

Proyecto Etnobotánico en el Caribe norte de Costa Rica.

Presentado por *Mario García Quesada*

Estación Biológica Caño Palma

Supervisado por el personal del Herbario Juvenal Valerio

Universidad Nacional Autónoma de Costa Rica (UNA)

Pablo Sánchez Vindas, Luís Poveda Álvarez y Marco Otárola Rojas



Tortuguero 2006.

Proyecto Etnobotánico en el Caribe norte de Costa Rica.

Mario García Quesada
Estación Biológica Caño Palma
Tortuguero, Limón
(506) 2709 80 52
canopalm@racsa.co.cr
mario78gq@gmail.com

Resumen:

El trabajo que se en los pueblos de Tortuguero y San Francisco, genero resultados que muestran un total de 132 especies útiles, tanto de forma medicinal, como industrial, tintes, fibras entre otros.

Se reportan 36 diferentes utilidades medicinales para ciertos males, especialmente para problemas de los riñones, estomago y piel.

Una de las familias mas representativas es la familia de las palmas (Arecaceae), las utilidades de esta familia varían entre alimento, materiales para la construcción y remedios medicinales, también se informa que en el pasado se utilizó esta familia de plantas para la fabricación de artefactos para la cacería tales como arpones, lanzas y flechas. Una de las especies más importantes dentro de esta familia es la “Palma real” *Manicaria saccifera*, utilizada en la construcción de techos para ranchos rústicos, practica que esta desapareciendo.

Cabe mencionar que la brecha entre generaciones es muy grande, los nativos mas antiguos todavía preservan alguna que otra de sus tradiciones y creencias con respecto a las plantas, por su parte los jóvenes tienen un conocimiento muy básico o carecen totalmente de el.

Introducción

Tortuguero, localizado en la parte norte del caribe de Costa Rica, es una zona altamente diversa tanto biológica como culturalmente. La riqueza florística presente en el área representa una parte muy importante en la vida cotidiana de algunos de sus pobladores.

La diversidad cultural en el pueblo Tortuguero es muy variada, en el habitan personas de diferentes lugares, que traen con si las creencias y costumbres de sus lugares de origen. Se mezclan acá culturas tales como la Miskita, Negra, Mestizo entre otras, por lo que resulta de gran interés recopilar el conocimiento de la flora que muchos de estos pobladores poseen.

El presente estudio, pretende recopilar información valiosa en cuanto a la utilidad de las plantas en el área de Tortuguero. Esta riqueza, heredada a través de los años se esta viendo amenazada por la rápida aculturación que muchos pueblos están viviendo.

Cabe mencionar que la mayoría de estudios etnobotánicos se caracterizan por cuantificar la importancia de las plantas mencionadas por los informantes, a diferencia de estos, el presente estudio pretende solamente dar a conocer las plantas útiles de la zona de Tortuguero, para así brindar un documento de fácil acceso a las futuras generaciones. Por otra parte hay que resaltar que no se pretende dar un recetario o una

fuentes de consulta para la cura de enfermedades sin la consulta de un profesional en el área.

Metodología

El estudio se realizó en los poblados de San Francisco y Tortuguero, en donde se aplicaron entrevistas informales a cada uno de los informantes mientras se caminaba en las selvas o áreas de uso de los mismos.

Por cada especie mostrada se recolectaron muestras para su posterior identificación científica, dicha identificación fue llevada a cabo por Luís Poveda, Pablo Sánchez y Marco Otárola, todos personal del Herbario Juvenal Valerio de la Universidad Nacional Autónoma de Costa Rica (UNA).

Con el fin de obtener datos con una mayor veracidad las entrevistas se hicieron más de una vez a los informantes, esto con el fin de verificar los datos recolectados en las entrevistas anteriores.

A su vez los informantes se escogieron acorde con las sugerencias que la mayoría de pobladores hicieron. Según estos los informantes escogidos son las personas más convenientes conocidas en Tortuguero, y que tienen un conocimiento amplio de la flora del lugar.

Agradecimientos

Primero nos gustaría agradecer al Todo poderoso por la oportunidad que nos dio de utilizar los secretos que se encuentran en la naturaleza para curar nuestros males, gracias a aquellas personas que se han dedicado a utilizar la plantas por miles de años y a aquellas que de alguna manera se han encomendado la misión de salvar este conocimiento para beneficio de todos.

La Estación Biológica Caño Palma agradece profundamente al Herbario Juvenal Valerio Rodríguez de la Universidad Nacional especialmente a los profesores y funcionarios Pablo Sánchez Vindas y Luís Poveda Álvarez y Marco Otárola Rojas por su constante apoyo, sus enseñanzas, su paciencia para identificar los especímenes, e invaluable sugerencias. Sin este apoyo tan grande la realización del proyecto no habría sido posible. También le agradecemos a todas las personas de los pueblos de Tortuguero y San Francisco por sacar un rato de su tiempo para llevarnos a la selva y contarnos sobre sus experiencias con las diferentes plantas documentadas, gracias a : Don José Manuel Beita Ramírez, Don Marcelino Siles Hernández, Denis Bermúdez Venegas, Henry Abraham Flores, Juan Torres Torres, Irma Filipa García Espinosa, Denis Leiva Ramírez, Tomas Martínez Martínez, Bill Zambola Martínez, Miss Earl Junnie Martínez

, A Jana Daigle, Marilyn Cole y Bryan Bridgman, además de COTERC (Canadian Organization For Tropical Education & Rainforest Conservation) por su constante apoyo y entusiasmo durante la realización del proyecto, a los voluntarios de GVI (Global Vision Internacional) por acompañarnos en algunas giras de campo y a todas aquellas personas que de alguna forma se vieron involucradas en el proyecto aportando sugerencias y recomendando a las personas con conocimiento en el uso de las plantas.

Plantas útiles de Tortuguero e Informantes

Se entrevistaron 10 personas que actualmente habitan en diferentes sectores del área, uno de los informantes habita en laguna #6 a mas o menos 15 Km. al norte del Pueblo de Tortuguero, uno vive en Caño Palma, tres habitan el pueblo de San Francisco y los otros cinco viven en el pueblote Tortuguero.

La edad de los informantes fluctúa de cierta manera, se entrevistaron 3 personas menores de 50 años y el resto mayores, dos de estas personas con 68 años y 73 años

El conocimiento de las plantas es relativamente amplio, se conocen 133 especies divididas en 123 genero y 65 familias que son útiles en la zona, entre las cuales hay plantas utilizadas de manera medicinal, algunas otras se usan como alimento, madera, fuente de fibras, colorantes etc. (ver cuadro #1)

Cuadro #1 Lista de plantas con sus respectivos usos

Cuadro #1 lista de plantas con sus respectivos usos				
Nombre de la planta	Familia	Medicinal	Industrial	Otros
<i>Aloe vera</i> L.	Liliaceae	X		
<i>Anacardium occidentale</i> L.	Anacardiaceae	X		X
<i>Annona reticulata</i> L.	Annonaceae	X		X
<i>Apeiba membranaceae</i> Spruce ex Benth	Tiliaceae			X
<i>Aristolochia trilobata</i> L.	Aristolochiaceae	X		X
<i>Artocarpus altilis</i> (Parkinson) Fosberg.	Moraceae	X		X
<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lam.	Moraceae			X
<i>Asterogyne martiana</i> H. Wendl	Arecaceae		X	X
<i>Astrocaryum alatum</i> H.F.Loomis	Arecaceae			X
<i>Averroa carambola</i> L.	Oxalidaceae	X		X
<i>Averroha bilimbi</i> L.	Oxalidaceae			X
<i>Bactris sp</i>	Arecaceae	X	X	X
<i>Bambusa vulgaris</i> Schrad.ex J.C.Wendl.	Poaceae		X	X
<i>Bixa orellana</i> L.	Bixaceae	X		X
<i>Brosimun alicastrum</i> Sw.	Moraceae	X	X	X
<i>Brugmansia suaveolens</i> (Humb & Bonpl ex) Will	Solanaceae	X		X
<i>Bursera simarouba</i> (L.) Sarg.	Burseraceae	X		
<i>Byrsonima crassifolia</i> (L.) Kunth.	Malpighiaceae	X	X	X
<i>Calathea lutea</i> (Aubl.) Schult.	Maranthaceae			X
<i>Calyptrógymne ghibriestiana</i> (linden&H.wendl)H.W	Arecaceae		X	X
<i>Capsicum sp</i>	Solanaceae	X		X
<i>Carapa guianensis</i> Aubl.	Meliaceae	X	X	X
<i>Carica papaya</i> L.	Caricaceae	X		X
<i>Carludovica palmata</i> Ruiz & Pav.	Cyclanthaceae			X
<i>Cassia grandis</i> L.f.	Fab- Caesalpinoideae	X		X
<i>Castilla elastica</i> Sesse.	Moraceae		X	
<i>Cecropia obtusifolia</i> Bertol	Cecropiaceae	X		X

