



Frutales del páramo y sus usos en la vereda El Mortiño

Diana Beatriz Vanegas
Vereda El Mortiño, Carmen de Carupa





Comunidades
de los Páramos

Frutales de páramo y sus usos en la vereda Mortiño

Vereda El Mortiño, municipio Carmen de Carupa, páramo de Guerrero

Autora

Diana Beatriz Vanegas Navarrete

Ilustraciones

Diana Vanegas

Comunidades de los Páramos, fortaleciendo las capacidades y la coordinación para la adaptación a los efectos del cambio climático

Marcos Cerra

Coordinador de proyecto regional UICN Sur, Quito, Ecuador

Tropenbos Internacional Colombia

Carlos A. Rodríguez

Director de programa

Diana Lucía Duque Marín

Coordinadora del proyecto

Catalina Vargas Tovar

Asesora de comunicaciones

Acompañamiento TBI Colombia para Comunidades de los páramos

Oscar Buitrago

Coordinación editorial

Catalina Vargas Tovar

Asistente editorial

Vanessa Villegas Solórzano

Diseño y diagramación

Machete

Impresión

Torreblanca Agencia Gráfica
Bogotá D.C., 2015

Citación sugerida

Vanegas, Diana. (2015). Frutales de páramo y sus usos en la vereda Mortiño. Proyecto Comunidades de los páramos, fortaleciendo las capacidades y la coordinación para la adaptación a los efectos del cambio climático. Bogotá: Tropenbos Internacional Colombia & UICN Sur.

ISBN 978-958-9365-78-6

El proyecto regional Comunidades de los páramos es ejecutado por la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN, Oficina Regional para América del Sur) e implementada, a nivel nacional, por las siguientes organizaciones: Tropenbos Internacional Colombia, Instituto de Investigación de Recursos Biológicos Alexander von Humboldt, en Colombia, Corporación Grupo Randi Randi y Ecopar, en Ecuador, e Instituto de Montaña, en Perú. Esta iniciativa se lleva a cabo con el financiamiento el Ministerio de Asuntos Exteriores de Finlandia.

Frutales de páramo y sus usos en la vereda El Mortiño

Diana Beatriz Vanegas Navarrete



Tabla de contenido

6
Presentación

9
Mora de castilla

10
Mora zarza

11
Morón

12
Venados

13
Curuba de castilla

14

Curuba castilla,
montañera

15

Granadilla montañera

16

Curuba negra o
montañera

17

Uvas

18

El Mortiño

19

Niguas o agrás blanco

20

Piñuela

21

Naranja

22

Berro

23

Guchuva

24

Suche

25

Coral



Presentación

Mi nombre es Diana Beatriz Vanegas Navarrete, nací el trece de febrero de 1982, mis padres son Laureano Vanegas González y Claudina Navarrete Bustos, ellos nacieron y han vivido toda su vida aquí en la vereda El Mortiño. Mi niñez también la viví aquí junto a ellos, a los once años me llevaron al pueblo a estudiar el bachillerato, ahí viví con mis abuelas; cursé hasta grado décimo y fui madre, suspendí mis estudios y formé un hogar, tres años después tuve mi segundo hijo pero el papá se fue y nos dejó solos, de ahí en adelante me propuse luchar por Brahian Stiven y Juan Sebastián, para esto trabajé en muchas cosas y terminé mis estudios

de bachiller, hace tres años me casé y nació mi hija Yenifer Dayana. Poco a poco me he ido integrando en la comunidad porque pienso que tenemos muchas cosas irremplazables y que no podemos dejarlas acabar; por eso me incliné por esta investigación y ha sido muy bonito e interesante volver a consumir y reconocer nuestras especies de frutas, ya que con el tiempo uno va olvidando lo que tiene a su alrededor, lo coge y hasta lo consume pero no le da importancia.

Me gustaría que las personas conozcan todas las frutas que produce nuestra tierra en el páramo de El Mortiño, que las conozcamos, que no las dejemos

A decorative border of botanical illustrations in shades of green and grey surrounds the central text. The illustrations include various leaves, flowers, and fruits, such as a large leaf on the left, a cluster of small flowers at the top, and several dark, round fruits at the bottom.

olvidadas y que contribuyamos a dar un reconocimiento a nuestras especies, compartir cuáles se utilizan y cómo se consumen.

