

# Hierbas y bejucos comunes del Parque Internacional La Amistad

Sitio de Patrimonio Mundial de la Humanidad - Reserva de la Biosfera La Amistad



ARACEAE

*Anthurium scandens* ANTURIO

Hierba epífita, erecta o péndula. Crece en ambas vertientes; 0-2.800 m. Se distribuye desde el sur de México hasta Bolivia, el sur de Brasil, Trinidad y las Antillas Mayores. Los frutos son ingeridos por aves y las flores visitadas por diversos insectos.

BEGONIACEAE

*Begonia urophylla* BEGONIA

Hierba con tallo de menos de 5 cm. Crece en bosques húmedos y pluviales de la vertiente pacífica de la Cordillera de Talamanca y en el Pacífico Central y Sur; 900-2.600 m. Se distribuye desde el sur de México hasta Colombia. Es una especie polinizada por abejas, no presenta néctar pero atrae a las abejas con el color de sus estigmas.



CANNACEAE

*Canna tuerckheimii* PLATANILLA, PERIQUETOLLA

Hierba que crece en bosques húmedos y muy húmedos, generalmente en lugares abiertos, en toda la zona norte, el Pacífico central y ambas vertientes de las cordilleras Volcánica Central y de Talamanca; 300-1.800 m. Se distribuye desde México hasta Perú. Las raíces se utilizan para extraer una harina con propiedades diuréticas; además muchas especies del género se usan como ornamentales, incluyendo las tres presentes en Costa Rica. Las semillas se usan para hacer collares y rosarios.



CAMPANULACEAE

*Centropogon granulatus*



Bejuco o arbusto escandente. Crece en bosques húmedos a pluviales en la vertiente pacífica de las cordilleras de Guanacaste y Tilarán, en ambas vertientes de las cordilleras de Talamanca y Volcánica Central y en la Península de Osa; 10-2.700 m.

Se distribuye desde Costa Rica hasta Bolivia. Sus flores son curvadas, como si estuvieran adaptadas para ser polinizadas por colibríes.



ASTERACEAE

*Cirsium mexicanum* CAIDO

Hierba de hasta 1,5 m de altura. Crece en áreas abiertas de bosques nubosos y húmedos, en ambas vertientes de las cordilleras de Tilarán y Talamanca, los Cerros de Escazú y la Hila Costeña, así como en la Península de Osa; 800-2.500 m. Se distribuye desde el sur de México hasta Panamá. Los frutos son dispersados por el viento.

MENISPERMACEAE

*Cissampelos pareira*

VENADERA, BEJUCO AZUL

Bejuco no leñoso. Crece en bosques húmedos a pluviales de casi todo el país, 0-1.750 m. Se distribuye en casi todos los trópicos del mundo. Se utiliza ampliamente como antiespasmódico, analgésico y relajante muscular, debido a los alcaloides que contiene.



CESNERIACEAE

*Columna chiricana*

VIOLETA SILVESTRE

Hierba epífita, generalmente colgante y muy bella. Crece solamente en bosques pluviales al sur de la Cordillera de Talamanca y parte de Panamá; 1.500-2.100 m. Se recomienda su cultivo como ornamental.



HELICONIACEAE

*Heliconia tortuosa* PLATANILLA

Hierba de hasta 3,5 m de altura. Crece en bosques muy húmedos y pluviales, en el sotobosque y matorrales, en la vertiente caribeña de la Cordillera de Tilarán y en la vertiente pacífica de todas las cordilleras; 600-1.800 m. Se distribuye desde México hasta Panamá. Como todas las heliconias del neotrópico, es polinizada por colibríes.





RUBIACEAE  
*Nertera granadensis*

Hierba rastrera que se extiende como una alfombra. Crece en las cordilleras de Tilarán, Volcánica Central y Talamanca; 1.500-3.400 m. Se distribuye desde México hasta el sur de Chile. Sus llamativos frutos rojos similares a bolas de vidrio hacen que sea utilizada como ornamental.

POLYPODIACEAE  
*Niphidium nidulare*

Helecho epífita. Crece en bosques húmedos en ambas vertientes de la Cordillera de Talamanca; 1.000-2.500 m. Se distribuye en Costa Rica y Panamá. Su forma de roseta le permite atrapar hojas que caen de los árboles, así sus raíces se desarrollan y obtiene el alimento necesario para sobrevivir.



PHYTOLACCACEAE

*Phytolacca rivinoides* JABONCILLO

Hierba o arbusto. Crece en bosques húmedos a pluviales, generalmente en áreas alteradas, en casi todo el país; 0-1.800 m. Se distribuye desde México hasta Bolivia y las Antillas. Sus frutos son importantes en la dieta de varias aves, pero muy venenosos para el ser humano. El nombre común proviene de la espuma que se produce al restregar los frutos con agua.



CAPPARACEAE

*Podandroyne decipiens*  
PATA DE CALLO

Hierba. Crece en bosques húmedos a pluviales de la vertiente pacífica de las cordilleras de Guanacaste y Tilarán y en ambas vertientes de las cordilleras Volcánica Central y de Talamanca, así como en la Península de Osa (200 m); 500-2.700 m. Se distribuye desde Honduras hasta Colombia y Perú.



SOLANACEAE

*Solanum phaseoloides*

Hierba rastrera. Crece en bosques húmedos, en senderos y sotobosque, en ambas vertientes de las cordilleras Volcánica Central, de Tilarán y Talamanca; 500-2.400 m. Se distribuye desde el sur de México hasta Panamá. El nombre *phaseoloides* alude a la similitud de sus hojas con las del frijol.



POLEMONIACEAE

*Cobaea gracilis*

Bejuco delgado. Crece en bosques húmedos y áreas alteradas en ambas vertientes de las cordilleras de Tilarán y Talamanca; 700-2.500 m. Se distribuye en Costa Rica y Panamá. El género tiene importancia económica, ya que varios de sus miembros se cultivan como ornamentales.



COMMELINACEAE

*Tinantia stanleyi*

Hierba. Crece en bosques húmedos a pluviales, en potreros, riachuelos y orillas de caminos, en casi toda la vertiente pacífica; 800-1.700 m. Se distribuye desde México hasta Colombia. Sus flores no producen néctar, así que los insectos que las visitan solamente recogen polen.



VITACEAE

*Vitis tiliifolia* ACRA

Bejuco que crece en áreas alteradas de bosques secundarios en todo el país; 0-1.400 m. Se distribuye desde México hasta Colombia y las Antillas. Los frutos se usan para alimentar aves y preparar jaleas. Los cazadores lo cortan para beber el agua que contienen sus tallos, una práctica probable.



Textos y fotografías: Armando Soto

Edición: Diana Ávila Solera • Diseño gráfico: Esteban Ocampo Cubero

Hecho en Costa Rica por la Editorial INBio

E-mail: [editorial@inbio.ac.cr](mailto:editorial@inbio.ac.cr) • Librería virtual: [www.inbio.ac.cr/editorial](http://www.inbio.ac.cr/editorial)

Tel. (506) 507-8184 • (506) Fax 507-8274