<i>Ceiba pentandra</i> (L.) Gaertn.	Bombacaceae		X	X
<i>Celtis iguanaea</i> (Jacq.) Sarg.	Ulmaceae	X		
<i>Chamaedorea</i> spp	Arecaceae		X	X
<i>Chimarrys parviflora</i> Standl.	Rubiaceae		X	
<i>Chrysophylla warcsewicsii</i> (H.Wendl) Burret.	Arecaceae			X
<i>Chrysobalanus icaco</i> L.	Chrysobalanaceae	X		X
<i>Citrus aurantifolia</i> (Christm.) Swingle.	Rutaceae	X		X
<i>Cocos nucifera</i> L.	Arecaceae	X	X	X
<i>Costus laevis</i> Ruiz & Pav.	Costaceae	X		X
<i>Costus pulverulentus</i> C.Presl	Costaceae	X		X
<i>Costus woodsonii</i> Maas.	Costaceae	X		X
<i>Coumarouna oleifera</i> (Benth) Taub.	Fab- Papilionoideae	X	X	X
<i>Crescentia alata</i> Kunth.	Bignoniaceae	X		X
<i>Cymbopogon citratus</i> (DC)Staff	Poaceae	X		X
<i>Davilla nitida</i> (Vahl.) Kubitzki.	Dilleniaceae	X		X
<i>Desmodium adscendens</i> (Sw.) DC	Fab- Papilionoideae			
<i>Dieffenbachia</i> spp	Araceae	X		X
<i>Doliocarpus major</i> J.F. Gmel.	Dilleniaceae			X
<i>Eichhornia crassipes</i> (Mart.) Solms	Pontederiaceae			X
<i>Eryngium foetidum</i> L.	Apiaceae	X		X
<i>Euphorbia heterophylla</i> L.	Euphorbiaceae	X		
<i>Euterpe precatoria</i> Mart.	Arecaceae			X
<i>Ficus</i> spp	Moraceae	X		
<i>Garcinia madruno</i> Kunth) Hammel	Clusiaceae			X
<i>Genipa americana</i> L.	Rubiaceae	X	X	X
<i>Geonoma congesta</i> H.Wendl.	Arecaceae		X	X
<i>Gliricidia sepium</i> (Jacq) Kunth ex Walpe	Fab- Papilionoideae	X		X
<i>Gynerium sagittatum</i> (Aubl.)P.Beauv.	Poaceae		X	
<i>Hamelia patens</i> Jacq.	Rubiaceae	X		
<i>Hampea appendiculata</i> (Donn.Sm.) Standl.	Malvaceae			X
<i>Heliconia latispatha</i> Benth	Heliconiaceae		X	
<i>Hibiscus pernambucensis</i> Arruda.	Malvaceae	X		X
<i>Hibiscus rosa-sinensis</i> L.	Malvaceae	X		X
<i>Hura crepitans</i> L.	Euphorbiaceae	X		X
<i>Hymenocallis littoralis</i> (Jacq) Salisb.	Amaryllidaceae	X		
<i>Hyptis veicillata</i> Jacq.	Lamiaceae	X		
<i>Inga thibaudiana</i> DC.	Fab- Mimosoideae			X
<i>Ipomea pres-caprae</i> (L.) R.Br.	Convolvulaceae	X		X
<i>Jatropha gossypifolia</i> L.	Euphorbiaceae	X		
<i>Lacmellea panamensis</i> (Woodson) Markgr.	Apocynaceae	X		X
<i>Lantana trifolia</i> L.	Verbenaceae	X		
<i>Licania platypus</i> (Hemsl)Fritsch.	Chrysobalanaceae	X		X
<i>Lippia alba</i> (Mill) N.E.Br.ex.Bri	Verbenaceae	X		

<i>Lippia graveolens</i> Kunth.	Verbenaceae	X		X
<i>Lonchocapus heptaphyllus</i> (Poir)DC	Fab- Papilionoideae	X		
<i>Ludwigia octovalvis</i> (Jacq) P.H.Raven	Onagraceae	X		
<i>Malvaviscos arboreus</i> Cav.	Malvaceae	X		X
<i>Mangifera indica</i> L.	Anacardiaceae	X		X
<i>Mancaría saccifera</i> Gaertn	Arecaceae		X	X
<i>Manihot esculenta</i> Crantz.	Euphorbiaceae			X
<i>Mikania micrantha</i> Kunth	Asteraceae	X		
<i>Mimosa pudica</i> L.	Fab- Mimosoideae	X		
<i>Mimulus glabratus</i> Kunth	Scrophulariaceae	X		
<i>Momordicha charantia</i> L.	Cucurbitaceae	X		
<i>Morinda citrifolia</i> L.	Rubiaceae	X		
<i>Musa acuminata</i> Kolla.	Musaceae	X		X
<i>Myriocarpa longipes</i> Liebm.	Urticaceae			X
<i>Neurolaena lobata</i> (L.) R.Br.	Asteraceae	X		
<i>Niphidium nidulare</i> (Rosenst) Lellinger	Polypodiaceae	X		
<i>Ochroma pyramidale</i> (Cav.ex.Lam)Urb	Bombacaceae		X	X
<i>Ocimum basilicum</i> L.	Lamiaceae	X		X
<i>Pachira aquatica</i> Aubl.	Bombacaceae	X		X
<i>Passiflora biflora</i> . Lam.	Passifloraceae	X		
<i>Pavonia paludicota</i> Nicolson.	Malvaceae	X		X
<i>Pentachletra macroloba</i> (Willd) Kuntze	Fab- Mimosoideae	X	X	X
<i>Persea americana</i> Mill.	Lauraceae	X		X
<i>Philodendron radiatum</i> Schott.	Araceae	X		
<i>Physalis pubescens</i> L.	Solanaceae	X		
<i>Phytolaca rivinoides</i> Kunth & Bouche	Phytolacaceae	X		X
<i>Piper aduncum</i> L.	Piperaceae	X		
<i>Piper auritum</i> Kunth.	Piperaceae	X		
<i>Polygala paniculata</i> L.	Polygalaceae	X		
<i>Pouteria</i> sp	Sapotaceae	X		X
<i>Psidium guajava</i> L.	Myrtaceae	X		X
<i>Psychotria ipecacuanha</i> (Brot)Stokes.	Rubiaceae	X		
<i>Psychotria uliginosa</i> Sw.	Rubiaceae	X		
<i>Pterocarpus officinalis</i> Jacq.	Fab- Papilionoideae	X		
<i>Raphia taedigera</i> Mart.	Arecaceae		X	X
<i>Renealmia cernua</i> (Sw)J.F.Macbr.	Zingiberaceae	X		
<i>Ritydostylis carthaginensis</i> (Jacq) Kuntze	Cucurbitaceae	X		
<i>Ruta graveolens</i> L.	Rutaceae	X		
<i>Selaginella</i> spp	Selaginellaceae	X		
<i>Senna reticulate</i> (Willd) H.S.Irwin &Bar	Fab- Caesalpinoideae	X		
<i>Sida acuta</i> Buró.f	Malvaceae	X		X
<i>Simarouba amara</i> Aubl.	Simaroubaceae	X	X	

<i>Simira maxonii</i> (Standl.) Steyemerm.	Rubiaceae	X		X
<i>Siparuna pauciflora</i> (Beurl)A.DC	Siparunaceae	X		
<i>Smilax</i> spp	Smilacaceae	X		
<i>Socratea exorrhiza</i> (Mart.)H.Wendl.	Arecaceae		X	X
<i>Sphagneticola trilobata</i> (L.) H.Rob.& Cuatrec.	Asteraceae	X		
<i>Spondias mombin</i> L.	Anacardiaceae	X		X
<i>Stachytarpheta jamaicensis</i> (L.) Vahl.	Verbenaceae	X		
<i>Syngonium</i> spp	Araceae	X		
<i>Tabernaemontana alba</i> Mill.	Apocynaceae			X
<i>Terminalia catappa</i> L.	Combretaceae		X	
<i>Theobroma cacao</i> L.	Sterculiaceae	X		
<i>Triumfetta semitriloba</i> Jacq	Tiliaceae	X		X
<i>Uncaria tomentosa</i> (Willd.) DC.	Rubiaceae	X		X
<i>Urera baccifera</i> (L.) Gaudich.	Urticaceae	X		
<i>Viola koschnii</i> Warb.	Myristicaceae	X	X	
<i>Vitex cooperii</i> Standl.	Verbenaceae		X	
<i>Vochysia ferruginea</i> Mart.	Vochysiaceae		X	
<i>Witheringia solanacea</i> L.Her	Solanaceae	X		
<i>Zamia neurophyllidia</i> D.W Stev.	Zamiaceae	X		
<i>Zanthoxylum ekmanii</i> (Urb.) Alain	Rutaceae	X		
<i>Zygia longifolia</i> (Humb & Bonpl ex Willd)	Fab- Mimosoideae	X		X

El cuadro #1 presenta información de las diferentes especies de plantas útiles de la zona, en donde se han hecho tres grandes categorías de clasificación.