Las frutas del páramo casi siempre las consumimos en el sitio donde están, dónde nacen, por su sabor y facilidad para conseguirlas. Todas las plantas florecen y dan una cosecha grande cada siete años, cuando hay época de invierno fuerte y comienza a secar la tierra luego de cierto tiempo todas las matas florecen y producen muchísimo más.

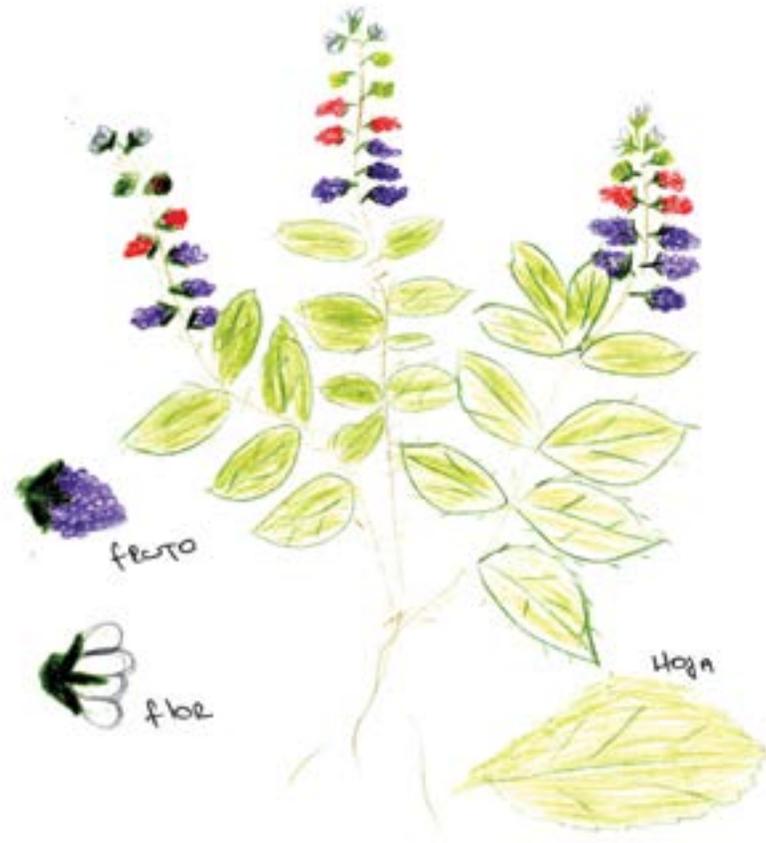
Las siguientes son las plantas más conocidas y consumidas en nuestro páramo:

- Mora de castilla
- Mora zarza
- Morón
- Venados
- Curuba castilla
- Curuba castilla montañera
- Curuba negra o montañera
- Granadilla montañera
- Uvas
- Mortiños
- Niguas o agrás blanco
- Piñuela
- Naranja
- Berro



Mora de castilla

Esta planta produce su cosecha y luego muere, después retoñan nuevas plantas de las raíces. Casi siempre tiene frutos y flores. Se utiliza para la tos preparando cocimiento, para jugos, mermeladas y consumo humano. Aparece en los potreros o cerca de las quebradas, su flor es blanca pequeña, los frutos primero son verdes, luego rojos y después morados, sus hojas y espinas son pequeñas y verdes claras.



Mora zarza

Se caracteriza por tener muchas espinas. Se usa como cerca viva, produce pocos frutos, la floración es constante pero pocas llegan a terminar en frutal, su mora es muy dulce y solo se come. Aparece en los montes y se encuentra con muchos gajos en las orillas de caminos. Sus espinas son muy finas y abundantes, la flor es de color rosado profundo, los frutos rojos y morados, sus hojas son verdes opacas como si se encenizaran o empolvaren y su tamaño es pequeño pero con muchas espinas.



