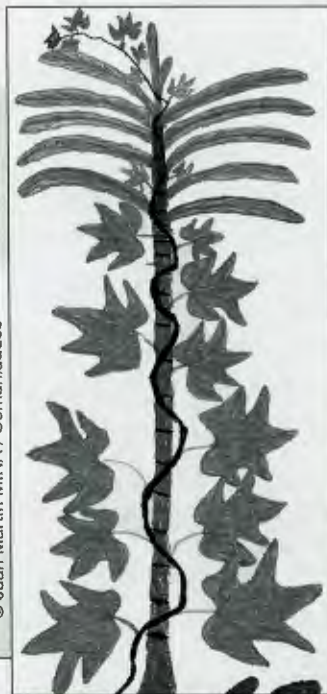




## ACTIVIDADES

1. Hagamos una visita al bosque para ver cómo las plantas se relacionan con otras especies. Seleccionemos una planta, preferiblemente un árbol, y describamos qué especies de animales y de otras plantas se encuentran cerca de ésta.
2. Hagamos una mesa redonda sobre lo que sucedería si el territorio ancestral se quedara sin plantas.

© Juan Martín MINA / Comunidades



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ



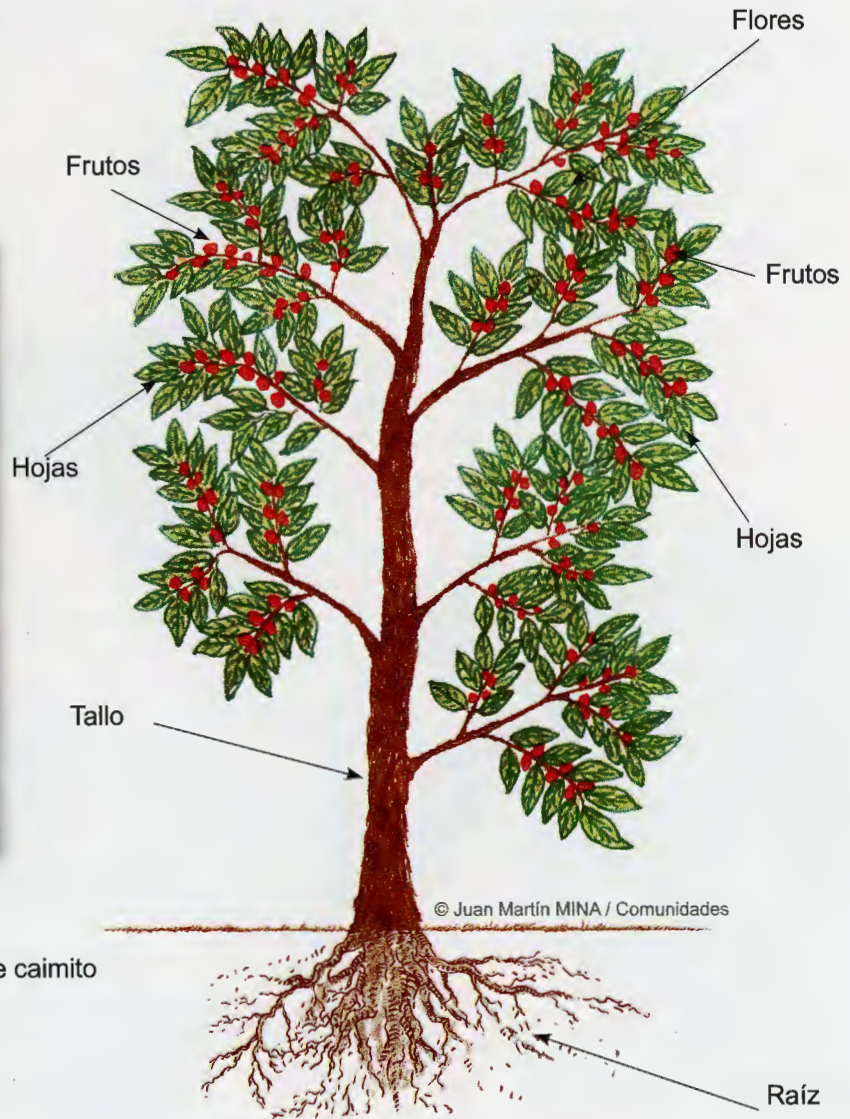
© Yamile / Comunidades

### 3. LAS PLANTAS Y SUS PARTES

Las plantas se componen de las siguientes partes:



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

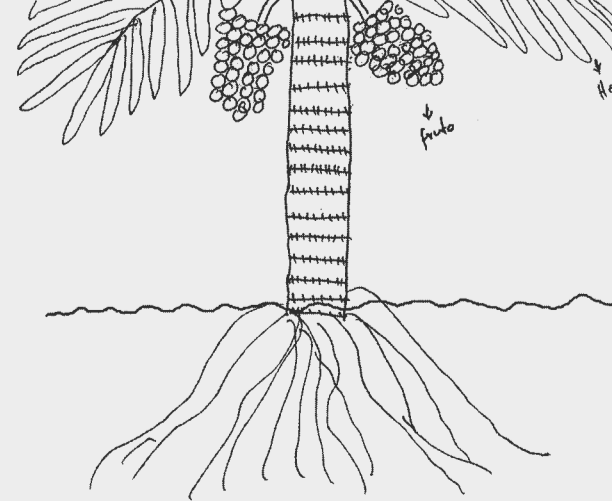


Árbol de caimito

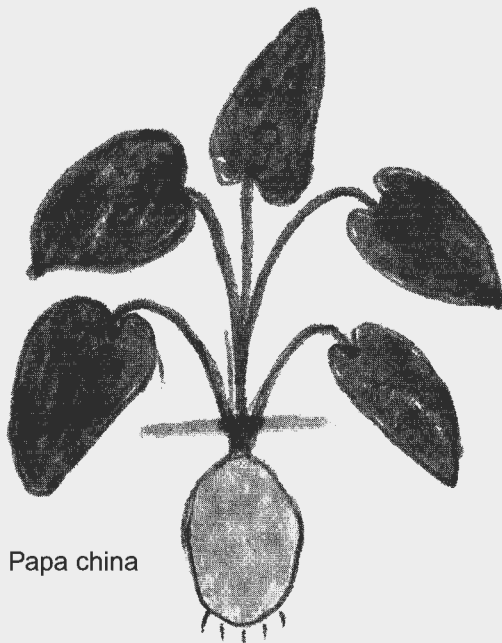


## La Raíz

La raíz sirve para sostener la planta. Hay una raíz principal que se llama cofia y otras raíces alrededor que tienen pequeñas hebras llamadas pelos absorbentes, porque a través de ellos la planta obtiene los alimentos que están en la tierra y el agua. Hay raíces que están por fuera del suelo; esas se llaman raíces adventicias, como las del mangle.

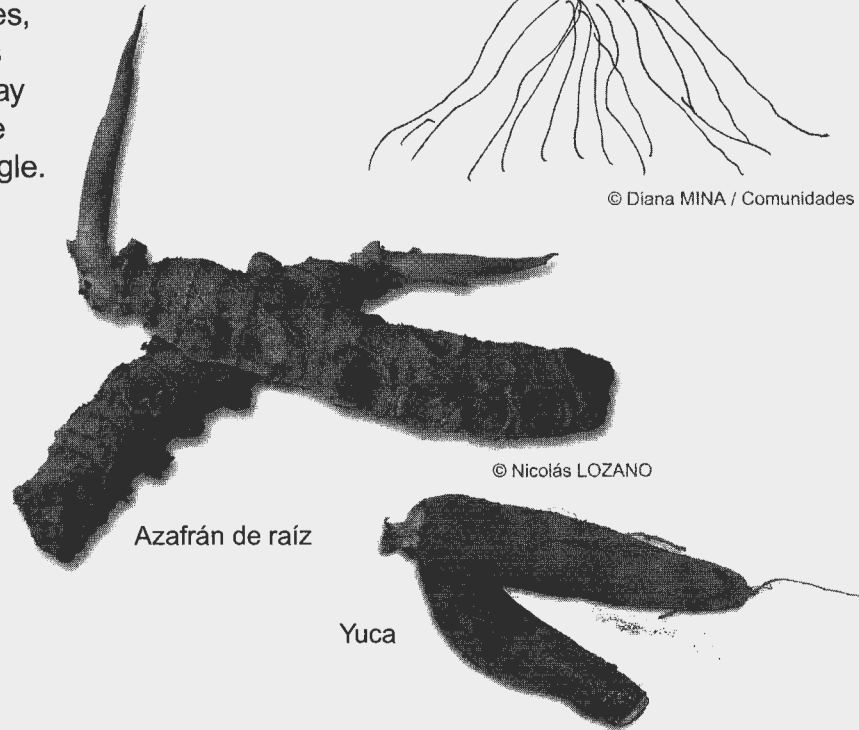


© Diana MINA / Comunidades



Papa china

© Victoria RENTERÍA / Comunidades



© Nicolás LOZANO

Azafrán de raíz

Yuca

### Ejemplos de usos de raíces:

**Alimenticias:** yuca, camote, azafrán de raíz, papa china, ñame.

**Medicinales:** suelda consuela (útil para curar la diarrea), jengibre, zarzaparrilla.

## El Tallo

El tallo sirve para transportar la savia, en la que va el alimento de las plantas. Es el soporte de las ramas y en él encontramos las yemas de crecimiento de las mismas.

### Ejemplos de usos de tallos:

**Alimenticios:** caña de azúcar.

**Medicinales:** caña agria (la de guasca sirve para la lombriz y la tensión alta), el sande o lechero y celedonia (gotas para los ojos).

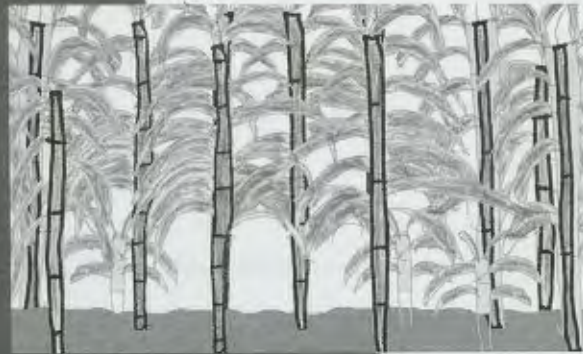
**Leña:** chípero.

**Maderables:** guayacán.

Caña agria



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



Caña de azúcar

© Diana MINA / Comunidades



## Las Hojas

Las hojas son las fábricas donde las plantas transforman sus alimentos.

La savia que viene de las raíces con las sustancias nutritivas obtenidas del suelo es llevada a las hojas, verdaderos laboratorios donde la planta con la energía del sol y el carbono la transforma en alimento vital.