1- Medicinales: Se refiere a plantas utilizadas en cualquier aplicación medicinal, los malestares más comunes están relacionados a enfermedades de la piel, trastornos digestivos y de los riñones entre otras.

2- Industrial: Esta categoría incluye a plantas utilizadas en la construcción de viviendas, árboles maderables, para leña, construcción de botes y fuentes de hule.

3- Otros: Esta es la categoría mas grande por lo que hemos adjuntado otros cuadro con las especies mas sobresalientes. Acá se incluyen especies utilizadas como alimento, tóxicas, colorantes, envoltorios, fibras, repelente, para evitar la erosión, fuentes de agua, para hacer escobas, creencias popular. Ver cuadro # 2.

Cuadro #2 Lista de especies de la categoría “Otros” divididas en sub. Categorías.

OTROS (SECCIONES)	alimento	Tóxicos	Fibras	Creencias	Escobas	Agua
<i>Anacardium occidentale</i> L.	X					
<i>Annona reticulata</i> L.	X					
<i>Apeiba membranaceae</i> Spruce ex Benth			X			
<i>Aristolochia trilobata</i> L.		X				
<i>Artocarpus altilis</i> (Parkinson) Fosberg.	X					
<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lam.	X					
<i>Astrocaryum alatum</i> H.F.Loomis	X					
<i>Averroa carambola</i> L.	X					
<i>Averroha bilimbi</i> L.						
<i>Bactris</i> spp	X					
<i>Bambusa vulgaris</i> Schrad.ex J.C.Wendl.	X					
<i>Bixa orellana</i> L.	X					
<i>Brosimum alicastrum</i> Sw	X					
<i>Brugmansia suaveolens</i> (Humb & Bonpl ex) Will		X				
<i>Bursera simarouba</i> (L.) Sarg.						
<i>Byrsonima crassifolia</i> (L.) Kunth.	X					
<i>Calathea lutea</i> (Aubl.) Schult						
<i>Calyptrigymne ghibriestiana</i> (linden&H.wendl)H.W	X					
<i>Capsicum</i> sp	X			X		
<i>Carapa guianensis</i> Aubl.						
<i>Carica papaya</i> L.	X					
<i>Carludovica palmata</i> Ruiz & Pav.	X		X			
<i>Cassia grandis</i> L.f.	X					
<i>Ceiba pentandra</i> (L.) Gaertn.				X		
<i>Chrysophylla warcsewicsii</i> (H.Wendl) Burret.					X	
<i>Chrysobalanus icaco</i> L.	X					
<i>Citrus aurantifolia</i> (Christm.) Swingle.	X					
<i>Cocos nucifera</i> L.	X					X
<i>Costus laevis</i> Ruiz & Pav.	X					X
<i>Costus pulverulentus</i> C.Presl	X					X
<i>Costus woodsonii</i> Maas.	X					X
<i>Coumarouna oleifera</i> (Benth) Taub.	X					
<i>Crescentia alata</i> Kunth.	X					
<i>Dieffenbachia</i> spp		X				
<i>Doliocarpus major</i> J.F. Gmel.						X
<i>Eichhornia crassipes</i> (Mart.) Solms	X					
<i>Eryngium foetidum</i> L.	X					
<i>Ficus</i> spp				X		
<i>Garcinia madruno</i> Kunth) Hammel	X					

OTROS (SECCIONES)	alimento	Toxicos	Fibras	Creencias	Escobas	Agua
<i>Genipa americana</i> L.						
<i>Gliricidia sepium</i> (Jacq) Kunth ex Walpe	X					
<i>Hampea appendiculata</i> (Donn.Sm.) Standl.						
<i>Heliconia latispatha</i> Benth						
<i>Hibiscus pernambucensis</i> Arruda.			X			
<i>Hibiscus rosa-sinensis</i> L.			X			
<i>Hura crepitans</i> L.		X				
<i>Inga thibaudiana</i> DC.	X					
<i>Ipomea pres-caprae</i> (L.) R.Br.			X			
<i>Lacmellea panamensis</i>	X					
<i>Licania platypus</i> (Hemsl)Fritsch.	X					
<i>Lippia graveolens</i> Kunth.	X					
<i>Lonchocapus heptaphyllus</i> (Poir)DC		X				
<i>Malvaviscos arboreus</i> Cav.	X		X			
<i>Mangifera indica</i> L.	X					
<i>Manicaria saccifera</i> Gaertn						X
<i>Manihot esculenta</i> Crantz.	X					
<i>Musa acuminata</i> Kolla.	X					
<i>Myriocarpa longipes</i> Liebm.		X				
<i>Ochroma pyramidale</i> (Cav.ex.Lam)Urb			X			
<i>Ocimum basilicum</i> L.	X					
<i>Pachira aquatica</i> Aubl.	X					
<i>Pavonia paludicola</i> Nicolson.			X			
<i>Pentachletra macroloba</i> (Willd) Kuntze		X				
<i>Persea americana</i> Mill.	X					
<i>Phytolaca rivinoides</i> Kunth & Bouche	X					
<i>Pouteria</i> sp	X					
<i>Psidium guajava</i> L.	X					
<i>Sida acuta</i> Burm.f			X		X	
<i>Simira maxonii</i> (Standl.) Steyemerm.						
<i>Spondias mombin</i> L.	X					X
<i>Syngonium</i> sp			X			
<i>Tabernaemontana alba</i> Mill.		X				
<i>Terminalia catappa</i> L.	X					
<i>Theobroma cacao</i> L.	X					
<i>Triumfetta semitriloba</i> Jacq			X			
<i>Uncaria tomentosa</i> (Willd.) DC.						X

En el cuadro #2 se dividió la categoría de “Otros” indiferentes subcategorías, las cuales consideramos importantes y por lo tanto se deben mencionar. Ciertas especies no se escogieron debido a que no representan un número muy grande dentro de una categoría. Dentro de la categoría es importante observar como solo 3 especies representan aspectos trascendentales en la vida de los pobladores, ya que se le atribuyen creencias de índole

mágica o espiritual, por lo que las plantas no se deben tocar o se deben respetar de una manera diferente.

Por otro lado las plantas tóxicas, pueden también aparecer en el cuadro de medicinal, por lo que se debe entender que algunas plantas son toxicas en altas dosis o si se ingieren, mientras que en dosis pequeñas o aplicadas tópicamente pueden ser medicinales.

Las plantas utilizadas como escobas son solo 2, decidimos mencionarlas por la importancia que se les ha restado, pues hoy en día muy pocas personas las utilizan en la fabricación de las mismas.

Finalmente las demás especies útiles e incluidas en este cuadro representan un numero importante de plantas utilizadas tanto en la alimentación como en la obtención de fibras y agua cuando se esta en la montaña, practicas que poco a poco han ido desapareciendo del acervo cultural de Tortuguero.

En el siguiente cuadro # 3 se muestra la lista de especies con los usos, tales como se recopilaron de los informantes. Se debe entender que los usos aquí mencionados no representan dosis, ni recetarios para curar enfermedades, por lo que se recomienda siempre acudir a profesionales en el área y no automedicarse.

Cuadro #3 Lista de especies con los datos tales como se recolectaron de los informantes.

Lista # 1 Plantas útiles conocidas por el señor **José Manuel Beita Ramírez**, nacido en Guácimo, cantón Pococí, Provincia Limón el 18 de Marzo de 1948. Ha vivido en la zona de Tortuguero por más de 29 años y ejerce el oficio de cazador. (12 y 15 de julio y 31 de agosto del 2005)

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Vochysiaceae	Areno, Botarrama	<i>Vochysia ferruginea</i> Mart.	Maderable, postes
Urticaceae	Chichicaste	<i>Myriocarpa longipes</i> Liebm.	Se debe tener cuidado con la savia de la planta ya que si se mezcla con agua da picazón.
Areaceae	Guágara	<i>Chrysophylla warszewiczii</i> (H.Wendl) Burret.	Se utilizan las hojas para hacer escobas
Costaceae	Caña agria	<i>Costus pulverulentus</i> C.Presl	Se utiliza el tallo y la raíz para curar los riñones cuando hay dolores o infecciones, también la flor y el tallo son comestibles
Oxalidaceae	Carambola	<i>Averroa carambola</i> L.	Jugo se toma para curar la gastritis
Areaceae	Viscoyol	<i>Bactris</i> spp	La madera e utilizada para hacer arpones para pescar
Simaroubaceae	Aceituno	<i>Simarouba amara</i> Aubl.	Se toma n te para curar parásitos intestinales
Areaceae	Cola de gallo	<i>Calyptrogymne ghibriestiana</i> (linden&H.wendl)H.W	Se utilizan sus hojas para construcción de ranchos rústicos
Siparunaceae	Hoja de pasmo	<i>Siparuna pauciflora</i> (Beurl)A.DC	Te de hojas cura vientre hinchado de mujeres
Areaceae	maquenque	<i>Socratea exorryza</i> (Mart.)H.Wendl.	Madera muy resistente, y con un palmito comestible pero un poco amargo.
Areaceae	Palmito mantequilla	<i>Euterpe precatoria</i> Mart.	Palmito comestible, conocido en el área como “Palmito mantequilla”