Morón

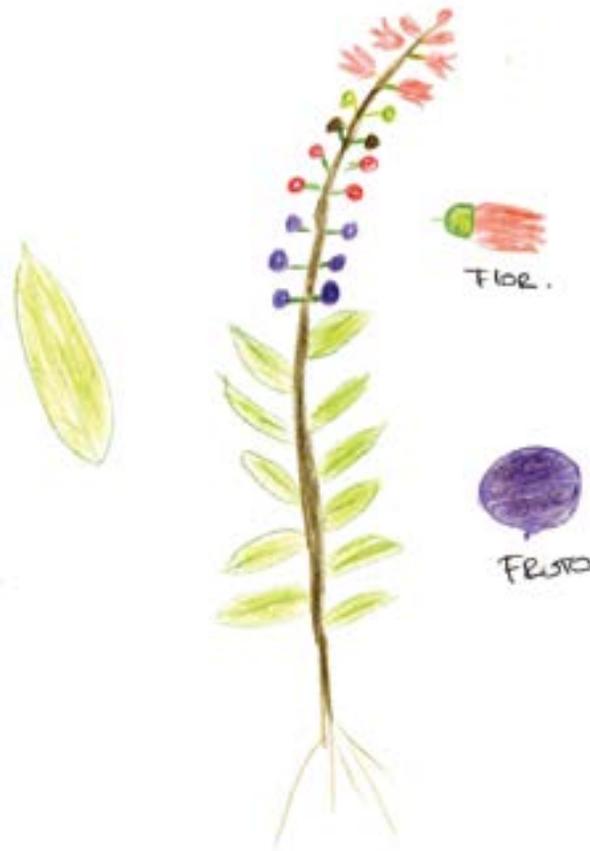
Sus frutos y flores son grandes, por esto se facilita cogerlos. Con esta fruta se preparan jugos y se hacen cocimientos para la tos y gripa porque contiene vitamina C. Crece en los montes, sus flores son blancas y rosadas, sus hojas verdes y grandes, tiene espinas gruesas y sus ramas atraviesan los árboles. Más o menos cada seis meses produce cosechas que llegan a madurar. Sus frutos son verdes, rojos y morados.



Venados

Se producen en los pajonales, son muy escasos y su fruto es muy dulce, solo se utiliza para comer. Siempre crecen en un solo gajo, producen más o menos cuatro o cinco pepitas, que maduran una, luego la otra y así sucesivamente. Años atrás había muchas pero ya no se ven casi, los pájaros y otros animales las consumen y tal vez por esto es difícil conseguirlos.

Su nombre hace homenaje a los becerros y cabros o venados que habitaban en el páramo, porque la planta se da en los pajonales y sitios pedregosos al igual que estos animales que vivían en las cordilleras y pajonales.



Curuba de castilla

Su pulpa es un poco ácida, se utiliza para jugos y sorbetes. Crece en los montes, su hoja es verde oscura, áspera y grande; al madurar la cáscara es totalmente amarilla, pero el fruto es ácido y tienen forma alargada pero anchita, su flor es de un tono rojo y rosado suave. Aunque permanece floreada se pierden los frutos antes de madurar, pocos permanecen y maduran.



Curuba castilla, montañera

Se encuentra en montes, sus hojas son verdes claras, pequeñas y con un tono amarillo verdoso. Sus flores son rosadas muy fuertes, a veces como anaranjadas, su fruto es verde y alargado, al madurar las puntas de la curuba son amarillas. Su pulpa es amarilla pero muy dulce y agradable. Se utiliza en jugos, sorbetes o se consume así por su rico sabor. Cada día esta especie ha aumentado más ya que se cree que los pájaros al consumir curuba castilla y curuba montañera injertaron las semillas y esta es la combinación de las dos, su color es amarillo y su sabor dulce.



