

Familia: Asteraceae

Nombre científico: *Ambrosia peruviana* Willd.

Nombre común: Altamíz

Descripción: Hierbas anuales a perennes, erectas. Fruto formado por la estructura en forma de nuez, obovoide.

Ecología: Ampliamente cultivada debido a sus propiedades medicinales, ruderal en sitios alterados, zona pacífica.

Altitud: 0–375 m

Fenología: Florece y fructifica de junio a octubre.

Distribución: México a Sudamérica.

Usos: La planta macerada en aguardiente se usa en cataplasma contra reumatismo. Con las plantas se hacen escobas para combatir las pulgas en la casa (Gupta, P; 1995). También, en infusión se ha utilizado en el tratamiento de cólicos y gastralgia.



Familia: Cucurbitaceae

Nombre científico: *Citrullus lanatus* (Thunb.) Matsum. & Nakai

Nombre común: Sandía

Descripción: Plantas anuales, usualmente rastreras. Frutos subglobosos a elipsoides, verdes, carnosos, amarilla a roja, jugosa, dulce; semillas ovadas.

Ecología: Común en bosques deciduos y pastizales en suelos arenosos, especialmente en los márgenes de los lagos, en todas las zonas del país.

Altitud: 0–500 m.

Fenología: Florece y fructifica de junio a octubre.

Distribución: Nativa de la región del Kalahari en el sur de África.

Usos: Semillas y frutos comestibles. Es un diurético efectivo y regula la actividad renal.



Familia: Cucurbitaceae

Nombre científico: *Cucumis melo* L.

Nombre común: Melón

Descripción: Plantas anuales, rastreras, herbáceas. Fruto muy variable en tamaño, forma, color y ornamentación, blanco-verdoso, amarillo o amarillo-café cuando maduro.

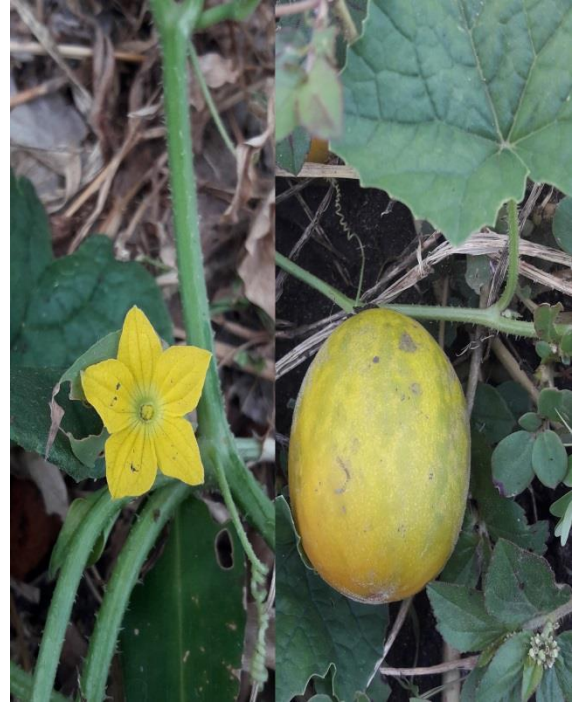
Ecología: Común en bosques caducifolios y pastizales, especialmente en sitios alterados y en los márgenes de ríos y lagos, zona pacífica.

Altitud: 0–940 m

Fenología: Florece y fructifica de mayo a diciembre.

Distribución: Nativa de los paleotrópicos.

Usos: Semillas y frutos comestibles. Se le atribuyen son propiedades medicinales como diurético, alimenticio, demulcente, vomitivo y purgante (raíz).



Familia: Equisetaceae

Nombre científico: *Equisetum hyemale* var. *affine* (Engelm.) A.A. Eaton

Nombre común: Cola de caballo

Descripción: Hierba perenne. Esporas se producen en esporangios alargados. Las esporas esféricas, verdes

Ecología: Cultivada

Altitud: No registrada.

Fenología: Con estróbilos casi durante todo el año, pero principalmente de agosto a noviembre.

Distribución: Alaska y Canadá hasta Centroamérica.

Usos: Se le atribuyen propiedades diuréticas y antidiabéticas (Palacios-Ríos, 1992).



Familia: Lamiaceae

Nombre científico: *Mentha x piperita* L.

Nombre común: Menta

Descripción: Hierba perenne, aromática, generalmente subglabrosa. Inflorescencia espiga, formando una espiga terminal oblonga, Flores hermafroditas, subactinomorfas. Corola debilmente bilabiada, rosa-lila; híbrido estéril.

Ecología: Cultivada

Altitud: No registrada.

Fenología: No registrada.

Distribución: Originaria del Mediterráneo

Usos: Ornamental, medicinal, alimenticio, industrial y cosmética.