Heliconiaceae	Platanilla	<i>Heliconia latispatha</i> Benth	Se utilizan las hojas para la construcción de ranchos
Verbenaceae	Manú plátano	<i>Vitex cooperii</i> Standl.	Madera muy utilizada para la construcción de casas y ranchos
Arecaceae	Palma real	<i>Manicaria saccifera</i> Gaertn	Las hojas son las mas utilizadas en la zona para la construcción de ranchos, deben cortarse tres días después de la luna llena para que duren mas tiempo
Bombacaceae	Ceibo	<i>Ceiba pentandra</i> (L.) Gaertn.	Muy usado para hacer botes, pero es mala suerte cortarlo.
Rubiaceae	Guatíl blanco	<i>Genipa americana</i> L.	El fruto es usado como tinte y la madera para hacer cabos de hachas
Clusiaceae	Jorco	<i>Garcinia madruno</i> Kunth) Hammel	Frutos comestibles y dulces
Arecaceae	Pejiballe	<i>Bactris</i> spp	Se utiliza la raíz, se mezcla con raíz de coco y se le da de tomar a las mujeres que tienen problemas de sangrado durante la menstruación.
Tiliaceae	Peine de mico	<i>Apeiba membranaceae</i> Spruce ex Benth.	Se usan los frutos para restregar la ropa cuando se lava.
Malvaceae	Majagua	<i>Hampea appendiculata</i> (Donn.Sm) Standl	Se usa la cáscara para hacer mecate trenzado.
Rubiaceae	Uña de tigre, rangallo	<i>Uncaria tomentosa</i> (Willd.) DC.	Muy buena contra el cáncer y los problemas en los riñones y reumatismo, además se toma el agua que contiene el bejuco.
Phytolacaceae	Calalú, jabocillo	<i>Phytolaca rivinoides</i> Kunth & Bouche	Utilizado para comer las hojas con huevo, muy bueno para dolor de estomago y espalda.
Euphorbiaceae	Javillo	<i>Hura crepitans</i> L.	la madera es buena pero es muy peligrosa por la leche del árbol que es muy toxica, quema la piel y causa ceguera.
Arecaceae	Pacaya	<i>Chamaedorea</i> spp	Se come el palmito que es bueno para limpiar la sangre
Maranthaceae	Bijagua	<i>Calathea lutea</i> (Aubl) Schult	Se usan las hojas para envolver diferentes alimentos

Moraceae	Ojoche	<i>Brosimum alicastrum</i> Sw	Las semillas se usan para hacer atole, este atole lo protege de muchas enfermedades.
Asteraceae	Gavilana	<i>Neurolaena lobata</i> (L.) R.Br.	Se toma en te para dolores de estomago, sabe muy amargo, además muy bueno para la sangre
Moraceae	Chilamate	<i>Ficus</i> spp	Se usan tres gotas de la leche en un vaso con agua para purgarse y proteger de parásitos.
Moraceae	Hule	<i>Castilla elastica</i> Sesse.	Se usa la leche para que la ropa y los sacos no se mojen
Solanaceae	Sulfatillo	<i>Witheringia solanacea</i> L'Her.	Se usa la raíz para tratar la diabetes.
Meliaceae	Caobilla	<i>Carapa guianensis</i> Aubl.	Maderable, muy buena madera

Lista # 2 Plantas útiles conocidas por el señor **Marcelino Siles Hernández**. Nacido en Nicaragua en la Cruz de Río Grande en el año de 1943. Vive en Tortuguero desde 1962 y ejerce el oficio de agricultor. (20 de julio del 2005)

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Asteraceae	Gavilana	<i>Neurolaena lobata</i> (L.) R.Br.	Se cocinan tres hojas y se toma para curar la fiebre, es muy amargo
Araceae	Mano de tigre	<i>Philodendron radiatum</i> Schott	La leche se utiliza para curar el papalomoyo, se pone directamente en la picadura
Cucurbitaceae	Tismaya	<i>Ritydostylis carthaginensis</i> (Jacq) Kuntze	Se usan las hojas y los frutos para desinflamar la mordida de culebra, se machacan y se aplican en el lugar donde fue mordida la persona para desinflamar.
Rubiaceae	Mazamorra	<i>Hamelia patens</i> Jacq	Se utilizan las hojas para curar el pie de atleta, las hojas se exprimen y se pone el agua que ellas sueltan.
Euphorbiaceae	-----	<i>Euphorbia heterophylla</i> L.	Es venenosa, pero se puede dar pequeñas tomas a los adultos para curar parásitos intestinales.
Euphorbiaceae	Javillo	<i>Hura crepitans</i> L.	El látex es tóxico, pero se utiliza para quemar mezquinos.
Fab- Mimosoideae	Dormilona	<i>Mimosa pudica</i> L.	Se saca la raíz, se asa al fuego, luego se mezcla con ceniza y agua para hacer un enjuague bucal, esto hace que los dientes cariados se caigan.
Solanaceae	Popa	<i>Physalis pubescens</i> L.	Se utilizan las semillas contra la mordedura de serpiente, se machacan y se aplican sobre la mordida.
Cucurbitaceae	Sorosí	<i>Momordicha charantia</i> L.	Se cocina un pedazo de la planta en agua y se toma para limpiar la sangre.
Solanaceae	Chile	<i>Capsicum sp</i>	Se come el fruto para desviar maleficios de las personas, el maleficio cae en los animales en vez de las personas.

Tiliaceae	Mozote	<i>Triumfetta semitriloba</i> Jacq.	Se corta la corteza y se pone en agua, se mezcla con un poco de azúcar y se toma para curar problemas del estomago.
Chrysobalanaceae	Icaco	<i>Chrysobalanus icaco</i> L.	Los frutos son comestibles, se comen con cáscara y con la parte de adentro de la semilla para detener diarreas.
Areaceae	Palma real	<i>Manicaria saccifera</i> Gaertn	Se usa en la construcción de ranchos
Rubiaceae	-----	<i>Psychotria uliginosa</i> Sw.	Se usa para desinflamar el vientre de las mujeres.

Lista # 3 Plantas útiles conocidas por el señor **Denis Bermúdez Venegas**. Nacido en San Juan Norte de Puriscal “ La Vibora ”. Vive en Tortuguero desde 1970 y ejerce el oficio de maderero. (29 de julio del 2005)

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Tiliaceae	Mozote	<i>Triumfetta semitriloba</i> Jacq	Se corta la corteza y se maja, después se deja remojar en agua y se toma para limpiar y refrescar el estomago.
Anacardiaceae	Mango	<i>Mangifera indica</i> L.	Se cocinan las hojas junto con las hojas de aguacate, después se lava la cabeza para ayudar al crecimiento del cabello .
Solanaceae	Sulfatillo	<i>Witheringia solanacea</i> L'Her.	Se usa para las infecciones, los frutos se comen para curar el dolor de cabeza, un fruto para el dolor de cabeza y dos frutos para el dolor de estomago
Piperaceae	Estrella	<i>Piper auritum</i> Kunth.	Se utiliza para calmar el dolor de muelas. Se corta un pedacito el tallo y se mastica para que deje de doler.
Malvaceae	Escobilla	<i>Sida acuta</i> Burm.f	Se utiliza mucho para hacer escobas y las hojas para lavar el cabello.
Rubiaceae	Jagua	<i>Genipa americana</i> L.	Se usan los frutos como tinte natural, y la madera para hacer cabos de hachas.
Malvaceae	Majagua	<i>Hampea apendiculata</i> (Donn.Sm) Standl.	Se corta la corteza y se trenza para hacer cuerda, es muy resistente., también se usa para extraer lo sucio del jugo de la caña
Bombacaceae	Balzo	<i>Ochroma pyramidale</i> (Cav.ex.Lam)Urb	Se utiliza el algodón de los frutos para hacer almohadas.
Myrtaceae	Guayaba	<i>Psidium guajava</i> L.	Se hierven los cogollos y se toman para detener la diarrea y curar el dolor de estomago.
Anacardiaceae	Jobo	<i>Spondias mombin</i> L.	Se comen los tallos de los árboles pequeñitos, el fruto es comestible y bueno para la gripe, si se come mucho da sueño.