Granadilla montañera

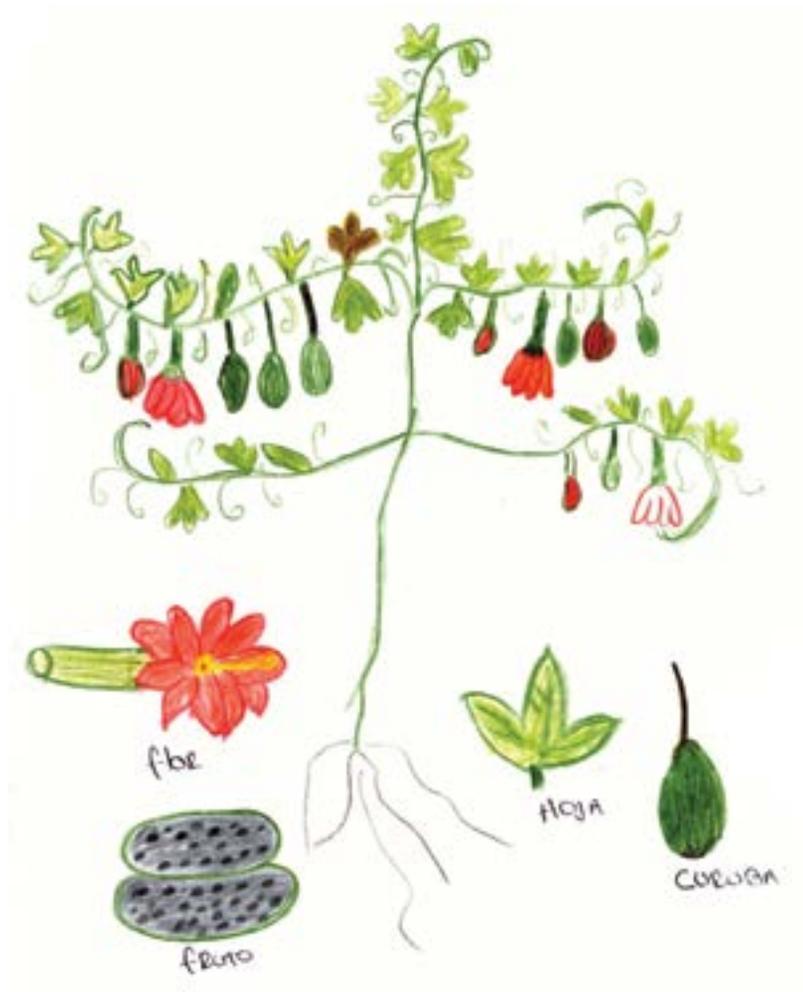
Permanece floreada pero casi no produce fruto. Cuentan los abuelos que cada siete años maduran sus granadillas que se usan como alimento. Sus hojas son verdes oscuras, su bejuco largo y rígido antes era usado para hacer canastos; su flor es rosada y su fruto es verde y luego amarillo cuando está maduro.

Esta especie ha ido desapareciendo, solo produce mucha flor y no se ven las granadillas que son ovaladas, pequeñas y delicadas, el aire las arroja al piso y por eso no terminan su maduración. Se encuentran en bosques y orillas de quebradas.



Curuba negra o montañera

Su cáscara aunque esté madura no se amarilla, cuando ya está jecha se cae al piso, es muy dulce y solo se utiliza para comerla. Sus flores son de color rojo fuerte, las hojas pequeñas, verdes claras y brillantes, sus frutos un poco alargados semirredondos y pequeños porque se producen en el monte, las consumen mucho los faras, runchos y pájaros.



Uvas

Su floración es en diciembre y su producción en junio y julio. Se hacen dulces o mermeladas y se comen directamente de la planta. Habitan en montes, cordilleras y pajonales, su fruto es muy dulce de color morado; sus hojas son aplanadas de color verde profundo y brillante, su flor es rosada y en su raíz se forman bolitas. Ahora hay pocas uvas porque no producen bastante; antes la gente las consumía mucho porque siempre permanecían con fruto y al no haber mucha comida en las casas se buscaban para calmar el hambre y la sed. Si se comen muchas puede producir diarrea.



Mortiño

Contienen mucho hierro, son un poco ácidos pero refrescan y calman la sed. Crecen como árboles o plantas pequeñas, demoran muchos años en convertirse en una planta adulta. Hoy día hay escasez aunque antes se veían mucho. Sus hojas pequeñas y abundantes están en gajos cortos con muchas espinas puntudas y largas. Su flor casi no se nota porque es blanca, pequeña y en el centro como peluda. Para nosotros tiene un valor muy importante ya que su nombre es alusivo al nombre de nuestra vereda El Mortiño. Crece en montes, potreros y pajonales, también en orillas del camino.



Niguas o agrás blanco

Este fruto es muy dulce y agradable, no se le hace ningún proceso, solo se come directamente de la planta. Casi siempre crece en pajonales, sus hojas son alargadas y delgadas, sus ramas pequeñas y abundantes, su flor es blanca pequeña, los frutos verdes y cuando están maduros son blancos. También han desaparecido un poco, los consumen algunos pájaros.