### Ejemplos de usos de las hojas:

**Construcción:**  
hojas de palma.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

**Alimenticios:**  
espinaca,  
albahaca, cimarrón.



© Klaudia CÁRDENAS - Eduard MARTÍNEZ

**Medicinales:** escubilla,  
pringamosa, limoncillo,  
malvarrosa.

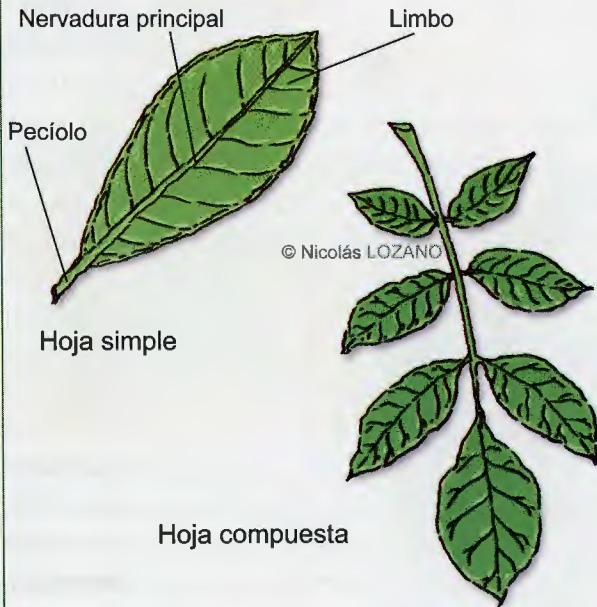
© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



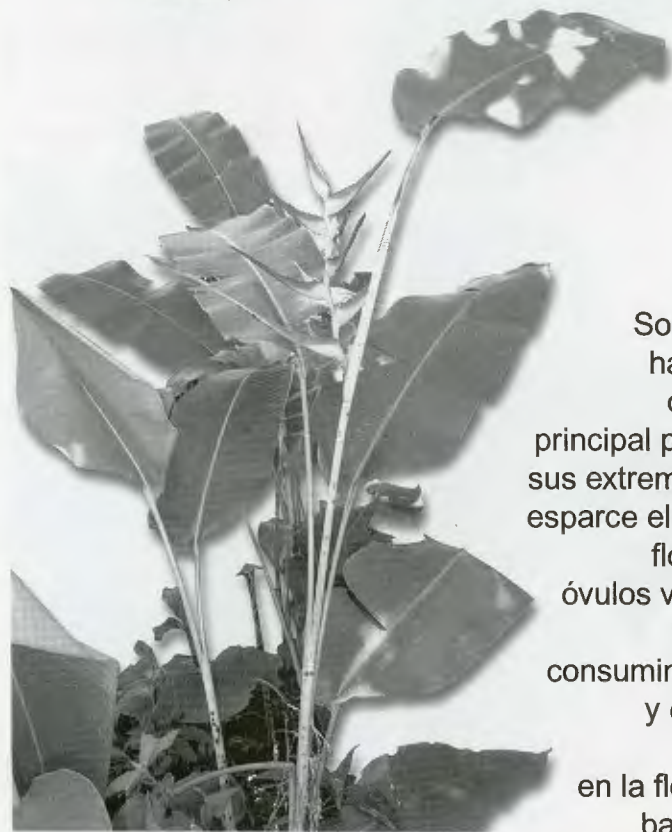
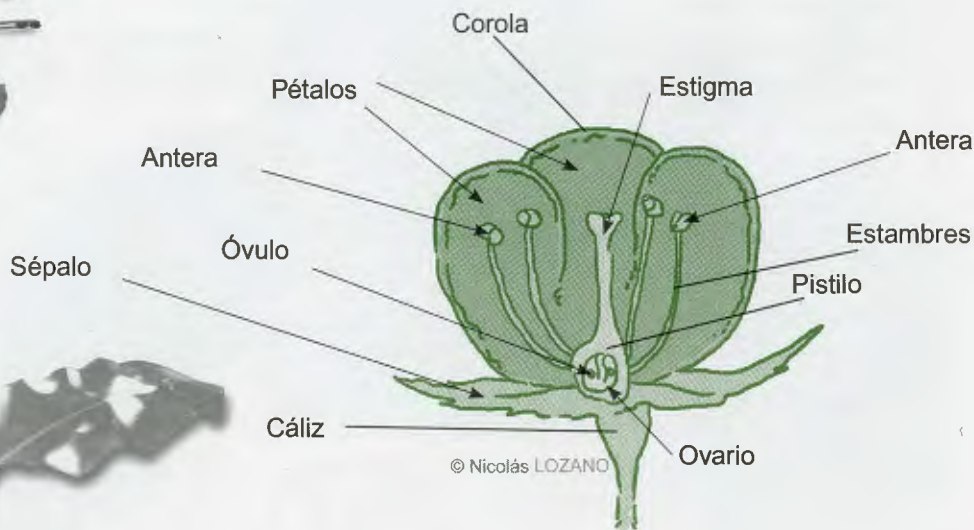
**Domésticos:**  
las hojas de asomito,  
hoja blanca y bijao sirven  
para envolver alimentos.



Las hojas tienen muchas formas pero todas están compuestas de clorofila y de nervaduras. Las nervaduras son conductos de savia. Una hoja común, como la de la santamaría, tiene limbo, o sea la lámina verde, unas nervaduras (una central más gruesa y otras que van a los lados) y un tallito o peciolo mediante el cual la hoja está pegada a la rama o tallo. Las hojas son simples, si corresponden a una sola lámina, o compuestas cuando la lámina esta dividida en varias hojitas o folíolos. En la clasificación de las plantas de la botánica, esta distinción de las hojas es muy importante.







## Las Flores

Son los órganos reproductivos de las plantas, aunque hay plantas que no tienen flores y se reproducen por otros medios. Las flores están formadas de manera principal por los estambres y el pistilo; los primeros tienen en sus extremos las anteras donde está depositado el polen que esparce el viento o los insectos para fecundar las plantas con flores; el segundo contiene el ovario donde están los óvulos vegetales, que por ejemplo, en una flor de frijol, una vez fecundada, se transforman en las semillas que consumimos como alimento o resembramos. Los estambres y el pistilo están protegidos por los pétalos que en su conjunto se llaman corola. Observamos también en la flor unas hojas pequeñas (sépalos) localizadas en la base de los pétalos formando lo que se llama el cáliz.

## Ejemplos de usos de las flores:

**Medicinales:** botoncillo amarillo, caléndula.

**En la vivienda:** adorno de las casas, elaboración de la cruz de mayo.



© WWF Colombia / Sonia del Mar GONZÁLEZ

**Otros usos:** la flor de la malvarrosa sirve para preparar agua para peinarse y lucir el cabello mejor.

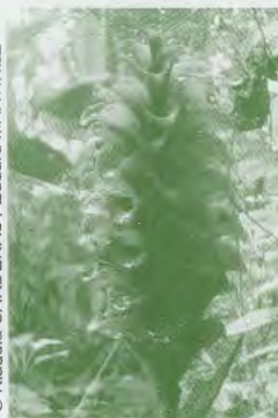
© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



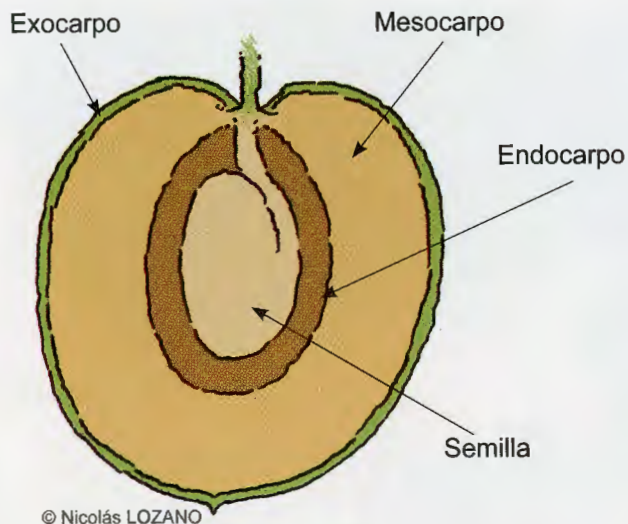
© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

**Alimenticias:** la flor del vino o flor de jamaica, la flor del chontaduro, y la bellota del plátano, entre otras, ya que existen muchas flores alimenticias, algunas de las cuales sin embargo, se han dejado de utilizar debido a que se ha perdido el conocimiento sobre las mismas.

© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ







## El Fruto

El fruto es el ovario maduro de una planta que contiene una o varias semillas que darán origen a nuevas plantas. Los frutos, así como las semillas, tienen diversas formas y tamaños. Por ejemplo, la vaina de frijol tiene varios frutos, mientras que el fruto del mango es uno solo.



### Ejemplos de usos de los frutos:

**Alimenticios:** guayaba, badea, mango, marañón.

**Medicinales:** limón, lima.

**Ornamentales:** el chocho.

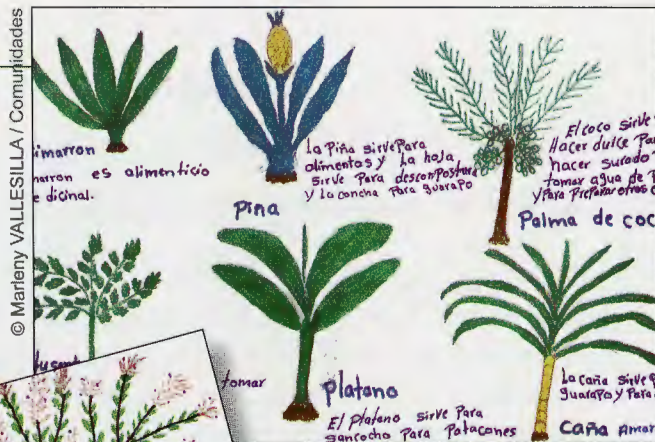
© WWF RU / Andy KENWORTHY



## ACTIVIDADES

1. Dibujemos algunas de las plantas que se puede encontrar en la comunidad y sus cercanías, identificando cada una de las partes que la componen y sus usos.
2. En grupo organicemos una exposición en la que cada uno, o por parejas, presentemos un fruto y la semilla o semillas que contiene, para que en mesa redonda podamos hacer una comparación. Además, identifiquemos los animales que se alimentan de cada uno de los frutos expuestos para que así tengamos una idea de cómo una planta puede beneficiar a todos los seres en la naturaleza.
3. Hagamos una exposición en el salón de clase con nuestros trabajos.

© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



## 4. LA CLASIFICACIÓN DE LAS PLANTAS

### ¿CÓMO SE CLASIFICAN LAS PLANTAS?

La botánica clasifica las plantas de acuerdo a un sistema que diferencia las que tienen flores (fanerógamas) y las que no. Las plantas se organizan de manera principal en familias, géneros y especies. Cada especie tiene un nombre que consta de dos partes escritas en latín, un idioma que ya casi no se usa. La primera parte del nombre, que se escribe iniciando con mayúscula, hace referencia al género, que es como el apellido de la planta, y la segunda parte, escrita en minúscula, corresponde al nombre propio de la especie. Por ejemplo, a una de las plantas conocidas en los ríos como santamaría, los botánicos la llaman *Piper peltatum*. Este nombre quiere decir que pertenece al género Piper y se llama *Piper peltatum*. Cuando se escribe el nombre científico de una planta, debe hacerse siempre con letra inclinada.

El latín se adoptó para que todos los botánicos del mundo pudieran referirse a la misma planta, independientemente de la región del planeta de donde fueran o del idioma que hablaran. Así, para un chino, un alemán, un mexicano y un colombiano, la santamaría tendrá un nombre común de acuerdo a su país o su idioma, pero todos la conocerán con el nombre científico de *Piper peltatum*.