Sapotaceae	Sapote	<i>Pouteria sp</i>	Se utiliza la semilla, se extrae un aceite de la semilla y se aplica una gota en cada fosa nasal para curar la sinusitis.
Fab- Mimosoideae	Gavilán	<i>Pentachletra maculosa</i> (Willd) Kuntze	Se utiliza el aserrín, que se obtiene de raspar la corteza, se pone entre las medias y después en botas con un poco de agua, para curar el pie de atleta.
Malvaceae	Quesito, amapola	<i>Malvabiscus arboreus</i> Cav.	Se hierven las flores y se les da de tomar a los niños para refrescarles el estomago.
Rutaceae	Limon dulce	<i>Citrus aurantifolia</i> (Christm.) Swingle	Se hace un fresco de la cáscara del fruto, muy bueno para el estomago y los riñones.
Costaceae	Caña agria	<i>Costus woodsonii</i> Maas.	Se usa para curar problemas de los riñones.
Araceae	Sahinillo	<i>Dieffenbachia spp</i>	Se usa la leche para matar el papalomoyo, es muy doloroso pero efectivo.
Arecaceae	Maquenque	<i>Socratea exorrhiza</i> (Mart.)H.Wendl.	Se utiliza para hacer lanzas y para construcciones.
Rubiaceae	Uña de gato	<i>Uncaria tomentosa</i> (Willd.) DC.	Se utiliza para curar el cáncer, además se puede tomar el agua cristalina que sale del bejuco.
Arecaceae	Suita	<i>Asterogyne martiana</i> H. Wendl	Se utiliza mucho para la construcción de ranchos.
Asteraceae	Gavilana	<i>Neurolaena lobata</i> (L.) R.Br.	Se toma un te de las hojas para curar el dolor de estomago.
Meliaceae	Caobilla	<i>Carapa guinensis</i> Aubl.	Se usa su madera en construcciones.
Rubiaceae	Yema de huevo	<i>Chimarrys parviflora</i> Standl.	Madera fina muy utilizada,
Myristicaceae	Fruta dorada	<i>Virola koschnii</i> Warb.	Solo se usa para formaleta, la madera no es muy buena.
Arecaceae	Palma real	<i>Manicaria saccifera</i> Gaertn	Sus hojas son muy utilizadas en la zona para hacer los techos de casas o ranchitos

Lista # 4 Plantas útiles conocidas por el señor **Henry Abraham Flores**, nacido en Blufields Nicaragua en el año 1961, actualmente vive en Tortuguero y trabaja como guía turístico. (10 de agosto del 2005)

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Malvaceae	Amapolilla, quesito	<i>Malvaviscos arboreus</i> Cav.	Se usa para dolores de estomago en los niños, se machacan 7 flores en agua, también se pueden bañar con el agua para curar alergias. Para los adultos es bueno cuando hay acidez en el estomago .
Fab- Caesalpinoideae	Serocontil	<i>Senna reticulata</i> (Willd) H.S.Irwin &Bar	Se cocinan 2 onzas de raíz para curar el dolor de vientre en las mujeres.
Fab- Papilionoideae	Madero negro, Blackwood	<i>Gliricidia sepium</i> (Jacq) Kunth ex Walpe	Se esparcen las hojas por la casa o cuartos para ahuyentar las pulgas.
Anacardiaceae	Marañon	<i>Anacardium occidentale</i> L.	Las hojas tiernas se hierven con la cáscara para detener las diarreas. Se usa la cáscara también para curar problemas de la garganta. El aceite de la semilla para quemar mezquinos.
Arecaceae	Coco, Coconut	<i>Cocos nucifera</i> L.	Se abre un pequeño hueco en el coco y se le pone kilo de azúcar, se sella y se entierra por 8 días, la miel que resulta cura el asma y la tos.
Sterculiaceae	Cacao, Cocoa	<i>Theobroma cacao</i> L.	La parte interna del fruto se muy buena para detener sangrados.
Apocynaceae	Leche de burra	<i>Lacmellea panamensis</i> (Woodson) Markgr.	La savia se toma, es dulce y buena para la anemia, el fruto es comestible.
Musaceae	Banano	<i>Musa acuminata</i> Kolla	Se corta un pedazo de tallo y se pone sobre las heridas para ayudar a sanar.

Zingiberaceae	Ginger heliconia	<i>Renealmia cernua</i> (Sw.) J.F.Macbr	Se estrujan las flores cerca de la nariz de una persona desmayada para que reaccione.
Fab- Caesalpinoideae	Carao	<i>Cassia grandis</i> L.f.	Se toma la leche de carao para tratar la anemia.
Euphorbiaceae	Frailecillo	<i>Jatropha gossypifolia</i> L.	Se cocinan las hojas y se toman, después se aplican algunas hojas en el pecho para tratar problemas del corazón.
Poaceae	Bambu	<i>Bambusa vulgaris</i> Schrad.ex J.C.Wendl.	Se comen los brotes nuevos, se cortan y cocinan varias veces para que no sepan tan amargos.

Lista # 5 Plantas útiles conocidas por el señor **Juan Torres Torres**, nacido en 1949 en San Juan del Norte Nicaragua y vive en Tortuguero desde 1949, trabaja como guía turístico independiente. (29 de agosto del 2005)

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Fab- Mimosoideae	Gavilán	<i>Pentaclethra macroleba</i> (Willd) Kuntze	Se utilizaba el aserrín del árbol y se tiraba a los ríos para cegar a los peces y después atraparlos fácilmente
Araceae	Picamano	<i>Syngonium</i> spp	Se usa el bejuco para amarrar la muñeca después que se ha abierto esto ayuda a mantenerla cerrada.
Rubiaceae	Rangallo, uña de gato	<i>Uncaria tomentosa</i> (Willd.) DC.	El agua que contiene el bejuco se puede tomar.
Cyclanthaceae	Estococa	<i>Carludovica palmata</i> Ruiz & Pav.	Se usan las hojas para hacer techos.
Arecaceae	Cola de gallo	<i>Calyptrigymne ghibriestiana</i> (linden&H.wendl)H.W	Se usan las hojas en la construcción de techos
Costaceae	Caña agria	<i>Costus laevis</i> Ruiz & Pav.	Se utiliza para curar los riñones, se corta un pedazo de caña se machaca y luego se cocina, después se toma, también se puede comer el tallo sin cocinar.
Arecaceae	Caña de danto	<i>Geonoma congesta</i> H.Wendl.	Posee una madera muy resistente que se usa para hacer lanzas.
Meliaceae	Caobilla	<i>Carapa guianensis</i> Aubl.	Madera muy fácil de trabajar y muy linda.
Arecaceae	Viscoyol	<i>Bactris</i> spp	Se usa su madera para hacer lanzas.
Rubiaceae	Guaitl colorado	<i>Simira maxonii</i> (Standl.) Steyererm.	Se usa sus frutos como tinte colorado, las hojas se ponen en las botas para curar la picazón en los pies.
Arecaceae	Coquito	<i>Astrocaryum alatum</i> H.F.Loomis	Se comen sus frutos, se deben pelar bien.
Cecropiaceae	Guarumo	<i>Cecropia obtusifolia</i> Bertol	Se usan las hojas en te para quemar grasa y adelgazar.

Rutaceae	Lagartillo	<i>Zanthoxylum ekmanii</i> (Urb.) Alain	Se corta la cáscara del árbol, se hierve y luego se enjuaga la boca para curar un dolor de muela, este remedio hace que las muelas cariadas se caigan.
Bombacaceae	Ceiba	<i>Ceiba pentandra</i> (L.) Gaertn.	Cortar el árbol es de mala suerte, si se corta en un viernes santo se puede escuchar el llanto del árbol, y los botes hechos de esta madera corren mucho más rápido en la noche.
Fab- Papilionoideae	Almendro	<i>Coumarouna oleifera</i> (Benth) Taub.	Los frutos son apetecidos por los animales. Se puede hacer una bebida afrodisíaca con estos frutos.
Piperaceae	Santa maria	<i>Piper auritum</i> Kunth.	Se mastica la raíz para tratar dolores de muela

Lista #6 . Plantas útiles conocidas por la señora **Irma Filipa García Espinosa**.. Nacida en Buena Vista de Guatuso en 1946, tiene 28 años de vivir en laguna el seis ubicada en Caño Palma Tortuguero. Se dedica a cuidar su finca y vender coco. (7 de setiembre del 2005)