Piñuela

Dentro de la planta se forman unos racimos, estos florecen y se producen las piñuelas que allí maduran. Por su sabor dulce son muy ricas y se consumen directamente de la planta.

Crece en el páramo en los pantanos, orillas de quebradas o partes bien húmedas, sus hojas son largas y delgadas con muchísimas espinas de color verde claro blancuzco, sueltan un polvito blanco que cubre todas las hojas. La flor es blanca y pende del racimo, los racimos contienen seis u ocho piñuelas; cuando su fruto está verde es

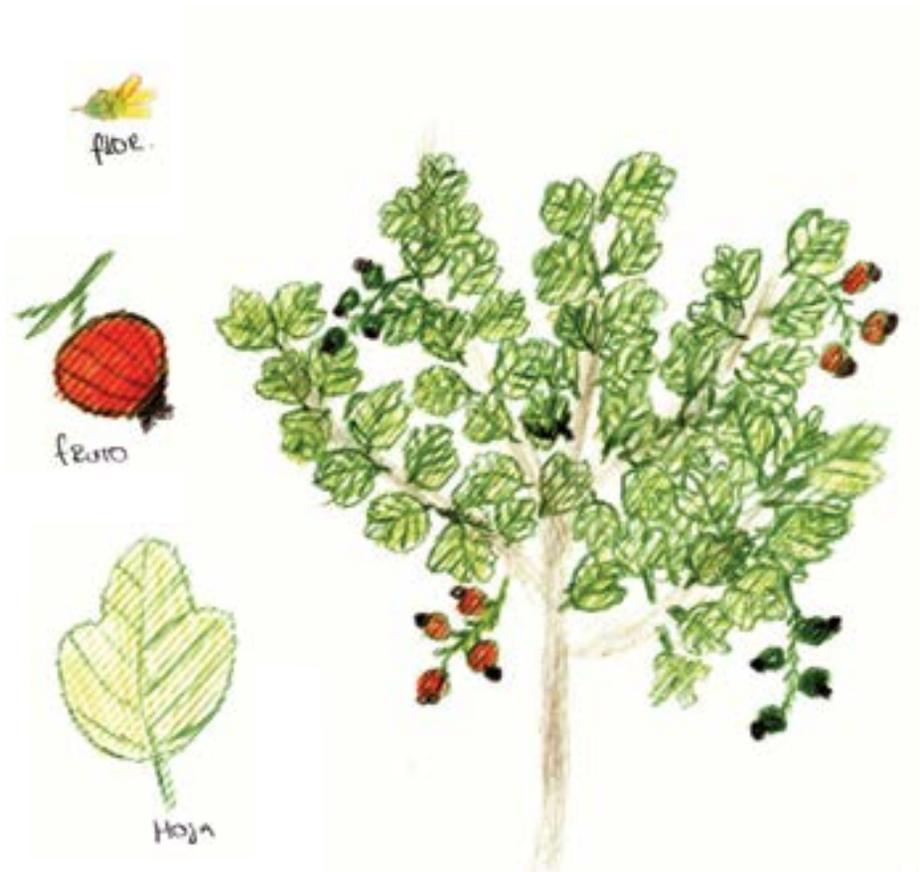


duro y verde, al madurar su cáscara es morada, blanda y su fruto transparente con pepas negras y dulces.

Antiguamente se consumía bastante pero si se come mucho se detiene la digestión, por esto en esa época les tocaba llevar mucho al médico principalmente a los niños que comían mucha piñuela.

Naranjo

Produce pepitas muy dulces y agradables cuando llegan a su madurez. Sus frutos hacen racimos hacia abajo que cuelgan de la mata al igual que las flores, sus hojas son verdes blanqueadas. La llamamos naranjo ya que las bolitas del fruto son parecidas a la naranja pero son más bien pequeñas y verdes, luego maduran a amarillo como transparente. Son muy escasas y se dan en montes y orillas de quebradas.



Berro

Se comen crudos o se prepara en infusión para el corazón y la tos. Tienen un sabor desabrido pero agradable. Crecen en el piso o sobre las plantas, sus hojas, flores y frutos son muy pequeños, el fruto es verde, luego naranja y por último rojo. Se ha ido acabando debido a que en el piso los animales las matan.



