

COHOMBRO

OLOR DE AÑÑO

GENERALIDADES

Nombre científico: *Sicana odorifera*
Familia: Cucurbitaceae

Existen dos variedades de cohombro, el rojo y el morado.

En la Región de Occidente predomina la variedad de cohombro rojo

FLOR



HOJAS



CRECIMIENTO

ZARCILLOS



EL CICLO DEL COHOMBRO



Prácticas culturales relacionadas con la conservación, reproducción y usos que se da al Cohombro (*Sicana odorifera*) en diferentes comunidades de la región de occidente, Costa Rica, 2019 - 2020.

Contacto de investigadoras:
elida.vargas@ucr.ac.cr - angerline.marin@ucr.ac.cr



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

SEDE DE
OCCIDENTE



RG

Recinto de
Grecia



CIDICER
Centro de Investigaciones
sobre Diversidad Cultural
y Estudios Regionales

COHOMBRO

OLOR DE AÑÑO

PRÁCTICAS CULTURALES

¿Cómo se aprovecha?

Verde: ensaladas, guisos, sopas.

Maduro: miel, aromatizante natural, cajetas, chicha, como fruta fresca, jugo, helados, conservas, pan batido o queques, decoración.

PEDÚNCULO

Indicador del estado de maduración de la fruta.

VALORES NUTRICIONALES

Vitamina
C

Hierro
Fe

Calcio
Ca

HERENCIA CULTURAL

Las prácticas culturales se heredan entre generaciones de familias que consumen o cultivan cohombro (se identifican hasta cuatro generaciones en una misma familia)

En Costa Rica aún no se han realizado estudios sobre su valor nutricional, pero en otros países de Latinoamérica sí.

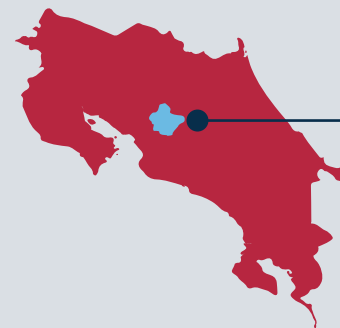
El conocimiento sobre esta fruta se está perdiendo y las nuevas generaciones no la conocen

DISTRIBUCIÓN DE LA ESPECIE

NATIVA DE BRASIL



TRÓPICOS DE AMÉRICA



REGIÓN DE OCCIDENTE

REGIÓN DE OCCIDENTE

Zarcero
Tapezco

Naranjo
Candelaria

San Ramón
Piedades Sur

Poás
San Pedro,
San Rafael

Palmares
Palmares

Grecia
Grecia, Bolívar,
Tacares, San José

Atenas
Mercedes, Atenas,
San Isidro

ALTITUD

1251 msnm
San Pedro
Poás

804 msnm
Tacares
Grecia

SEMILLAS



VARIEDAD ROJO VARIEDAD MORADO

Un agradecimiento especial a las personas que aportaron su conocimiento para heredarlo a las nuevas generaciones.

Prácticas culturales relacionadas con la conservación, reproducción y usos que se da al Cohombro (*Sicana odorifera*) en diferentes comunidades de la región de occidente, Costa Rica, 2019 - 2020.

Contacto de investigadoras:
elida.vargas@ucr.ac.cr - angerline.marin@ucr.ac.cr



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

SEDE DE
OCCIDENTE



RG

Recinto de
Grecia



CIDICER
Centro de Investigaciones
sobre Diversidad Cultural
y Estudios Regionales