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Zamiaceae bajar la hinchazón contra la	Zamia, palmerita	<i>Zamia neurophyllidia</i> D.W.Stev	Se hierva la raíz de la planta para ayudar a en golpes o torceduras, también se puede usar mordedura de culebras.
	Sábila	<i>Aloe vera</i> L.	Se corta la hoja y se extrae la carnita de adentro, se pone en agua y se deja reposar, después se toma para curar problemas de los riñones, se puede aplicar en heridas y quemaduras también.
Apiaceae	Culantro coyote	<i>Eryngium foetidum</i> L.	Se cocina la raíz después de haberla machacado y se le da de tomar a los niños que padecen de gas, no se debe comer por las mujeres embarazadas. Para prevenir la anemia
Verbenaceae	Juanilama	<i>Lippia alba</i> (Mill) N.E.Br.ex.Bri	Se usa para la diabetes, contra el dolor de estomago, para dormir bien, se toma un te de las hojas con miel, no azúcar cuando hay gases. También se hace un baño con juanilama, limón (<i>Citrus sinensis</i>) y Guayaba (<i>Psidium guajava</i>) cuando una persona esta muy cansada.
Caricaceae	Papaya	<i>Carica papaya</i> L.	Se cocina una hoja verde y se toma cuando hay dolor de hígado o agrura, es un te muy amargo.
Rutaceae	Ruda	<i>Ruta graveolens</i>	Se pone un rollito de hojas en el oído en forma de tapón para el dolor de oído.
Myrtaceae	Guayaba	<i>Psidium guajava</i> L.	Se cocinan 5 cogollos y la mitad de un fruto verde, se toma sin azúcar para sacar las amebas y parásitos.
Costaceae	Caña agria	<i>Costus woodsonii</i> Maas.	Es muy bueno para el dolor de riñones, se corta la caña se maja y se hierva junto con pelo de maíz (<i>Zea mays</i>)

Polypodiaceae	Pluma de cuyeo	<i>Niphidium nidulare</i> (Rosenst) Lellinger	Se usa contra problemas menstruales, se lava muy bien toda la planta y se cocina con todo y raíz, es también buen para los dolores en la espalda después de la menstruación.
Lauraceae	Aguacate	<i>Persea americana</i> Mill.	Las semillas se cortan en pequeños pedazos y se majan en aceite de oliva, después se aplica en el pelo para evitar su caída.
Arecaceae	Coco	<i>Cocos nucifera</i> L.	Se hierve la cáscara en agua y se le agrega un poco de leche y se toma para curar la anemia.
Euphorbiaceae	Frailecillo	<i>Jatropha gossypifolia</i> L.	Se corta una cuarta de una rama, se maja bien y se hierve, se toma el te para tratar diarrea en niños y diabetes en personas mayores.
Cecropiaceae	Guarumo	<i>Cecropia obtusifolia</i> Bertol	Se cortan los cogollos y se hace un te para tratar el asma, además es bueno para los riñones.
Piperaceae	Santa María	<i>Piper auritum</i> Kunth.	Se cocinan seis cogollos y luego se lava el pecho para curar el asma, además se pueden poner las hojas calentadas sobre golpes y torceduras.
Fab- Caesalpinoideae	Saragundí	<i>Senna reticulata</i> (Willd) H.S.Irwin &Bar	Se corta un pedacito ramita del tamaño de una cuarta y se maja y se h hierve con un poquito de sal y se toma para purgarse.
Solanaceae	Sulfatillo	<i>Whiteringia solanacea</i> L'Her.	Se cocinan las hojas para tratar la calentura, se puede bañar a la persona cuando hay dolor de cabeza
Anacardiaceae	Mango	<i>Mangifera indica</i> L.	Se debe comer mango cuando hay problemas de los pulmones o úlceras, también se puede cortar la cáscara, majarla y hervirla para usar como cataplasma en golpes.
Verbenaceae	Cuasquite	<i>Lantana trifolia</i> L.	Se cocina la raíz con manzanilla y se le da a las mujeres que dio a luz para expulsar la placenta, se tiene que tener cuidado con esta planta ya que es toxica.

Polygalaceae

Canchalagua

Polygala paniculata L.

Se hierve la raíz y se huele para curar el asma

Areaceae

Palma real

Manicaria saccifera Gaertn

Se usan las hojas, se ponen como techo para las casas y ranchos, se debe saber el tiempo de corta

Lista # 7. Plantas útiles conocidas por el señor **Denis Leiva Ramírez**. Nacido en Chontales Nicaragua en el año de 1961. Hijo del curandero de la comunidad del Ceibo de Cariari, vive en Tortuguero desde hace 28 años y se dedica a cuidar una finca. No utiliza medicina convencional. (13 de setiembre del 2005).

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Piperaceae	Santa Maria	<i>Piper auritum</i> Kunth.	Se hierve con manzanilla, romero y guarumo para sacar agua del cuerpo de una persona, no se debe tomar sino mas bien hacer baños de vapor.
Piperaceae	Cordoncillo	<i>Piper aduncum</i> L.	Se mezcla con Santa Maria (<i>Piper auritum</i>) para hacer baños de vapor y tratar la gripe.
Malvaceae	Amapola	<i>Hibiscus rosa-sinensis</i> L.	Se hace fresco de las flores y los cogollos y se toma cuando hay dolor de estomago.
Anacardiaceae	Marañón	<i>Anacardium occidentale</i> L.	Se saca el jugo de la semilla verde y se pone sobre el papalomoyo para matarlo, es un remedio muy doloroso.
Ulmaceae poco	Cola de Iguana	<i>Celtis iguanaea</i> (Jacq) Sarg.	Se hace fresco de la cáscara y las hojas, se cocina con un de miel de abeja y se toma para problemas de los riñones.
Urticaceae	Chichicaste blanco.	<i>Urera baccifera</i> (L.) Gaudich.	Se usa la raíz de la planta, se lava y se maja, se hierve y se le miel de abeja esto se hace para desinflamar y disolver las riñones.
Solanaceae	Sulfatillo	<i>Whiteringia solanacea</i> L'Her.	Se hierven 9 hojas en un litro de agua para tratar el paludismo y los resfrios, el fruto es purgante.
Polypodiaceae	Palmita, pluma de cuyeo	<i>Niphidium nidulare</i> (Rosenst) Lellinger.	Se lavan 3 hojas muy bien y se cocinan para hacer un te que es muy bueno para el estomago.
Araceae	Mano de tigre	<i>Philodendron radiatum</i> Schott	La leche se usa para matar el papalomoyo.

Rutaceae	Lagartillo	<i>Zanthoxylum ekmanii</i> (Urb.) Alain	Para sacar las muelas se hierva la cáscara junto con la cáscara de caobilla (<i>Carapa guianensis</i>) se enjuaga la boca con esto y se aflojan las muelas que están malas.
Rubiaceae	Raicilla	<i>Psychotria ipecacuanha</i> (Brot)Stokes.	Se toma contra la fiebre interna.
Selaginellaceae	-----	<i>Selaginella</i> spp	Se tuesta toda la planta en el comal y se maja con manteca de gallina, la pasta que se obtiene se pone sobre ronchas o alergias y carates.

Lista #8 Plantas útiles conocidas por el señor **Tomas Martínez Martínez**. Nacido en la comunidad de Parismina, Limón, en el año de 1948. Toda su vida ha vivido en Tortuguero. Actualmente se dedica a trabajar en lo propio. Solamente utiliza plantas para curarse. (21 de setiembre del 2005)

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Rutaceae	Naranja agria	<i>Citrus aurantifolia</i> (Christm.) Swingle.	Se cocinan las hojas y con el agua se lava la cabeza para curar el dolor.
Bignoniaceae	Jícara	<i>Crescentia alata</i> Kunth.	Se utiliza la pulpa del fruto para detener el sangrado en heridas y cortadas, nada mas se aplica la pulpa sobre la herida.
Myrtaceae	Guayaba	<i>Psidium guajava</i> L.	Se usa la cáscara del árbol, cocinada y se toma para curar las diarreas.
Anacardiaceae	Jobo	<i>Spondias mombin</i> L.	Sus frutos son comestibles, pero si se comen mucho pueden causar diarreas y fiebres.
Anacardiaceae	Marañón	<i>Anacardium occidentale</i> L.	La lechilla que hecha la semilla se puede poner sobre el papalomoyo para matarlo.
Caricaceae	Papaya	<i>Carica papaya</i> L.	Se usa la leche de las hojas o del fruto verde para matar el papalomoyo.
Verbenaceae	Juanilama	<i>Lippia alba</i> (Mill) N.E.Br.ex.Bri	Se hace un te de las hojas y se toma para curar la calentura, el dolor de cabeza y el dolor de estomago.
Apocynaceae	Cachitor	<i>Tabernaemontana alba</i> Mill.	Se puede usar la leche del árbol para detener el sangrado sin embargo arde un poco.
Malvaceae	Amapola	<i>Hibiscus rosa-sinensis</i> L.	Se machacan las hojas en agua y la baba que se obtiene se hecha en el pelo, también se puede tomar para problemas en el hígado