Veamos un ejemplo de una ficha escrita sobre la santamaría hecho por Rodrigo Caballero Muñoz en su libro "La etnobotánica en las comunidades negras e indígenas del delta del río Patía" (publicado en 1995 en Ecuador). Las palabras resaltadas las explicaremos luego de que veamos lo que escribió este autor.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

**Nombre regional:** Santamaría

**Nombre científico:** *Piper peltatum*.

**Hábitat:** Rastrojo de planos aluviales

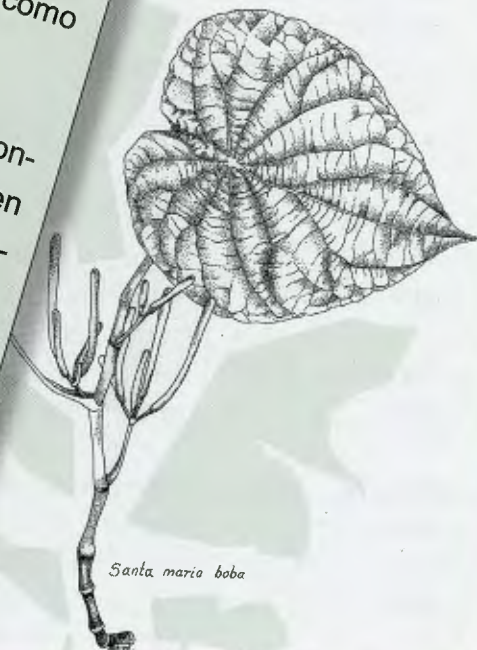
**Descripción:** Herbácea de 0.50 – 1.0 m de altura; tallo nudoso con entrenudos; pecíolo con ócrea y polvillo de color blanco; hojas alternas olorosas al estrujarlas, inflorescencias en amentos blancos erectos.

**Aplicación:** Indicador de suelos agrícolas, medicinal como analgésica, antiofídica y renal.

**Partes usadas:** Toda la planta.

**Utilización:** El zumo de las hojas maceradas en agua, conjuntamente con las de poveda (*Lantana camara*), se usa en bebidas para aliviar los dolores de riñones; las hojas semimaceradas calman el dolor de espalda dorsal y lumbar, cuando el paciente se acuesta sobre ellas. También el zumo de las hojas embebidas es antiofídico. Además, los suelos donde crece espontáneamente se identifican como tierras aptas para los cultivos agrícolas, principalmente de plátano.

**Sitio de recolección:** Nariño, Olaya Herrera, río Sanquianga, vereda El Convento, quebrada El Convento, parcela de don Isidro Castro. Agosto 28 de 1992. R Caballero 005 (MEDEL, HUA), Fl, Fr.



*Santa maria boba*

© Eduard MARTÍNEZ





## Palabras Nuevas

¿**Qué es una ficha?** Es la descripción escrita de una planta, sus características y el hábitat en que vive.

¿**Qué es un hábitat?** Es el lugar o ambiente en el que vive de manera natural una planta o un animal.

¿**Qué son los rastrojos de planos aluviales?** Son los montes que están naciendo, o que todavía son “biches”, se encuentran en terrenos planos que se formaron por la acumulación de materia orgánica, tierra y arenas que fueron arrastradas por las aguas.

¿**Qué significa herbácea?** Que es una planta pequeña.

¿**Qué es el pecíolo?** Es la parte de la hoja que va pegada a la rama.

¿**Qué es un amento?** Es el conjunto de flores de un mismo sexo.

¿**Qué son hojas alternas?** Son aquellas que salen en una cantidad de una por cada nudo y cada vez en un lado opuesto del tallo.

**¿Qué es analgésica?** Quiere decir que la planta tiene propiedades que sirven para calmar el dolor.

**¿Qué es antiofídica?** Quiere decir que sirve para tratar las mordeduras de serpientes.

**¿Qué es renal?** Quiere decir que se utiliza para tratar enfermedades y dolencias de los riñones.

**¿Cómo se lee la información sobre el sitio de recolección?** Quiere decir que Rodrigo Caballero Muñoz tomó una planta como muestra de la parcela de don Isidro Castro en Agosto 28 de 1992, que le puso el número 005 y que la depositó en el herbario de la Universidad de Antioquia en Medellín, y que la muestra tiene flores (Fl) y fruto (Fr). Si yo voy a ese herbario y busco con esos datos la planta, allí me la van a mostrar.

**¿Para qué se colectan y guardan las plantas?** Las plantas se colectan y se guardan para poderlas estudiar mejor, para que los estudiantes que no tienen cómo venir hasta el Pacífico las puedan apreciar y estudiar. También se guardan para poderlas comparar con plantas similares recolectadas en otras partes del mundo.



© Eduard MARTÍNEZ



## ¿CÓMO SE CLASIFICAN LAS PLANTAS EN NUESTRAS COMUNIDADES?

Así como la ciencia occidental clasifica las plantas, las comunidades también tienen su propia forma de clasificarlas de acuerdo a su conocimiento y experiencia. En los ríos Raposo y Mayorquín, las plantas han sido clasificadas de acuerdo al pensamiento ancestral en categorías que combinan los espacios de uso y las características de cada especie con los usos tradicionales.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

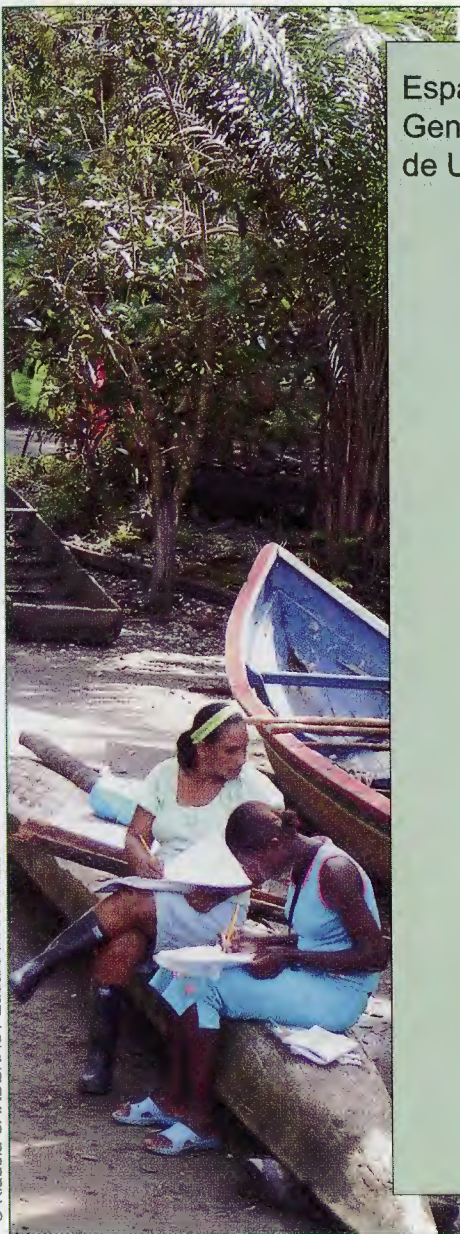
## ESPACIOS DE USO

Las comunidades negras basan sus actividades cotidianas y productivas de acuerdo a su percepción y relaciones con el entorno. Durante el “Recorrido Ancestral Botánico” se distinguieron en el paisaje los siguientes “Espacios de Uso”:



© WWF - Canon / Diego M. GARCÉS





### Espacios Generales de Uso

Mar  
Playas  
Manglar  
Bajos  
Guandal  
Mangual  
Firmes  
Llanos  
Pampas  
Río  
Vega  
Rastrojo  
Loma  
Monte  
Cuchilla  
Montaña

Otros espacios de uso importantes son las zoteas y la huerta

**La zotea:** Es una plataforma construida con tablas y levantada sobre horcones que sirven para sostenerla y proteger las plantas de los animales y la marea. En la zotea las plantas se pueden sembrar en ollas y cajas. Generalmente en ésta se siembran plantas medicinales y alimenticias y para uso doméstico, e incluso se utiliza para mantener un semillero que luego será sembrado en el huerto. La zotea es de uso exclusivo de la mujer y se localiza contigua o cerca de la casa.





**La huerta:** Es un espacio de uso más amplio que la zotea, ya que se construye sobre el suelo, enfrente, atrás, o al lado de la casa. Para su construcción se delimita el área con tablas, como si fuera un cajón, y se rellena con tierra del firme y tierra del pantano, y luego se abona con conchas de piangua y corteza de coco. En algunos casos, para proteger las plantas, la huerta se encierra con una red de pesca. En el huerto se siembra el plátano, el coco, las ornamentales y algunas plantas medicinales.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

## CARACTERÍSTICAS DE LAS ESPECIES

Se mencionan a continuación las principales clases de plantas de acuerdo a sus características.

**1. Palo / Árbol:** En esta categoría se agrupan todas aquellas plantas que se levantan erguidas sobre la tierra y tienen un tallo erecto, incluidos los arbustos.

Los palos o árboles se agrupan en afines:



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

Jiguas  
Mangles  
Galves  
Caimitos  
Guabos  
Animes  
Pulgas  
Querrés  
Moras

**2. Mata:** Se refiere a aquellas plantas que no tienen tallo o nacen directamente de la tierra, lo cual es característico de su aspecto, como la Guadua.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

**3. Mata con vena:** Estas plantas son las que además de nacer directamente de la tierra tienen hojas con vena (nervadura central). Se dice en la comunidad que estas plantas se deben utilizar cuando están biches (verdes), porque cuando maduran se vuelven muy duras. Un ejemplo de mata con vena es la llamada Cabecita.

**4. Mata de Hoja:** Son aquellas plantas cuyas hojas sirven para envolver y techar. Por ejemplo el Bijao, Asomito y Revolcado.

**5. Bejuco:** Todas aquellas plantas que son lianas o rastreras y que se enredan o pegan a otros palos. Entre los bejucos se distinguen los que sirven de Guasca de los que no, así como los que tienen hijos y los que no. Algunos bejucos se consideran "vivos", como el Guaco y el Pildé, porque tienen pensamiento. Los bejucos "vivos" hay que usarlos con sabiduría, responsabilidad y cuidado.

**6. Palma:** Se consideran como un tipo de árbol que nace como mata de vena, crece como palo y luego se levanta como una palma.

**7. Planta:** Con esta palabra se designa en general a todas las especies de uso medicinal.

**8. Yervas:** Plantas pequeñas.

**9. Árbol que echa guasca:** Esta categoría se relaciona directamente con la utilidad de la especie.

**10. Colino:** Se utiliza para denominar a todas las especies de plátano (*Musa*).

**11. Matapalo / "Palo Bejucoso":** Árbol que se abraza a otro como soporte.

**12. Orejuela:** Es el nombre común para los hongos.

**13. Chupallas:** Son las plantas que viven sobre otros árboles y retienen agua, como las bromelias y epífitas.

**14. Capotes:** Musgos y líquenes que están sobre los árboles.

**15. Lamas:** Lamas y musgos que están sobre las piedras.

Esta clasificación tradicional de las plantas se complementa con la clasificación de los usos que les damos a estas especies.