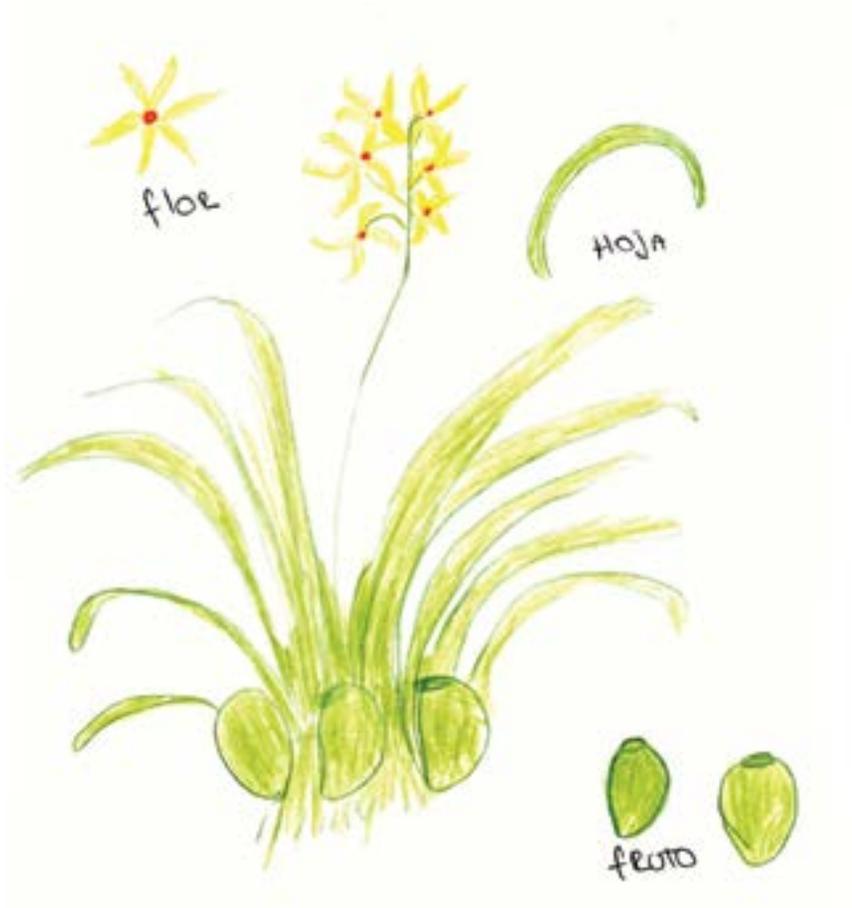
Guchuua

Crece en las huertas y solares, aunque es un frutal que se cultiva también aparece en sitios donde los pájaros arrojan las semillas. Las utilizamos para comer y hacer dulces, jugo y mermeladas; para remedio se saca el jugo y se aplica en los ojos, ayuda a aclarar la visión y limpiarla. Sus flores son amarillas, sus frutos verdes luego amarillos recubiertos con una cáscara, las hojas verdes y planas. El olor de la mata que es igual al de la fruta y se puede percibir cuando uno se acerca.



Suche

Crece en los montes y a orillas de quebradas y caminos. Sus flores son muy llamativas ya que forman un ramo muy bonito que florece más o menos cada año, en mayo y junio. Contienen unas pepas o suches de color verde, los que están maduros de tono más oscuro, pero los más claritos son los que se consumen ya que tienen un agua agradable que se obtiene al masticarla. Están a la orilla del camino y se pueden consumir para calmar la sed. Han desaparecido porque los animales domésticos se los comen y además acaban con las plantas al pisarlas.



Coral

Vive en los bosques y sobre los árboles, produce una pepa de cáscara negra que por dentro tiene una pulpa gelatinosa donde se guarda la semilla, ésta se abre y queda pegada sobre las ramas de las plantas y de ahí nace una nueva planta. Sus hojas son pequeñas aplanadas, sus flores muy largas y rojas cuelgan del palo de la planta, al abrir presentan unos pétalos largos y amarillos, cuando se cae la flor de ahí se forma el fruto. Las pepas maduras se utilizan en infusión para personas que sufren del corazón.