Annonaceae	Guanábana, Sour sap	<i>Annona reticulata</i> L.	Se cocinan las hojas y se toman para males en el estomago, las semillas se tuestan, se muelen y se echan en agua, se lava el pelo para matar piojos..
Lamiaceae		<i>Hyptis veicillata</i> Jacq.	Se cocina y se toma para bajar la presión.
Poaceae	Caña castilla	<i>Gynerium sagittatum</i> (Aubl.)P.Beauv.	Se utiliza para la construcción de casas o muebles.
Fab- Mimosoideae	Gavilán	<i>Pentaclethra maculosa</i> (Willd) Kuntze	El aserrín se utilizaba para matar pescados, la corteza raspada se puede aplicar en los pies para matar hongos.
Fab- Mimosoideae	Sotacaballo	<i>Zygia longifolia</i> (Humb & Bonpl ex Willd)	Las raíces amarran la tierra, además se puede dar de tomar un pedazo de raíz de una cuarta de tamaño cortada hacia el naciente del sol, se cocina y se da de tomar para hacer que una mujer aborte.
Bombacaceae	Poponjoche	<i>Pachira aquatica</i> Aubl.	Las semillas de los frutos se pueden comer si se cocinan.
Moraceae	Fruta de pan	<i>Artocarpus altilis</i> (Parkinson) Fosberg.	Se usa la leche para curarse los aires en la espalda, se pone la leche como un parche en la espalda y el aire sale.
Moraceae	Jack fruit, mazapán	<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lam.	La fruta se come, cocinada o cruda, la leche se usa para matar hongos, se mezcla en agua y después se pone la parte con hongos dentro del agua.
Oxalidaceae	Mimbro	<i>Averrhoa bilimbi</i> L.	Se usa el fruto que es comestible, se extrae el jugo y se pone en una batea, después se sumergen camisas machadas y se dejan al sol con el jugo del fruto para sacar las manchas; además el fruto se usa para hacer chileros
Arecaceae	Coco	<i>Cocos nucifera</i> L.	Se cocina la estopa con leche o agua y se da de tomar para curar problemas del estomago y la anemia
Fab- Papilionoideae	Madero negro	<i>Gliricidia sepium</i> (Jacq) Kunth ex Walpe	Las hojas se machacan en un poco de agua, después esa agua se usa para bañarse y curar alergias y picazones.
Lauraceae	Aguacate	<i>Persea americana</i> Mill.	Se usa el aceite de la semilla para tupir el pelo.
Burseraceae	Indio desnudo, Jiñocuabe	<i>Bursera simaruba</i> (L.) Sarg.	Se hierva la cáscara del palo y se toma para sacar aires.

Bixaceae	Achiote	<i>Bixa orellana</i> L.	Se usa como un tinte, los cogollos se hierven y se toma en ayunas para curar problemas de los riñones.
Fab- Papilionoideae	Sangrillo	<i>Pterocarpus officinalis</i> Jacq.	La leche roja que brota del árbol se usa para cicatrizar las heridas.
Rubiaceae	Noni	<i>Morinda citrifolia</i> L.	Se hace un jugo de los frutos para curar diversas enfermedades y también para adelgazar.
Sterculiaceae	Cacao	<i>Theobroma cacao</i> L.	Se puede hacer un fresco de la semilla, se mezcla con maíz, se usa la pulpa para cortar el sangrado.
Arecaceae	Pejibaye	<i>Bactris</i> spp	Se usa la madera para hacer arpones para pescar.
Arecaceae	Yolilla	<i>Raphia taedigera</i> Mart.	De las hojas se sacan fibras para hacer mecate.
Amaryllidaceae	Cebolla de costa	<i>Hymenocallis littoralis</i> (Jacq) Salisb.	Se saca la cebolla de la arena, se corta y se pone sobre diviosos, eso los madura y los revienta.
Convolvulaceae	Bejuco costeño	<i>Ipomea pres-caprae</i> (L.) R.Br.	Se usa toda la planta, se cocina y se baña la parte hinchada para deshinchar, el bejuco es muy fuerte y se puede usar como cuerda.
Asteraceae	Gavilana	<i>Neurolaena lobata</i> (L.) R.Br.	Se cocinan las hojas y se toman para bajar el azúcar en la sangre.
Fab- Mimosoideae	Dormilona	<i>Mimosa pudica</i> L.	Se saca la raíz y se cocina, luego se enjuaga la boca para calmar el dolor de muela. También se ponen ramitas debajo de la almohada para dormir bien.
Phytolacaceae	Calalú	<i>Phytolaca rivinoides</i> Kunth & Bouche	Se comen las hojas con huevo, también se puede usar el jugo de las hojas para tartar hongos.
Lamiaceae	Albahaca	<i>Ocimum basilicum</i> L.	Se hace un te y se le da los niños que tienen dolor de estomago.

Verbenaceae	Orégano	<i>Lippia graveolens</i> Kunth.	Es muy bueno para la tos, se cocinan unas hojas en agua y se toma tibio.
Solanaceae	Reina de la noche	<i>Brugmansia suaveolens</i> (Humb & Bonpl ex) Will	Es una planta peligrosa, no debe acostarse debajo de ella, nadie la usa en la zona porque es muy peligrosa.
Apocynaceae	Leche de vaca	<i>Lacmellea panamensis</i> (Woodson) Markgr.	Se toma la leche para la anemia el fruto es comestible y muy dulce.
Rutaceae	Lagartillo	<i>Zanthoxylum ekmanii</i> (Urb.) Alain	Muy bueno enjuagarse con el agua de la cáscara pero se le pueden caer las demás muelas que tenga malas.
Chrysobalanaceae	Sonsapote, cabeza de mono	<i>Licania platypus</i> (Hemsl)Fritsch.	Se comen los frutos, se pueden comer cuando hay diarrea, esto ayuda a detenerla.
Fab- Caesalpinoideae	Christmas blossom tree, Pissabed, Saragundí	<i>Senna reticulata</i> (Willd) H.S.Irwin &Bar	Las hojas se cocinan con venas y se toman para purgarse, se usa para combatir hongos.
Onagraceae	Swamp root, clavillo	<i>Ludwigia octovalvis</i> (Jacq) P.H.Raven	Las raíces se cocinan y se toma para los riñones.
Arecaceae	Palma real	<i>Manicaria saccifera</i> Gaertn	Las hojas se usan para hacer techos, mucha gente ya no quiere usar esta palma en el pueblo de tortuguero.

Lista de plantas #9 . Plantas útiles conocidas por el señor **Bill Zambola Martínez.** Nacido en Orinoco de Bluefields, Nicaragua en el año de 1933. Hace 44 años vive en Tortuguero. Se dedico a la cacería y actualmente trabaja con turismo.

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Fab- Caesalpinoideae	Christmas blossom tree, Saragundí	<i>Senna reticulata</i> (Willd) H.S.Irwin &Bar	Se usa para curar alergias y como un purgante, la hoja se hierve como un purgante leve y la raíz se usa para un purgante muy fuerte.
Annonaceae	Guanábana, Sour sap	<i>Annona reticulata</i> L.	Se hace un te de las hojas y se le da a los bebes que tienen lombrices, así se matan las lombrices.
Anacardiaceae	Mango	<i>Mangifera indica</i> L.	Se hierve un puño de hojas y se toma para detener las diarreas.
Solanaceae	Reina de la noche	<i>Brugmansia suaveolens</i> (Humb & Bonpl ex)	Es muy buena para los golpes, se hierven tres hojas en una taza de agua y se le agrega un trago de Johnny Walker, se frota y alivia los dolores.
Cucurbitaceae	Sorosí	<i>Momordica charantia</i> L.	Se colecta y se seca, después se cocina y se toma para limpiar la sangre.
Convolvulaceae	Bejuco de costa	<i>Ipomea pres-caprae</i> (L.) R.Br.	Se maja la hoja y después se usa como parche en heridas, esto ayuda a parar la sangre.
Musaceae	Banano	<i>Musa acuminata</i> Kolla	Se saca la sepa y se corta muy cerca de la raíz, se saca la parte blanca o corazón, esto se pone sobre heridas y detiene el sangrado.
Fab- Papilionoideae	Strongback, Riñón.	<i>Desmodium adscendens</i> (Sw.) DC	Se toma en te para problemas de los riñones.
Euphorbiaceae	Yuca	<i>Manihot esculenta</i> Crantz.	Se raya un pedazo de la yuca y se hace una bolita que en la muela, esto se hace cuando hay pus para ayudar que salga.