## ACTIVIDADES



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

**1. Tomemos un conjunto de plantas** y ordenémoslas, identificando a qué categoría corresponden dentro de la clasificación tradicional de la comunidad, de acuerdo a sus características y al espacio de uso al que corresponden.

**2. En grupos hagamos un mapa** de la comunidad o del terreno de cada familia, identificando los diferentes espacios de uso que existen, diferenciando unos espacios de otros con colores, recortes o texturas.

**3. Vamos a visitar la zotea** o el huerto más diverso. Hablemos con sus dueñas.

© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

## 5. USOS PRINCIPALES DE LAS PLANTAS

Las plantas tienen numerosos usos para los seres humanos. A continuación se presentarán los más importantes, y luego, en el listado al final de la cartilla, veremos todas las plantas que se identificaron durante el Recorrido Ancestral Botánico y sus respectivos usos.



### USOS ALIMENTICIOS

Las plantas son muy importantes para la alimentación de los seres humanos, no solo porque proporcionan los elementos, vitaminas y minerales que requerimos para nuestro crecimiento, sino porque son reguladoras del funcionamiento de nuestro cuerpo.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ





Chocolate

Guayabo



Algunas de estas plantas se obtienen del monte o de lugares silvestres, mientras que otras son cultivadas y cuidadas por los seres humanos.

A continuación se mencionan algunas plantas del monte que sirven de alimento:



Caimito

Cacho

Caimito

Chocolatillo

Guayabo

Algarrobo

Chocolate de monte

Mencionamos además algunas plantas alimenticias cultivadas en zoteas y huertos:

Arroz

Albahaca

Anón

Aguacate

Camote

Badea

Borojó

Achiote

Árbol del Pan

Badea

Lulo

Bananos



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

Badea



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

Fruto del árbol del pan

Lulo pequeño



© Rubén Rentería / Comunidades



## Recetas Culinarias

La cocina de las mujeres afrocolombianas está llena de olores, sabores y saberes. Durante el Recorrido Ancestral, las mujeres documentaron, prepararon y degustaron sudados, arroces, dulces y bebidas. Estos alimentos hacen parte de la tradición culinaria de las comunidades y su valoración en la dieta puede mejorar la nutrición de las familias.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



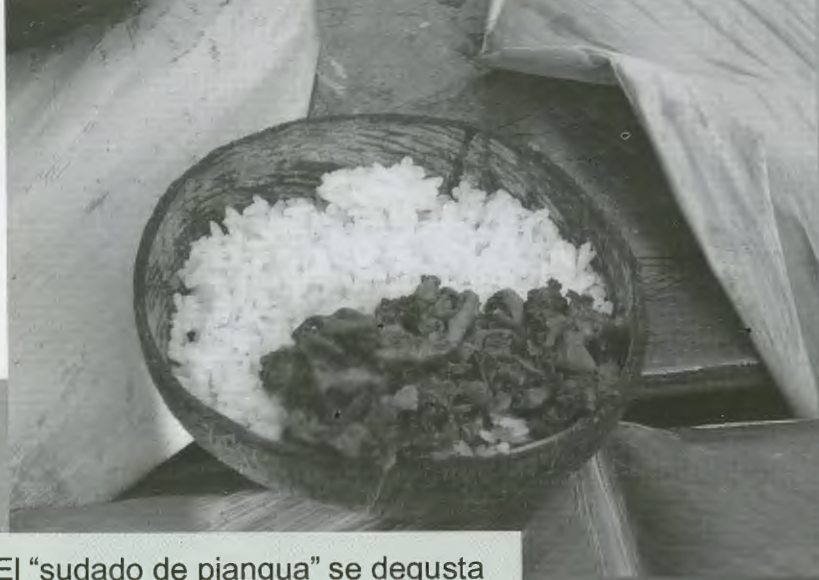
La mayoría de los productos utilizados para preparar la “Olla Comunitaria” provenían en su mayor parte de las huertas, cultivos y azoteas. De esta manera, todos los participantes del Recorrido pudieron comprobar la variedad de productos y preparaciones que se pueden hacer conociendo las plantas y la manera de usarlas.

Entre las recetas apreciadas se destacan por su sabor y aporte nutritivo el “Sudado de Piangua” y el “Encocado de Cangrejo”, de las cuales se presentará a continuación su preparación:

© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ







El “sudado de piangua” se degusta acompañado de arroz con coco.

## Sudado de Piangua

Ingredientes para seis personas:

7 docenas de Piangua<sup>3</sup>  
2 cebollas  
4 tomates  
Ajo  
Cilantro  
Albahaca  
Bija (achiote)  
1 coco  
Sal al gusto

### Preparación:

**Paso 1.** Se cocinan las conchas de piangua



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

**Paso 2.** Se abren las conchas

Se pone a cocinar la piangua en agua hirviendo por 15 minutos para poder abrir las conchas. Éstas se golpean y se abren para sacarles el molusco o “frío”. Se les quita el ombligo, se lavan y se pican. Aparte, se prepara un refrito con las hierbas, cebolla, albahaca, ajo, tomate, que luego se mezcla con la piangua y se pone a cocer con un poquito de agua de coco. Se le agrega sal al gusto y la bija para que tenga color.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

**Paso 3.** Se extraen las pianguas

Se raspa el coco y se exprime para sacarle la leche o la espesa al afrecho, la cual se agrega al final cuando se vaya a bajar del fuego la piangua guisada. Se deja secar al gusto y se sirve acompañada de arroz con coco y banano cocido.

**Paso 4.** Se pica y guisa con condimentos



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



## Encocao de cangrejo<sup>4</sup>

### Ingredientes para seis personas:

9 cangrejos azules  
4 plátanos verdes o pintones  
Leche de coco  
2 cebollas de huevo  
6 tomates  
Bija (achiote)  
Ajo  
Albahaca negra  
Poleo  
Cilantro cimarrón  
Sal al gusto

© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



### Preparación:

Los cangrejos azules, capturados en trampas puestas la víspera, se introducen en agua hirviendo, se lavan bien, y luego se sancochan en agua. Se bajan del fogón y se les abre el caparazón por la parte inferior

para poderles sacar los pechos y la manteca del caparacho. Aparte, se pica la cebolla, la albahaca negra, el ajo, poleo y el cilantro cimarrón. En un sartén se pone una capa de plátano y encima los aliños y la grasa del cangrejo. Se ponen a cocinar, se le agrega la leche del coco poco a poco y se baja cuando espese. Se acompaña con arroz con coco.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



**Paso 1.** Se cojen los cangrejos con trampa

**Paso 2.** Se ponen a hervir los cangrejos

**Paso 3.** Se lavan muy bien los cangrejos





**Paso 4.** Se abren los caparazones

© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



**Paso 5.** Se le saca la grasa al cangrejo para ser usada luego en la preparación



**Paso 6.** Se sazonan los cangrejos

© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



**Paso 7.** Se cocinan los cangrejos con los aliños



## USOS MEDICINALES

La naturaleza, tanto en el monte como en los cultivos, tiene plantas que sirven para proporcionarnos la salud porque poseen propiedades medicinales. Estas propiedades son estudiadas por una rama de la biología que se llama la bioquímica. Los bioquímicos buscan en las plantas los principios activos, es decir las propiedades o sustancias que las hacen efectivas para curar enfermedades.

**Ejemplos:** la planta conocida como salvia y utilizada con fines medicinales, es conocida por su nombre científico como *Salvia officinalis*. Pertenece a una familia conocida como Labiatae, y al ser estudiada con instrumentos y tecnologías propias de la bioquímica, se encontró que contiene 28 elementos o sustancias, de las cuales algunas tienen principios activos para curar enfermedades y aumentar la energía del organismo. Cuando los químicos conocen la composición de las plantas, pueden por medios artificiales obtener el remedio, el principio que cura. De la corteza del Sauce se obtuvo el ácido salicílico, que sirve para calmar el dolor y la fiebre, y que es uno de los componentes que contiene la aspirina, un medicamento que se vende en todo el mundo. De la corteza del árbol conocido como Quina se obtuvo también la clo-roquina, que sirve para curar el paludismo.



Para obtener un remedio de farmacia a partir de una planta y poderlo vender en el mercado, las empresas farmacéuticas gastan mucho tiempo, recursos y dinero, lo que se refleja en el precio tan elevado que tienen las drogas. Muchas veces estas empresas utilizan el conocimiento de las comunidades sobre las plantas para ahorrar tiempo y dinero en la búsqueda de nuevos remedios. Lo triste es que generalmente no se reconoce ni se compensa este aporte de las comunidades y de sus sabedores.

En la medicina tradicional de las comunidades del Pacífico, las plantas no solo tienen principios activos, sino también principios espirituales que ayudan a curar. Por ejemplo, las botellas curadas son “Preparados” hechos con “Plantas de Conocimiento”, como los guacos, que fortalecen el cuerpo; pero para su elaboración se necesitan conocimientos especializados y una buena disposición espiritual. “Cuando se trabaja con las plantas hay que tener el espíritu limpio para no hacer daño”, enseñaba don Anselmo Bravo en el Recorrido Ancestral Botánico.

Si nosotros conociéramos mejor nuestras plantas, conociéramos sus usos medicinales y su adecuada preparación, haríamos una economía de dinero, de tiempo, y dependeríamos menos de afuera para curar males que se podrían remediar con lo que tenemos.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



Botoncillo

El botoncillo sirve para  
curar cefalea y migrañas del  
y gado

Bere fac = para pu. del



## Usos de algunas plantas medicinales



Nacedero

© Sonia OSPINA

**Moradilla** (*Oxalis insignis*): Sirve para las andanas o nacidos. Se utiliza para curar el dolor de cabeza.

**Nacedero** (*Trichanthera gigantea*): Se emplea para el pasmo.

**Mango** (*Mangifera indica*): Con las hojas se hace un jarabe para la tos.

**Verdolaga** (*Portulaca oleracea*): Se usa como remedio para los bronquios; también como purga y refrescante.

**Sauco** (*Solanum nudum*): Se utiliza para curar el asma y enfermedades del hígado.

**Lirio o aparabrujo**: Sirve para el fuego, el dolor de cabeza y la fiebre.

**El Matarratón** (*Gliricidia sepium*): Es una planta muy útil e importante para las comunidades. Se utiliza para bajar la fiebre.



Matarratón

© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

## Uso indebido de las plantas medicinales

El uso de las plantas resuelve innumerables necesidades, pero éstas también tienen propiedades que derivan en usos indebidos. Por ejemplo, el médico Germán Zuluaga y la bióloga Patricia Navarrete nos advierten, para el caso del río Anchicayá, de los malos usos de algunas plantas medicinales:



Ajo

© Nicolás LOZANO



Aguacate

© Nicolás LOZANO

**Aguacate (*Persea americana*):** Las hojas son útiles para controlar problemas de menstruación pero no se recomienda su uso en el embarazo, ya que podría favorecer el aborto.

**Ajo (*Allium sativum*):** Este condimento de todas las cocinas es muy usado también como medicinal. Algunas madres acostumbran a colocar ajo machacado en el vientre de los niños con problemas de parásitos; el ajo puro sobre la piel produce quemaduras de primero y segundo grado, por lo que debe evitarse esta forma de uso.