Familia: Lamiaceae

Nombre científico: *Ocimum basilicum* L.

Nombre común: Albahaca

Descripción: Hierbas anuales. Inflorescencia espiciforme, frondosa, corola blanca o crema. Cáliz fructífero; nuececillas oblongas.

Ecología: Cultivada y vendida en los mercados, en todo el país.

Altitud: 50–600 m.

Fenología: Florece de agosto a octubre y fructifica de agosto a diciembre.

Distribución: Nativa de Asia.

Usos: Ornamental, alimenticia, planta medicinal para tratar el resfriado, la digestión, náusea, migraña, insomnio, acné, la pérdida del olfato y las mordeduras de serpientes entre otras condiciones médicas.



Familia: Lamiaceae

Nombre científico: *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.

Nombre común: Orégano

Descripción: Herbácea (arbustiva), suculenta, aromática. Flores en racimos, cáliz tomentoso, labio superior oblongo; corola blanquecina, rosada o lila.

Ecología: Cultivada.

Altitud: No registrada.

Fenología: No registrada.

Distribución: Originaria de Angola, Burundi, India, Kenia, KwaZulu-Natal, Mozambique, Swazilandia y Yemen

Usos: Las hojas son empleadas para tratar la tos, el dolor de garganta y la congestión nasal. Oranmental y alimenticio.



Familia: Lamiaceae

Nombre científico: *Plectranthus barbatus* Andrews

Nombre común: Coleo

Descripción: Hierba perenne, aromática, tallos angulosos. Inflorescencia espiga de verticilastos. Fruto tetranúcula.

Ecología: Cultivada.

Altitud: No registrada.

Fenología: No registrada.

Distribución: Zonas templadas y cálidas subtropicales de India, Birmania y Tailandia.

Usos: Se la ha utilizado para el tratamiento de enfermedades cardíacas y pulmonares, espasmos intestinales, insomnio, y convulsiones.



Familia: Poaceae

Nombre científico: *Chrysopogon zizanioides*
(L.) Roberty

Nombre común: Valeriana

Descripción: Herbácea, robusta, erguida, perenne. Culmos glabros. Panículas alargado-piramidales, espiguillas purpúreas, sin cerdas.

Ecología: Cultivada

Altitud: No registrada.

Fenología: No registrada.

Distribución: Nativa de la India

Usos: Sirve para contrarrestar la fiebre, dolor de estómago, dolor de cabeza, insomnio, tos, etc.



Familia: Poaceae

Nombre científico: *Cymbopogon citratus*
(DC.) Stapf

Nombre común: Zacate de limón

Descripción: Tallos (Hierbas) glabros. Inflorescencia racimos de espiguillas y una tríada terminal, espiguillas pediceladas.

Ecología: Cultivada, Jinotega, Zelaya.

Altitud: 10–650 m

Fenología: Septiembre a diciembre,

Distribución: Originaria en Asia tropical.

Usos: Es sudorífico y, por tanto, estimula la transpiración aliviando la fiebre; también ayuda a curar resfriados, tos, dolores estomacales, dolor de cabeza, calma los nervios, tiene propiedades desintoxicantes, antioxidantes, relajantes y diuréticas.



Familia: Poaceae

Nombre científico: *Zea mays* L. subsp. *mays*

Nombre común: Maíz

Descripción: Hierbas anuales. Panícula estaminada, racimo terminal erecto. Cariopsis desnuda

Ecología: Cultivada, en todo el país.

Altitud: 500 m

Fenología: Florece y fructifica de septiembre a noviembre.

Distribución: Nativa de México

Usos: Comestible, medicinal, industrial y alimento para animales.



Familia: Rutaceae

Nombre científico: *Ruta chalepensis* L.

Nombre común: Ruda

Descripción: Arbustos. Fruto glabro, tuberculado-glandular, verde; semillas no vistas.

Ecología: Rara, cultivada y naturalizada, en todo el país.

Altitud: 230–2400 m.

Fenología: No registrada.

Distribución: Nativa de Europa.

Usos: Son plantas usadas en medicina folclórica, como antiespasmódico, digestivas y para los gases intestinales.



Familia: Verbenaceae

Nombre científico: *Lippia micromera* Schauer

Nombre común: Orégano menudo

Descripción: Arbustos aromáticos con olor a menta o a tomillo. Inflorescencia espiga por axila, brácteas verdes, corola con el lobo inferior fuertemente bífido, blanca con centro amarillo.

Ecología: Rara, en áreas alteradas, cultivada, zona atlántica y norcentral.

Altitud: 0–850 m

Fenología: Florece de marzo a octubre.

Distribución: Honduras, Nicaragua, Venezuela, las Guayanas y en las Antillas.

Usos: Ornamental. Se usa para dolores estomacales y de parto, infecciones respiratorias y asma.