Fab- Mimosoideae	Dormilona	<i>Mimosa pudica</i> L.	Es muy buena para el dolor de muelas, se hierve la raíz con un poco de sal y se enjuaga la boca.
Verbenaceae	Vervine	<i>Stachytarpheta jamaicensis</i> (L.) Vahl.	Se da de tomar a los bebés cuando tienen problemas de lombrices o dolor de estómago.
Malpighiaceae	Nancite	<i>Byrsonima crassifolia</i> (L.) Kunth.	Si hay uñicos se raspa la cáscara del árbol y se pone en los dedos, se hace durante ocho días para curarlo.
Scrophulariaceae	-----	<i>Mimulus glabratus</i> Kunth	Se usa contra los mareos, se hierve y se toma, también se usa contra la debilidad.
Asteraceae	Cuacú	<i>Mikania micrantha</i> Kunth	Se toma para dolores de estómago, también es muy bueno para sanar las heridas.
Moraceae	Fruta de pan	<i>Artocarpus altilis</i> (Parkinson) Fosberg.	Se usa la leche, se pone sobre un pedazo de tela y esto se pone sobre la parte del cuerpo que tiene aire, de esta forma se saca.
Anacardiaceae	Marañón	<i>Anacardium occidentale</i> L.	Se hierven las hojas tiernas y se toman cuando hay diarrea.
Fab- Papilionoideae	Dog good	<i>Lonchocarpus heptaphyllus</i> (Poir)DC	Se restriega en agua y se bañan perros o personas para curar la sarna
Asteraceae	Jackass bitters, Gavilana	<i>Neurolaena lobata</i> (L.) R.Br.	Se usa para tratar la calentura y abrir el apetito.
Pontederiaceae	Choreja	<i>Eichhornia crassipes</i> (Mart.) Solms	Las hojas tiernas se comen por manatíes (<i>Trichechus manacus</i>) y también se pueden comer por el hombre.
Fab- Mimosoideae	Guaba	<i>Inga thibaudiana</i> DC.	Se usa para hacer carbón, además se puede comer.
Fab- Mimosoideae	Five o'clock, Gavilán	<i>Pentaclethra maculosa</i> (Willd) Kuntze	Se llama Five o'clock porque sus hojas se cierran a las 5 de la tarde, su madera es muy resistente.
Combretaceae	Almendro de playa	<i>Terminalia catappa</i> L.	Su madera se usa para carbón, y arde muy rápido incluso verde.

Areaceae	Coco	<i>Cocos nucifera</i> L.	Se cocina la estopa del coco y se toma para la anemia, el aceite se usa para cuidar el pelo.
Anacardiaceae	Jobo	<i>Spondias mombin</i> L.	Los frutos son comida para animales y el hombre, pero no se debe comer mucho porque causa enfermedad.
Malvaceae	Burío	<i>Hampea appendiculata</i> (Donn.Sm) Standl	Se usa la cáscara del palo para hacer mecate.
Dilleniaceae		<i>Doliocarpus major</i> J.F. Gmel.	De sus tallos se toma agua
Dilleniaceae		<i>Davilla nitida</i> (Vahl.) Kubitzki.	Sus hojas se usan para raspar la madera (lija).
Cecropiaceae	Guarumo	<i>Cecropia obtusifolia</i> Bertol	Las hojas se pueden fumar, se seca y se muele, se puede mezclar con un poco de tabaco.
Simaroubaceae	Aceituno	<i>Simarouba amara</i> Aubl.	Las frutas se pueden comer y se toma un cocimiento de la cáscara para dolores de estomago.
Malvaceae	Majagua	<i>Hibiscus pernambucensis</i> Arruda.	Se usa para hacer mecate.
Malvaceae	Lama (Miskito)	<i>Pavonia paludicola</i> Nicolson.	Se maja la hoja con un poco de agua, con el jugo que se obtiene se lava la piel para quitar las manchas.
Araceae	Tie tied belly full, Ircu	<i>Philodendron radiatum</i> Schott	Se usa para curar heridas, es doloroso, se pone aceite de coco sobre la hoja y se calienta, se pone alrededor de la herida y se revisa cada 12 horas, el bejuco (raíz) se amarra cuando hay mucho dolor alrededor de las articulaciones.
Moraceae	Chilamate	<i>Ficus</i> spp	Nunca se ve la flor, si uno va en semana santa y tiene valor se pone una sabana blanca debajo del palo, la flor cae en la sabana y si uno tiene valor la toma y muchos secretos se revelan.
Fab- Papilionoideae	Madero negro	<i>Gliricidia sepium</i> (Jacq) Kunth ex Walpe	Se puede bañar a los perros con el agua de las hojas para matar las pulgas.

Aristolochiaceae	Contribo	<i>Aristolochia trilobata</i> L.	Es una planta muy buena para las personas intoxicadas, se puede usar contra el piquete de culebra, porque es el padre el hijo y el espíritu santo .se debe mezclar con otra planta y se deben cocinar juntas y después tomar.
Fab- Papilionoideae	Almendro	<i>Coumarouna oleifera</i> (Benth) Taub.	Es una de las mas lindas maderas, las frutas son alimento para muchos animales, cuando la concha se seca y se abre la semilla se cocina y cuando esta suave se muele y se mezcla con agua y se hace una bebida muy deliciosa. La concha se usa para hacer fogatas. El aceite se puede usar para limpiar el cuerpo, la raíz se raspa y se hace una bolita que se pone entre la muela que esta mala y duele, después de 8 días la muela se cae.
Areaceae	Palma real	<i>Manicaria saccifera</i> Gaertn	Se pueden hacer gorros, os frutos tiernos tiene agua que se puede tomar y se pueden comer. Las hojas se usan para hacer techos y los troncos viejos son buenas basas para casas.

Lista de plantas # 10. Plantas utilizadas por **Miss Earl Junnie Martínez**. Nacida en Bluefields Nicaragua en el año 1938. tiene 60 años de vivir en la zona de Tortuguero y su familia es originaria de la isla de San Andrés en Colombia. Actualmente tiene un restaurante en el pueblo de Tortuguero.

Familia	Nombre Común	Nombre científico	Usos
Poaceae	Fever grass	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC)Stapf	Se hierve unas hojas y se toman para curar el resfrío fuerte, ya que lo hace sudar.
Cucurbitaceae	Sorosí	<i>Momordica charantia</i> L.	Se toma para tratar infecciones, por lo amargo se toma para que no lo piquen los zancudos y para cuando hay azúcar en la sangre.
Lamiaceae	Albahaca	<i>Ocimum basilicum</i> L	Se hace un te con unas hojitas para los cólicos de los bebes, además cuando hay malestar en el estomago.
Smilacaceae	Cuculmeca	<i>Smilax</i> spp	Se usa la raíz del bejuco se pica y se hierve, el agua rosada se toma para la anemia.
Anacardiaceae	Mango	<i>Mangifera indica</i> L.	Se usa un puñito de hojas y se hierven para curar infecciones.
Myrtaceae	Guayaba	<i>Psidium guajava</i> L.	Las hojas se hierven y se toman cuando hay azúcar en la sangre.
Moraceae	Fruta de pan	<i>Artocarpus altilis</i> (Parkinson) Fosberg.	Las hojas se hierven y se toma en te para la presión alta. Siempre hay que hervir el agua primero y depuse poner las hojas. También se usa la leche para sacar aires, se pone en una tela y se aplica como n parche.

Apiaceae	Culantro coyote	<i>Eryngium foetidum</i> L.	Se toma en te para la anemia, también es bueno para cocinar.
Passifloraceae	Kidney bush	<i>Passiflora biflora</i> . Lam.	Se toma en te para curar problemas de los riñones, se le puede dar la hoja lavada de tomar a los niños que orinan la cama.
Annonaceae	Guanábana, Sour sap	<i>Annona reticulata</i> L.	Las hojas se dan de tomar a los niños cuando hay bichos.
Fab- Papilionoideae	Madero negro	<i>Gliricidia sepium</i> (Jacq) Kunth ex Walpe	Las hojas se restriegan en agua, se exprimen y se saca el agua verde, se baña a los bebes y se deja secar al aire libre para hacer que las alergias se sequen.
Phytolacaceae	Calalú	<i>Phytolaca rivinoides</i> Kunth & Bouche	las hojas se hierven y se comen.
Areaceae	Coconut, coco	<i>Cocos nucifera</i> L.	Se ralla el coco, se le echa agua, se exprime, se cuele y se deja reposar, al otro día se quita toda la nata y se fríe, cuando queda solo el aceite, se pone en una botella y se le pone limón y miel de palo, se bate y se toman dos cucharadas en la mañana y en la tarde, eso se hace para curar la tos y la pulmonía, se le pone alcanfor para frotar la espalda y para curar heridas.. La estopa se pone a hervir y se toma e agua para la presión y la anemia.
Asteraceae	Marygold	<i>Sphagneticola trilobata</i> (L.) H.Rob.& Cuatrec.	Se restriegan unas hojitas y se da de tomar el jugo a los niños que tiene tos.
	Sábila	<i>Aloe vera</i> L.	Es muy bueno para la gastritis, las úlceras, se saca la gelatina, se licua y se toma en las mañanas, también se usa contra cáncer.

Rubiaceae

Noni

Morinda citrifolia L.

Es un arbolito que llego hace no mucho a la zona. La fruta se pone a madurar, se lava, se le quita la cáscara, se le quita la semilla, se licua y se pone en una botella, después se puede tomar, es muy bueno para las gripes, el cáncer, los riñones y muchos padecimientos. Las hojas se cocinan en te y se toman para tratar problemas de los riñones, sabe muy fuerte, además se puede usar para curar llagas.