© Nicolás LOZANO

**Borrachero** (*Brugmansia arborea*): Este árbol de hermosas flores blancas en forma de campana abunda como cerca viva en las fincas campesinas. Aunque sus hojas se emplean en cataplasma para tratar problemas de hemorroides o contra el reumatismo, contiene principios activos muy fuertes que pueden causar intoxicación e incluso la muerte. Recomendamos no usarlo.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



Espiritu Santo

© Eduard MARTÍNEZ

**Espiritu Santo** (*Briophyllum pinnatum*): Aunque el jugo de las hojas es excelente para combatir el dolor de oído, no se recomienda tomarlo ya que puede producir alteraciones del corazón y del sistema nervioso.

**Galve purgante o amarillo (*Senna alata*):**

Las hojas y las semillas de esta planta tienen un gran efecto purgante, pero debe utilizarse con cuidado, ya que en exceso puede provocar irritaciones digestivas, cólicos y deshidratación.

Galve Purgante



**Zaragoza (*Aristolochia cordifolia*):** Aunque esta planta amarga posee grandes propiedades medicinales, si se usa en dosis o cantidades muy grandes puede producir trastornos, mareos e intoxicación, por lo que debe emplearse con precaución.

Hay que saber distinguir bien las plantas. Por ejemplo, el Sauco, que es medicinal, hay que diferenciarlo del Sauquillo, que tiene una vena blanca por debajo de la hoja, porque es venenoso, lo mismo que los Barbascos.



© Zoraida RENTERÍA / Comunidades



## USOS DOMÉSTICOS

Las plantas del Pacífico tienen diferentes propiedades que las comunidades con el paso del tiempo y la experimentación llegan a conocer y aprovechar. Tan importante como las propiedades de cada planta es el conocimiento que las personas tienen sobre cómo emplearlas. Este conocimiento se hace evidente especialmente en la forma como se aprovechan las plantas para los usos domésticos; es decir, en aquellos usos relacionados con la construcción de las viviendas y con los utensilios que necesitamos a diario en la casa y en la comunidad.

Para la construcción de viviendas se emplean algunas plantas para hacer los pilares que deben ser muy fuertes, pero al mismo tiempo flexibles; para las paredes se emplean tabloncillos de maderas que soportan bien las plagas y la humedad, y para el techo se usan hojas de palmas que tejidas o dispuestas de una manera especial evitan la entrada del agua de lluvia. Algunas de las plantas que se emplean son: Amarradiablo, anime, cahul, chirrinchao, chiflador, chilco, nato y machare.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



Diariamente utilizamos otras plantas y sus frutos para nuestras actividades cotidianas, aunque a veces no somos conscientes de que las estamos usando. Algunas las empleamos como vasijas y materas para sembrar otras plantas, y de otras aprovechamos sus fibras para elaborar canastos. Estas plantas y los usos que hacemos de ellas son parte de la cultura material de nuestras comunidades. Algunas de estas plantas son: balso, totumo, coco, cabecita, caimito guinde y cargadera.

Algunas plantas nos sirven como implementos de trabajo, tales como el peine mono, de cuya madera se hacen boyas para la pesca, y el carrá. El bejuco yaré sirve para hacer las catangas, lo mismo que la matamba que sirve para hacer canastos y amarres.

Otro uso doméstico que damos a las plantas es la de emplearlas como leña. Dentro de las especies utilizadas están: amargo, mangle, carbonero, chipero, cuero negro y guasco (Don Anselmo aconseja no utilizar como madera para leña el chachajo y los laureles porque ese humo irrita y le hace daño a los ojos).



© WWF Colombia / Carmen Ana DEREIX



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



## OTROS USOS

Existen otros usos importantes que le damos a la plantas. Veamos algunos ejemplos:



© WWF - Canon / Diego M. GARCÉS

Algunos árboles son especiales para la fabricación de canoas, como la lana, el laurel, piedra, palialte, pantano y el guayacán amarillo.



© WWF Colombia / Maritza DONADO

Otras plantas las empleamos para construir parte de la infraestructura de nuestras comunidades, como puentes, cercas y corrales. Otras nos sirven para construir las zoteas y para delimitar los huertos, como es el caso del palialte.



© WWF Colombia / Maritza DONADO





© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

Algunas plantas son ornamentales, es decir que sirven para decorar, como el platanillo.

Otras nos sirven con fines cosméticos, ya que las empleamos para fabricar perfumes, lociones capilares, aceites corporales y tintes. Algunas de estas plantas son el coco y el naranjo.

Hay plantas que empleamos para hacer instrumentos musicales, como el juguababoso, el laurel y el aguamiel.



© WWF Colombia / Sonia del Mar GONZALEZ



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

Igualmente empleamos algunas plantas para envolver, como la hoja negra y hoja blanca.



## TRADICIÓN ORAL

Las plantas se encuentran también en la cultura inmaterial de nuestras comunidades, es decir en aquellas expresiones que no podemos tocar. En los ríos Mayorquín y Raposo las plantas se utilizan en cuentos, adivinanzas, décimas y refranes.

Veamos algunos ejemplos de creación literaria relacionadas con las plantas en las comunidades:

### Adivinanzas

Copito sobre copito  
sobre copito un botón  
esta no me la adivina  
aunque sea un doctor  
(La Guadua)

La mamá mansa  
y el hijo bravo  
(El Ají)

Cien monjas en un  
castillo todas visten  
de amarillo  
(La Naranja)



© Nicolás LOZANO

En el agua copié mi nombre  
en el agua se me olvidó  
para que ninguno acate  
¿cómo me llamo yo?  
(El Aguacate)

En el monte yo nací,  
adornada con verdes lazos,  
aquel que llora por mí,  
me está partiendo en pedazos  
(La Cebolla)



## Rimas

Matica de albahaquita  
Decime quién te tocó  
Pasaste a tan mala mano  
Que hasta la raíz se secó

El plátano para ser plátano  
No debe ser tan pintón  
El hombre para ser hombre  
No debe ser tan conversón

Ahí te mando una carta  
Envuelta en hoja de bijao  
Ahí te mando a decir  
Que vos sos mi enamorado

Dejame saltar al monte  
Dejame cortar un bordón  
Dejame echar un sueño  
En tu lindo corazón

Del cielo me mandan cartas  
Escritas en hoja de coco  
Lo que me mandan a decir  
Es que mi amor te tiene loco

Yo sembré mi yerbabuena  
Donde el agua no corría  
Yo le di mi corazón  
A quien no lo merecía



Donde hay palo podrido  
No faltan los alacranes  
Donde hay muchacha bonita  
No faltan los haraganes

Cuando vas a cortar caña  
cortá de la más bonita  
no vas a limpiar cogollo,  
porque mi amor se marchita

Cuando vayas para el monte  
No piques el higerón  
Pica en el palo amarillo  
Donde está mi corazón







## Poema

### El chontaduro<sup>5</sup>

Viene el rey fuerte y maduro  
Viene el rey del matorral  
Viene alegre el chontaduro  
Que salió del litoral.

De una pepa fui una palma  
Luego yo fui un gran racimo  
Para ponerme en la mesa  
Como chontaduro nutritivo.

Negros y cholos me comen  
Cantando hoy mi peregollo  
Aprovechan mis travesías  
Para bajarme del cogollo.

Poco cuidado yo exijo  
Solo me quitan los gusanos  
Aprovechan mi palma madre  
Para sembrarla a dos manos.

Y no me voy sin pedirles  
Que dure una eternidad  
Que a lo largo del Pacífico  
Siempre estaré en el matorral.

© Dina Luz ARBOLEDA / Comunidades



## ACTIVIDADES



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

### 1. ¡Es hora de jugar!

Cada uno debe hacer un listado con cinco especies alimenticias, cinco especies medicinales y cinco especies de uso doméstico que se encuentren en la comunidad y sus cercanías, así como los usos que estas especies tienen. Cada uno, con su listado en mano, nombrará las especies que escribió y el uso que éstas tienen. Si dos o más personas tienen la misma especie en sus listados, ésta tendrá un valor de uno; en cambio, por cada especie que no se repita, se le asignarán dos puntos al participante. De forma igual se procederá con los usos. Gana la persona que sea más original y tenga más puntos.

2. Describamos una receta de cocina en la que se empleen por lo menos tres plantas.

3. Escribamos un verso, una rima, o una adivinanza relacionada con alguna de las plantas existentes en la comunidad.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



## 6. LISTADO DE PLANTAS ÚTILES DE LOS RÍOS MAYORQUÍN Y RAPOSO IDENTIFICADAS EN EL RECORRIDO ANCESTRAL BOTÁNICO

Observaciones generales:

- Sólo se mencionan los usos generales.
- Con la sigla CAS se designa el grupo de plantas utilizadas como condimentos, aromatizantes y saborizantes. En el inicio de la tabla, Silv. significa silvestre y Cult. significa cultivada.
- Usos culturales: Se refiere a la utilización de plantas en ámbitos exclusivos de la vida y tradiciones de la gente de los ríos.
- Los nombres científicos fueron tomados de la bibliografía existente (Zuluaga, Caballero, Biopacífico) y están sujetos a revisión puesto que no se cuenta con una colecta de plantas. Sin embargo, se hicieron correcciones ortográficas de los nombres mediante la base de datos IPNI (International Plant Names Index - 2005). Cuando hay dos nombres científicos separados por / significa que el mismo nombre común se aplica a dos especies distintas.
- En el Recorrido no se hizo colecta de plantas.
- Se resaltan en negrilla las plantas encontradas en la “parcela del conocimiento”.

Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Abanico		X		Maderable
Abarco / chimugá		X		Maderable (comercial)
Aborrecedora	<i>Justicia polygonoides</i>	X		Medicinal
Aceite de maría	<i>Calophyllum mariae</i>	X		Maderable
Aceitillo	<i>Marila sp.</i>	X		Maderable
<b>Achiote</b>	<i>Bixa orellana</i>		X	CAS (4) medicinal
Achiotillo / táparo	<i>Sloanea sp.</i>	X		Maderable
Aguacate	<i>Persea americana</i>		X	Alimento, medicinal

Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Aguamiel		X		Maderable
Aguamiel amarillo		X		Maderable (madera ordinaria)
Ajengibre / jengibre	<i>Zingiber officinale</i>		X	CAS, medicinal
Ají	<i>Capsicum sp.</i>		X	CAS, medicinal
Ají /palo palma	<i>Andira sp.</i>	X		Fruto comestible
Albaca	<i>Ocimum spp.</i>		X	CAS
Albaca blanca	<i>Ocimum americanum</i>		X	Medicinal
Albaca hembra	<i>Stachys sp.</i>		X	Cultural
Albaca negra	<i>Ocimum basilicum</i>		X	Medicinal
Albaco macho			X	Cultural asociado a la caza
Albajaquilla	<i>Cyathula sp.</i>		X	Medicinal
<b>Algarrobo</b>	<i>Hymenaea palustris</i>	X		Maderable (madera fina)
Algodón morado	<i>Gossypium hirsutum</i>		X	Medicinal
Aliso /aliso negro	<i>Pollalesta corei</i>	X		Maderable
Altamisa	<i>Ambrosia cumanensis</i>		X	Medicinal
Amargo		X		Leña
<b>Amargo (palma) (7)</b>	<i>Welfia georgii</i>	X		Construcción (techos), doméstico (escobas)
Amargo-andrés	<i>Columnnea dimidiata / Potalia amara</i>	X		Medicinal
Amarillo (jigua)		X		Maderable
Amarradiablo / cadena		X		Construcción (amarres)
Amor seco	<i>Desmodium adscendens</i>	X		Medicinal
Anamú grande	<i>Aglaonema sp.</i>		X	Medicinal
Anamú pequeño	<i>Petiveria alliacea</i>		X	Medicinal
<b>Anime</b>	<i>Protium colombianum</i>	X		Maderable (canoas), medicinal
Anón	<i>Annona squamosa</i>		X	Alimento
Ardita (guabo)	<i>Inga sp.</i>	X		Maderable
Arnica / pestaña de Vieja	<i>Polyscias filicifolia</i>		X	Medicinal



Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Arroz	<i>Oryza sativa</i>		X	Cultivado
Asomito		X		Doméstico (envolturas)
Baboso (jigua)	<i>Ocotea cernua</i>	X		Maderable, medicinal
<b>Bacao</b>	<i>Theobroma bicolor</i>		X	Alimento
Badea	<i>Passiflora quadrangularis</i>	X	X	Alimento
Balbureda		X		Medicinal
Balsilla		X		Medicinal
Balsillo	<i>Pavonia mutisii</i>	X		Doméstico
<b>Balso hembra</b>	<i>Ochroma</i>	X		Medicinal, artesanal
Balso macho	<i>Ochroma</i>	X		Medicinal
Banano	<i>Musa spp.</i>		X	Alimento
Barbasco / barbasquillo	<i>Phyllanthus niruri</i>	X		Tóxico (pesca)
Barbasco pequeño		X		Tóxico (pesca)
Barejón		X		Medicinal
Batata / camote morado			X	Alimento
Bejuco de palo		X		Doméstico (ataduras)
Bejuco del sol		X		Medicinal, cultural
<b>Bejuco p'a ericipela</b>		X		Medicinal
Beota / ajo (bejuco)		X	X	Alimento
Bledo			X	Medicinal
Borojo	<i>Borojoa patinoi</i>		X	Alimento
Botoncillo hembra	<i>Acmella brachyglossa</i>		X	Medicinal
Botoncillo macho	<i>Wedelia trilobata</i>		X	Medicinal
Bubosita / trebol	<i>Acalypha sp.</i>	X		Medicinal
<b>Cabecita (palma)</b>	<i>Ammandra decasperma</i>	X		Doméstico (fibra cestería)
Cabellera		X		Medicinal
Cabeza		X		Medicinal
Cabozuelo		X		Maderable
Cacao / chocolate	<i>Theobroma cacao</i>		X	Alimento

Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
<b>Cacho</b>		X		Maderable, frutos comestibles
Cagalera	<i>Psychotria poeppigiana</i> / <i>Palicourea guianensis</i>	X		Medicinal
<b>Cagalera / flor de las hemorroides</b>		X		Medicinal
<b>Caimito</b>	<i>Chrysophyllum cainito</i> / <i>Pouteria eugeniifolia</i>	X		Alimento
<b>Caimo</b>	<i>Pouteria caimito</i>	X		Alimento, maderable
Camote blanco	<i>Ipomoea batatas</i>	X	X	Alimento, medicinal
Camote morado	<i>Ipomoea batatas</i>			Alimento
Camotillo		X		Medicinal
Canelo (jigua)	<i>Aniba sp.</i>	X		Maderable
Canelo (bejuco)		X		Cultural
<b>Cangrejo (bejuco)</b>		X		Doméstico (cestería)
Canqueté		X		Maderable
Caña agria	<i>Costus scaber</i> / <i>C. spicatus</i>		X	Medicinal
Caña agria chiquita	<i>Arthrostemma sp.</i>		X	Medicinal
Caña de azúcar	<i>Saccharum officinarum</i>		X	Alimento
Caracolí		X		Maderable
Carambombo / calambombo	<i>Justicia chlorostachya</i>		X	Medicinal
Caraño	<i>Trattinnickia aspera</i>	X		Maderable, medicinal
<b>Carbonero</b>	<i>Licania sp.</i>	X		Maderable, leña
<b>Cargadera</b>	<i>Guatteria amplifolia</i>	X		Madera (palancas para navegar)
Carrá	( <i>Bombacaceae</i> )	X		Maderable (construcción, muebles, artesanías)
Carrasillo		X		Maderable (canoas de río)
Castaño	<i>Helianthostylis sprucei</i>	X		Alimentación (nueces)
Castaño de hojas coloradas	<i>Compsonaura atopa</i>	X		Alimentación (nueces)
<b>Cauchillo</b>	<i>Sapium sp.</i>	X		Leña, madera (construcción)



Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Caucho	<i>Castilla tunu</i>	X		Madera, látex
Cebo		X		Maderable
Cebolla de rama	<i>Allium fistulosum</i>		X	Condimento
Cedro	<i>Cedrela odorata</i>	X	X	Maderable (muebles y artesanías) (comercial)
Ceibo	<i>Ceiba pentandra</i>	X		Maderable (canoas)
Celedonia	<i>Peperomia spp.</i>	X	X	Facilita el parto. Combate las lombrices. La sabia se usa como colirio
<b>Chacarrá (palma)</b>	<i>Bactris maraja</i>	X		Doméstico (fibra para catanga)
<b>Chachajo</b>	<i>Aniba perutilis</i>	X		Madera (comercial)
<b>Chala /chalar (palma)</b>	<i>Pholidostachys dactyloides</i>	X		Hoja para techar
<b>Chanosillo</b>		X		Maderable
Chanul	<i>Sacoglottis procera</i>	X		Maderable (canoas, bateas)
<b>Chapin / Milpesos (palma)</b>	<i>Oenocarpus bataua</i>	X		Alimento, doméstico (cestería)
Chaquiro	<i>Podocarpus oleifolius</i>	X		Maderable
<b>Chicao / tomé (bejuco)</b>		X		Doméstico (atadura para trozas de madera)
<b>Chiflador</b>		X		Maderable (tablas para embarcaciones)
Chigua	<i>Zamia chigua</i>		X	Doméstico (envoltura), alimento fauna
<b>Chilco</b>		X		Maderable (construcción)
Chimbuza		X		Maderable
Chipero	<i>Pithecellobium longifolium</i>	X		Leña, medicinal, cultural
Chirrinchao	<i>Phyllanthus acuminatus</i>	X		Tóxico para los peces
Chocho	<i>Ormosia towarensis</i>	X		Fe (arregla la tierra), medicinal
Chocolate	<i>Theobroma cacao</i>		X	Alimento
<b>Chocolate de monte</b>	<i>Herrania nycterodendron / H. purpurea</i>	X		Alimento fauna

Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
<b>Chocolatillo</b>	<i>Ischnosiphon arouma</i>	X		Doméstico (cestería, envolturas), alimento de la fauna
Chontaduro	<i>Bactris gasipaes</i>		X	Alimento
Chrimoya			X	Alimento
<b>Chucha</b>		X		Cultural
<b>Chuchamangle</b>		X		Maderable (canoas)
Chuchameao	<i>Osteophloeum sulcatum</i>	X		Madera ordinaria
Chulco	<i>Oxalis corniculata</i>		X	Medicinal
Chupadera / cucua		X		Medicinal
<b>Chupalla</b>		X		Fe (retiene agua)
Churco	<i>Begonia semiovata</i>	X		Medicinal
Churima (guabo)	<i>Inga sp.</i>	X		Alimento
Cilantro	<i>Coriandrum sativum</i>		X	CAS
Cimarrón	<i>Eryngium foetidum</i>		X	CAS, medicinal
Citronela			X	CAS, medicinal
Coco / cocotero	<i>Cocos nucifera</i>		X	Alimento
Comida de murciélago	<i>Senna tora</i>	X		Medicinal
<b>Conga</b>		X		Medicinal
Coronillo	<i>Bellucia axinantha</i> / <i>B. grossularioides</i>		X	Alimento, medicinal
Corozo (anime)		X		Maderable, (canoas y embarcaciones)
Corozo (palma)		X		Alimento
<b>Cuangare</b>	<i>Otoba gracilipes</i>	X		Maderable (comercial)
<b>Cuero negro</b>	<i>Guatteria sp.</i>	X		Maderable, leña
<b>Cunista / gualanday / cuni</b>	<i>Jacaranda sp.</i>	X		Maderable (construcción), medicinal
Damagua	<i>Poulsenia armata</i>	X		Doméstico (fibra)
Dinde (caimito)		X		Maderable



Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Doña juana	<i>Adenostemma lavenia</i>	X		Medicinal
<b>Dormilón</b>	<i>Pentaclethra macroloba</i>	X		Maderable, medicinal
<b>Dormilón</b>		X		Maderable, tóxico para los peces
Escubilla	<i>Scoparia dulcis</i>			Medicinal
Escubilla babosa	<i>Sida rhombifolia</i>	X		Medicinal (limpia el guarapo)
Espadilla	<i>Kyllinga brevifolia / K. pumila</i>	X		Medicinal
Espíritu santo	<i>Bryophyllum pinnatum</i>	X	X	Medicinal
Familiar		X		Medicinal
Friega plato / uña de gato	<i>Solanum jamaicense</i>	X		Medicinal
Gallinaza	<i>Porophyllum ruderale</i>	X		CAS, medicinal
Galve hembra / galve amarillo / galve purgante	<i>Senna alata / Cassia reticulata</i>	X		Medicinal
Galve macho	<i>Brunfelsia pauciflora / Cassia sp.</i>	X		Medicinal
<b>Girasol</b>		X		Medicinal
Golondrina	<i>Drymaria cordata</i>	X		Medicinal
Granadilla	<i>Passiflora sp.</i>		X	Alimento, medicinal
Guabo / guamo	<i>Inga sp.</i>	X		Medicinal
<b>Guabo tacuma</b>	<i>Inga sp.</i>	X		Medicinal, cultural
<b>Guabo vaina</b>	<i>Parkia velutina</i>	X		Maderable, alimento
<b>Guaco (bejuco)</b>		X		Cultural
Guadua amarilla	<i>Bambusa guadua, Guadua angustifolia</i>			Construcción
Guadua verde	<i>Bambusa guadua, Guadua angustifolia</i>		X	Construcción, medicinal
Guaguaripo / guagarito (palma)	<i>Oenocarpus mapora</i>	X		Maderable
<b>Guaite / gualte (palma)</b>		X		Construcción
Gualandaño (guabo)	<i>Inga sp.</i>	X		Maderable
Guanábana	<i>Annona muricata</i>		X	Medicinal

Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
<b>Guascanato</b>		X		Maderable (embarcaciones)
<b>Guasco / guasca</b>	<i>Eschweilera pittieri</i>	X		Maderable (construcción), leña
<b>Guasimo</b>	<i>Guazuma ulmifolia</i>	X		Maderable (aclara el guarapo)
<b>Guásimo colorado</b>	<i>Luehea seemannii</i>	X		Leña, medicinal
<b>Guayabillo</b>	<i>Eugenia victoriana</i>	X		Medicinal, cultural
<b>Guayabo</b>	<i>Psidium guajava</i>		X	Alimento, medicinal, leña
Guayacan amarillo	( <i>Bignoniaceae</i> )	X		Medicinal, maderable (construcción)
Guayacan negro	<i>Minquartia guianensis</i>	X		Maderable (construcción)
Guinde (caimito)		X		Maderable (canoas y embarcaciones de mar)
Higueron	<i>Ficus insipida / F. glabrata</i>	X		Medicinal
<b>Higueroncillo / corazón de envuelto</b>	<i>Pseudolmedia laevigata</i>	X		Leña, doméstico (cabo de herramientas)
Hobo, jobo	<i>Spondias lutea / Spondias mombin</i>	X	X	Alimento, maderable (artesanal)
Hoja blanca	<i>Calathea lutea</i>	X		Doméstico (envoltura)
<b>Hoja negra</b>		X		Doméstico (envoltura)
Huevo de picho		X		Medicinal
Ilotropo ajenjibre macho	<i>Hedychium coronarium</i>	X		Medicinal
Imbiande	<i>Pavonia fructicosa</i>	X		Medicinal
Iraca	<i>Carludovica spp.</i>	X		Doméstico (fibra)
Iscancel / escancel / descancel grande	<i>Alternanthera spp.</i>	X	X	Medicinal
Iscancel chiquito	<i>Alternanthera bettzickiana</i>	X	X	Medicinal
Jaboncillo	<i>Isertia alba / I.pittieri</i>	X		Maderable
Jagua	<i>Genipa americana</i>	X		Doméstico (tinte)
<b>Jicarilla / jicara</b>	<i>Manicaria saccifera</i>	X		Construcción (techos cocina)
Jigua de río		X		Medicinal
<b>Jigua negro</b>		X		Maderable (construcción)



Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Julape	<i>Cornutia sp.</i>	X		Medicinal
Lana		X		Maderable
Lana (caimito)		X		Maderable
Laurel	<i>Isidodendron sp.</i>	X		Maderable, construcción (muebles, canaletes bateas)
Laurel (jigua)	<i>Nectandra sp.</i>	X		Maderable (construcción, canoas)
<b>Lecho</b>	( <i>Violaceae</i> )	X		Alimento
<b>Lecho (bejuco)</b>		X		Doméstico (amarres)
<b>Lecho (helecho)</b>		X		Doméstico (cestería), medicinal
Limón	<i>Citrus limon</i>		X	CAS, medicinal
Limoncillo	<i>Cymbopogon citratus</i>		X	Aromática
Lirio / aparabrujo		X		Medicinal
Llanten	<i>Plantago sp.</i>		X	Medicinal, cultural
Loro (caimito)		X		Maderable
Lulo	<i>Solanum spp.</i>		X	Alimento, medicinal
<b>Machare / tometo / chucho nuevo</b>	<i>Symphonia sp.</i>	X		Maderable (canoas, muebles), comercial
<b>Madroño</b>	<i>Rheedia madruno</i>	X		Alimento, fe (alimento de la fauna)
Maíz blanco	<i>Zea mays</i>		X	Alimento, medicinal
Maíz pajarito	<i>Zea mays</i>		X	Alimento, medicinal
Majagua	<i>Hibiscus tiliaceus</i>	X		Doméstico (s.d.)
Malambo / Mandivá (bejuco)	<i>Macuna sp.</i>	X		Medicinal (se utiliza en baños para dolores del cuerpo)
Malva	<i>Malva sylvestris / Malachra rudis</i>		X	Medicinal
Malvarosa	<i>Hibiscus rosa-sinensis</i>		X	Medicinal, ornamental
Malvilla / bubosita	<i>Malvastrum spicatum</i>			Medicinal
Mangle blanco	<i>Laguncularia racemosa</i>	X		Madera, leña
Mangle gateador		X		Leña
Mangle negro	<i>Avicennia germinans</i>	X		Maderable

Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Mangle piñuelo	<i>Pelliciera rhizophorae</i>	X		Leña
Mangle rojo	<i>Rhizophora racemosa</i>	X		Maderable, leña
<b>Manglillo</b>	<i>Ardisia guianensis</i>	X		Leña
Mango	<i>Mangifera indica</i>		X	Alimento, medicinal
Manteco	<i>Xanthosoma sp.</i>	X		Maderable
Marañón espave	<i>Anacardium excelsum</i>		X	Alimento
Marcelo	( <i>Flacourtiaceae</i> )	X		Maderable (construcción), leña
Mare / kendo	<i>Brosimum rubescens</i>	X		Maderable (construcción, quillas de embarcaciones, artesanías)
Mare de corazón pequeño		X		Maderable
<b>Marío / aceite</b>		X		Maderable (construcción, tablas, canoas)
Matamba (palma)	<i>Desmoncus orthacanthos</i>	X		Doméstico (cestería)
Matapalo	<i>Ficus sp.</i>	X		Cultural
Matarratón	<i>Gliricidia sepium</i>	X	X	Medicinal, doméstico (cercos, estacas para las redes)
Mayorquín		X		Medicinal
Menta	<i>Mentha sp.</i>		X	CAS, medicinal
Millonaria	<i>Polyscias balfouriana</i>		X	Ornamental, cultural
Mono (anime)		X		Maderable
<b>Mora</b>	<i>Miconia sp.</i>	X		Maderable (construcción)
Mora de monte colorada	<i>Miconia sp.</i>	X		Maderable
Moradilla	<i>Oxalis insignis / Telanthera polygonoides</i>	X		Medicinal (hoja comestible), cultural
<b>Morita</b>	<i>Clidemia crenulata</i>	X		Fe (alimento fauna)
Morita de bejuco	<i>Sabicea colombiana</i>	X		
Muñoz / helecho de palo	<i>Dryopteris sp.</i>	X		Medicinal
Nacedero / nacedera	<i>Trichanthera gigantea</i>		X	Medicinal
Naidi	<i>Euterpe oleracea</i>	X	X	Alimento



Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Naidi solitario	<i>Euterpe precatoria</i>	X		Alimento, fe (alimento de la fauna), (construcción zoteas)
Naranja	<i>Citrus sinensis</i>		X	Alimento
Nato / mangle nato	<i>Mora megistosperma</i>	X		Maderable, (construcción, canoas y embarcaciones)
Negro (jigua)		X		Maderable
Nuánamo	<i>Virola sp.</i>	X		Maderable
Ñame barco	<i>Dioscorea sp.</i>		X	Alimento
Ñame blanco	<i>Dioscorea sp.</i>		X	Alimento
Ñame morado	<i>Dioscorea sp.</i>		X	Alimento
Olla de mono		X		Medicinal
Orosul	<i>Asclepias sp.</i>		X	Medicinal
Pacó	<i>Gustavia superba</i>	X		Fe (alimento de la fauna)
Paico	<i>Chenopodium ambrosioides</i>	X		Medicinal
Pajui		X		Maderable
Pialte		X		Maderable (embarcaciones)
Paliatillo		X		Maderable
Palma barrigona	<i>Iriartea ventricosa</i>	X		Construcción
Palma crespada / zancona	<i>Socratea exorrhiza</i>			Construcción
Palma de cristo	<i>Cordyline terminalis</i>	X	X	Ornamental, medicinal, cultural (se uso como jabón)
Palma de zapo		X		Construcción (techos)
Palo blanco		X		Maderable (canoas, construcción)
Pambil (palma)		X		Alimento fauna
Pantano	<i>Hyeronima alchorneoides</i>	X		Maderable (su madera sirve para embarcaciones)
Papa de monte			X	Alimento
Papachina	<i>Xanthosoma sp.</i>		X	Alimento
Papayo	<i>Carica papaya</i>		X	Alimento, medicinal, cultural
Para mi no hay hombre		X		Medicinal

Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Parahuevo		X		Cultural
Parasangre		X		Medicinal
<b>Parreno (caimito)</b>		X		Maderable, leña
Peinemono	<i>Apeiba aspera</i> / <i>A. membranacea</i>	X		Maderable, medicinal
Peorrera pedorrera	<i>Ageratum conyzoides</i>	X		Medicinal
Pepepán / árbol del pan	<i>Artocarpus communis</i>	X	X	Alimento, medicinal
Perreira (bejuco)	<i>Cissampelos pareira</i>	X		Medicinal, cultural, doméstico (fibra)
Pialde	<i>Trichilia sp.</i>	X		Maderable, leña
Pichindé / pichindesillo	<i>Calliandra purdiaei</i>	X		Cultural, leña
Piedra (laurel)		X		Madera (se utiliza en la fabricación de embarcaciones y canoas para el mar)
Pildé	<i>Banisteriopsis sp.</i>	X	X	Cultural
Piña	<i>Ananas comosus</i>		X	Alimento
Piojito	<i>Hyptis obtusiflora</i>	X		Medicinal, CAS, cultural
<b>Pita</b>		X		Medicinal
Pita silvestre	<i>Aechmea magdalenae</i>	X		Doméstico (fibra), alimento
Pitigula		X		Doméstica (cestería)
Platanillo de isla	<i>Heliconia sp.</i>	X		Doméstico (envoltura)
Platanillo pintado	<i>Heliconia sp.</i>	X		Doméstico (envoltura)
Plátano	<i>Musa paradisiaca</i>		X	Alimento
Plátano (caimito)	<i>Himatanthus articulata</i>	X		Maderable
Plátano dominico negro	<i>Musa sp.</i>		X	Alimento
Plátano guineo	<i>Musa sp.</i>		X	Alimento, medicinal
Plátano hartón	<i>Musa sp.</i>		X	Alimento
Plátano manzano	<i>Musa sp.</i>			
Plátano pelipita	<i>Musa sp.</i>			
Poleo	<i>Satureja brownei</i>		X	CAS, medicinal



Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Poleo de monte	<i>Peperomia spp.</i>	X		Medicinal
Popa	<i>Couma macrocarpa</i>	X		Maderable (construcción, canaletes, trampas para pájaros), Medicinal
Popa (caimito)	<i>Couma macrocarpa</i>	X		Maderable
Potra / contra-rotura	<i>Cassia occidentalis</i>	X		Medicinal
Pringamosa / yuyo	<i>Urera baccifera</i>	X		Medicinal, alimento
Prontoalivio	<i>Lippia alba</i>			Medicinal
Pulga / purga		X		Maderable (tablas y canoas)
Pulga ají		X		Maderable, medicinal
Pulgande	( <i>Lauraceae</i> )	X		Maderable
Punta de lanza	<i>Marila dolychandra</i>	X		Medicinal
Punta de lanza de quebrada		X		Medicinal
Querré (guabo)	<i>Inga sp.</i>	X		Maderable
Querré amarillo		X		Maderable
Querré mareño		X		Maderable
Quitazol (palma)	<i>Mauritiella pacifica</i>	X		Doméstico
Rabo de caimán / cola de caimán	<i>Disocactus amazonicus</i>	X		Medicinal
Rabo de zorro	<i>Stachytarpheta cayennensis</i>	X		Medicinal
Ranconcha / chiguamacho	<i>Acrostichum aureum</i>	X		Doméstico (estacas para las redes)
<b>Raquiñoso (jigua)</b>		X		Maderable
Rascadera	<i>Xanthosoma sp.</i>	X	X	Alimento
<b>Rayao</b>		X		Maderable (construcción), doméstico (palancas para navegar)
<b>Rebajadora</b>		X		Cultural
<b>Revolcao</b>		X		Doméstico (techos)
Roble	<i>Terminalia amazonia</i>	X		Maderable
Rosario (guabo)	<i>Inga sp.</i>			Maderable

Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Ruda	<i>Ruta graveolens</i>		X	Medicinal
<b>Sajo</b>	<i>Camposperma panamensis</i>	X		Maderable (comercial)
Salvia		X		Medicinal
Salvia ajujo		X		Medicinal
San juanito		X		Doméstico (envoltura)
Sande	<i>Brosimum utile</i>	X		Maderable, medicinal
<b>Sangregallina</b>	<i>Vismia angusta</i>	X		Maderable, medicinal
<b>Santa maria de reuma / corroñosa</b>	<i>Piper obliquum / Pothomorphe peltata</i>	X	X	Medicinal
<b>Santamaría de anís</b>	<i>Pothomorphe sp.</i>	X	X	CAS, medicinal
<b>Santamaría la boba</b>	<i>Piper peltatum / Pothomorphe sp.</i>	X	X	Medicinal
Sapotolongo / salero	<i>Pachira aquatica</i>	X		Madera
Sauco / zapatico	<i>Solanum nudum / Solanum incomptum</i>		X	Medicinal
Sauquillo		X		Es venenoso
Secá	<i>Erithryna rubrinervia</i>	X		Medicinal
Seguidera		X		
Semana santa	<i>Siparuna magnifica</i>		X	
Siempre viva	<i>Aneilema umbrosum</i>	X		Medicinal
Siempre viva de castilla		X		Medicinal
Silvador / chiflador (caimito)		X		Maderable (embarcaciones)
Soldadora		X		Medicinal
<b>Sorogá</b>		X		Maderable (construcción)
Sorogá de hoja colorada		X		Maderable
Suelda con suelda	<i>Elephantopus mollis / Pseudoelephantopus sp.</i>	X		Medicinal
<b>Tangare / guino</b>	<i>Carapa guianensis</i>	X		Maderable (comercial) (sus frutos se comen)



Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Tapacula		X		Alimento
Teatino / tiatino	<i>Scoparia dulcis</i>	X		Medicinal
Tendedera		X		Doméstico (catangas)
Teñidera		X		Doméstico (tinte para sombreros)
Tetera		X		Medicinal
Tomate	<i>Lycopersicum esculentum</i>		X	CAS, alimento, medicinal
Tortugo (bejuco)	<i>Clytostoma binatum</i>	X		Doméstico (amarres)
Tostao	( <i>Elaeocarpaceae</i> )	X		Maderable (construcción), leña
Totumo / palomate	<i>Crescentia cujete</i>		X	Doméstico (recipientes), medicinal
Trapichero (caimito)		X		Maderable
Trapichero		X		Maderable
Tres dedos	<i>Piper tricuspe</i>	X		Medicinal
Tres dedos (venadillo en Anchicayá)	<i>Philodendron sp.</i>	X		Medicinal
Tunda / hoja de tunda	<i>Tetrorchidium robleoanum</i> <i>/T.gorgonae</i>	X		Cultural
Uva	<i>Pourouma chocoana</i>	X		Alimento fauna, construcción
Vara negra		X		Medicinal
Varejón (yasmande)	<i>Vernonia patens</i>	X		Medicinal
Venadillo		X		Medicinal, cultural
Venturosa amarilla	<i>Lantana sp.</i>	X		Medicinal
Venturosa roja	<i>Lantana camara</i>		X	Medicinal
Verbena	<i>Verbena litoralis</i> / <i>Stachytarpheta cayennensis</i>	X	X	Medicinal
Verdolaga	<i>Portulaca oleracea</i>	X		Medicinal
Vicente		X		Maderable (construcción) (Tostao)
Yantén	<i>Plantago sp.</i>		X	Medicinal
Yare (bejuco)		X		Doméstico (cestería)
Yarumo morado	<i>Cecropia sp.</i>	X		Medicinal

Nombre común	Nombre científico	Silv.	Cult.	Usos
Yarumo, guarumo	<i>Cecropia sp. / Cecropia tel-ealba / Cecropia ficifolia / C. membranacea</i>	X		Fe (alimento fauna)
Yerba amarga	<i>Witheringia solanacea</i>	X		Medicinal
Yerba buena	<i>Mentha piperita</i>		X	CAS, medicinal
Yerba de la virgen / matajulián	<i>Pityrogramma calomelanos</i>	X		Medicinal
Yerba de adán	<i>Irlbachia alata</i>	X		Medicinal
Yerba de chivo	<i>Justicia comata</i>		X	Medicinal, CAS, cultural
Yerba de erisipela	<i>Besleria sp.</i>	X		Medicinal
Yerba de hormiga	<i>Codonanthe crassifolia</i>	X		Medicinal
Yerba de hormiga	<i>Peperomia spp.</i>	X		Medicinal
Yerba de la vida / gran vida	<i>Justicia sp.</i>	X		Medicinal
yerba de loro	<i>Selaginella sp.</i>	X		Medicinal
yerba del carpintero	<i>Selaginella rosea / Hamelia patens</i>	X		Medicinal
Yerba dulce	<i>Adelobotrys adscendens / Borreria laevis</i>	X		Medicinal
Yuca	<i>Manihot esculenta</i>		X	Alimento
Yuca (anime)		X		Maderable
Sabaleta (anime)		X		Maderable
Zanca de araña (palma)	<i>Chrysochlamys floribunda</i>	X		Leña
Zanquemula	<i>Cyathula achyranthoides</i>	X		Medicinal
Zapallo	<i>Cucurbita maxima</i>		X	Alimento
Zapote	<i>Matisia cordata</i>	X	X	Alimento
Zaragoza	<i>Aristolochia cordifolia</i>			Medicinal
Zaragoza (bejuco)				Medicinal
Zarza	<i>Smilax sp.</i>	X		Medicinal



## LAS PREGUNTAS QUE DEBEMOS TENER SIEMPRE PRESENTES



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ

Hay un conjunto de preguntas que guían nuestro trabajo.

Queremos preguntar y reflexionar con las comunidades:

¿Qué sabemos respecto de las plantas de nuestro territorio colectivo?

¿Para qué las utilizamos?

¿Cómo vamos a proteger las plantas medicinales de nuestro territorio para que no se acaben o para que no se haga mal uso de ellas?

¿Cómo vamos cuidar los árboles que dan madera para que no se acaben?

## GLOSARIO

**Botánica.** Rama de la biología que estudia la clasificación (taxonomía), forma (morfología) y el funcionamiento (fisiología) de las plantas.

**Cultura Material:** Todos aquellos objetos físicos que se pueden ver, tocar y sentir, y que han sido producidos durante generaciones por nuestras comunidades, tales como las viviendas, las canoas y remos, los instrumentos musicales, los canastos, los muebles de la casa, los tejidos y los vestidos, entre otros.

**Diversidad biológica:** Variabilidad de organismos vivos de cualquier fuente, incluidos, entre otros, los ecosistemas acuáticos, así como los complejos ecológicos de los que forman parte. Comprende la diversidad existente dentro de cada especie, entre las especies y de ecosistemas, como resultado de procesos naturales y culturales.

**Ecología:** Rama de la biología que estudia las relaciones de los organismos vivos o grupos de organismos con su medio. Este medio se refiere al suelo, clima y presencia de otras especies, lo mismo que a la presencia de grupos humanos. La ecología nos permite conocer la estructura de la naturaleza y explicar su funcionamiento.

**Ecosistema:** Complejo dinámico de comunidades humanas, vegetales, animales y microorganismos y su medio no viviente, que interactúan como unidad funcional.

**Nombre común:** Es el nombre popular con el que una comunidad designa y reconoce a las plantas. Ejemplo: Iscancel, escancel, descancel.

**Seguridad alimentaria:** Es el derecho inalienable que tiene todo pueblo o comunidad a no padecer hambre y mala nutrición a fin de poder desarrollarse plenamente y conservar todas sus facultades físicas y mentales.

**Sistema tradicional de conocimientos, prácticas, tecnologías e innovaciones de las comunidades negras:** Es un conjunto complejo y socialmente regulado de valores, conocimiento, prácticas, tecnologías e innovaciones, desarrollado históricamente por las comunidades negras en su relación con el medio ambiente y en particular, con los ecosistemas.

**Territorio:** Áreas poseídas en forma regular y permanente por una comunidad afrocolombiana, y aquellas que, aunque no se encuentran poseídas en esa forma, constituyen el ámbito tradicional de sus actividades sociales, económicas y culturales.

**Utilización sostenible:** Uso de componentes de la diversidad biológica de un modo y a un ritmo que no ocasione su disminución en el largo plazo y se logre mantener las posibilidades de ésta para satisfacer las necesidades y las aspiraciones de las generaciones actuales y futuras.



## NOTAS

<sup>1</sup> El apoyo de WWF Colombia se realizó en el marco del proyecto “Hacia la Protección y Fortalecimiento del Uso de la Práctica del Conocimiento Ancestral Asociado a los Recursos Genéticos en Territorios de Comunidades Negras”, financiado por la BMZ y desarrollado por El Palenque El Congal del PCN.

<sup>2</sup> Calle, 1998..

<sup>3</sup> Concha que se colecta en los raiceros o manglares.

<sup>4</sup> “De junio a julio los cangrejos hembras ponen los huevos. En julio botan los huevos en los raizales del naidi para que el pescado no se los coma (la mojarra, sardina, incurro, sábalo, canchimalo). Mien-

tras tanto los machos siguen gordos en junio y julio, por lo cual sólo se cogen machos en este tiempo y no a las hembras. En septiembre se entierran los cangrejos para mudar el “escarapacho”; justo cuando cae la pepa del nato, se encuevan con comida y se tapan con barro. Salen en diciembre a buscar la comida (hojas de naidi, pepas de cedro, machare etc), en este tiempo se cogen con trampa. De enero a abril los cangrejos están engordando, no hay abundancia y poco se cogen para su consumo. En mayo es el tiempo en que se cogen bastantes cangrejos gordos, porque salen de las cuevas y se pierden para regresar, pues se emborrachan con hojas de naidi, se quedan por ahí quietesitos, y si llueve, más se emborrachan” (Descripción de las mujeres del río Raposo).

<sup>5</sup> Blasina Márquez –Comunidad de Raposo.



© Klaudia CÁRDENAS / Eduard MARTÍNEZ



WWF Colombia  
CARRERA 35 No 4A-25 - CALI, COLOMBIA  
INFO@WWF.ORG.CO - WWW.WWF.ORG.CO



INSTITUTO ALEXANDER VON HUMBOLDT  
DIAGONAL 27 No. 15 - 09 A.A 8693  
BOGOTÁ D.C. COLOMBIA. PUBLICACIONES@HUMBOLDY.ORG.CO



PROCESO DE COMUNIDADES NEGRAS  
CALLE 4 No. 16-90 (CALLE SANTA ROSA)  
BUENAVENTURA, COLOMBIA  
WWW.RENACIENTES.ORG - PCNCONGAL@RENACIENTES.ORG



ECDTRÓPICO  
CALLE 100A No. 20-10, Of. 101  
BOGOTÁ D.C. COLOMBIA. WWW.ECDTRÓPICO.ORG