



Kal päpälí wa

**Guía de plantas
medicinales de China Kichá**
Sondeo participativo de especies

Kal pöpöli wa

**Guía de plantas
medicinales de China Kichá**
Sondeo participativo de especies

Créditos

Comunidad de China Kichá

Víctor Ríos Ríos
Doris Ríos Ríos
Yoselyn Ríos Ríos
Ariel Ríos Ríos
Greivin Fernández Zúñiga
Jeison Ríos Ríos
Angelín Cubero Ríos
William Hernández C.
Pablo Obando Ríos
Jorge Villanueva Zúñiga
Wilder Fernández Zúñiga
Pamela Villanueva Estrada
Karen Lidieth Villanueva F.
Jose Luis Fernández Fernández
Jonathan Ríos Ríos
Gerardo Villanueva Zúñiga
German Villanueva Segura
Elionidad Ríos Zúñiga
Edicson Fernández
Alonso Fernández
Claudia Macerla Zúñiga
Grace Ríos Ríos
Yamileth Fernández Zúñiga
Juan Gabriel Estrada
Yury Ortiz Figueroa
Mildred Fernández Zúñiga
Petronila Ríos Zúñiga

Asesoría de idioma cabécar

Gerardo Antonio Villanueva Zúñiga

Equipo coordinador

Programa Kioscos Socioambientales:

Zuiri Méndez Benavides
María José Cabezas Castro
Sofía Mendonza Aguilar
Cristina Picado Morales
Minerva Solano Campos
Kenia Chacón Porras
Matthías Pelz Seyfarth

Funga Conservation:

Luis Francisco Ledezma Vásquez
Andrea Orellana Mondol
Xaviera Amador Fernández

Invitada

Gladys Luna Bello, ecóloga

Ilustraciones, diseño

Raquel Mora Vega

Verificación de datos de especies

Luis Francisco Ledezma Vásquez
Andrea Orellana Mondol
Raquel Fernández Fuentes
Alison Oconitrillo Soto
Esteban Aguilar Rojas

Agradecimientos

Departamento EcuMénico de
Investigaciones (DEI)
Andrés Cambroner Rodríguez
Daniel Fernández Fernández

Vicerrectoría de Acción Social

Fondo Concursable 2023

San José, 2025



UCR
UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

VAS
Vicerrectoría
de Acción Social

SO
Escuela de
Sociología


KIOSCOS
SOCIOAMBIENTALES


Funga
Conservation

**COMUNIDAD DE
CHINA KICHÁ**

Presentación

China Kichá es una comunidad indígena que estuvo a punto de desaparecer. Para el año 2001, el pueblo cabécar sólo conservaba el 1% del territorio que legalmente le pertenece. Ante la inacción del Estado costarricense para restituir sus tierras, la comunidad decidió en 2018 iniciar un proceso de recuperación de tierra-territorio con el objetivo de garantizar la supervivencia de su pueblo, su cultura, su biodiversidad y su historia.

Desde entonces, han enfrentado graves actos de violencia física, psicológica y patrimonial, muchos de los cuales permanecen en la impunidad (Coordinadora Lucha Sur-Sur, 2021, 2022 y 2023). Pese a ello, y con gran determinación, la comunidad ha avanzado en la restauración de su territorio conforme a la cosmovisión cabécar.

El camino ha sido difícil: encontraron suelos deforestados, degradados y afectados por años de ganadería extensiva. Frente a esto, se organizaron para frenar la deforestación y la caza ilegal. Además, han establecido puentes de diálogo entre su cosmovisión y conocimientos de agricultura orgánica, agroecología, soberanía alimentaria y restauración ecológica para fortalecer el proceso de restauración territorial.

Actualmente, luchan por proteger las nacientes y regenerar zonas boscosas, al tiempo que diversifican la producción de alimentos para la comunidad. La recompensa ha sido grande, gracias al trabajo de cinco años han visto regresar tucanes, guatusas, venados y pavas.

Sin embargo, la vida social y natural dentro del territorio continúa en riesgo. Año con año enfrentan incendios forestales provocados. La comunidad no se rinde y constituyó una Brigada para la prevención y

control de incendios forestales para evitar la destrucción de los ecosistemas que tanto les está costando restaurar.

Esta guía es testimonio del esfuerzo colectivo de una comunidad que se niega a desaparecer y que lucha por asegurar su continuidad, junto a la de muchas otras especies que, al igual que los seres humanos, habitan este planeta.

Referencias

Coordinadora Lucha Sur-Sur. (2021). Informe de agresiones y violaciones de derechos humanos contra los pueblos originarios de la Zona Sur de Costa Rica (enero-diciembre 2020). CLSS, Iniciativas populares Ditsö y Asociación Voces Nuestras. San José, Costa Rica.

_____. (2022). Segundo informe de agresiones y violaciones a los derechos humanos contra los pueblos originarios de la Zona Sur de Costa Rica (enero-diciembre 2021). CLSS y Asociación Voces Nuestras. San José, Costa Rica.

_____. (2023). III Informe de agresiones y violaciones a los derechos humanos contra los pueblos originarios de la Zona Sur de Costa Rica (enero-diciembre 2022). CLSS y Asociación Voces Nuestras. San José, Costa Rica.



*«Deseo que todos se encuentren a salvo y sin temor,
pero ante todo deseo que tanto los animales como
todos los seres vivos se sientan en casa.»*

De: Marce O.

¿Cómo se construyó esta guía?

La guía es el resultado de un sondeo participativo de especies, desarrollado entre noviembre de 2022 y noviembre de 2023 en la comunidad de China Kichá. Participó un promedio de 30 personas de las diferentes recuperaciones del territorio, incluyendo infantes, adolescentes, jóvenes, adultos y mayores.

La comunidad decidió realizar este sondeo como una forma de visibilizar el patrimonio biocultural que se ha fortalecido gracias a la recuperación del territorio iniciada en 2018. El objetivo principal es que las infancias de China Kichá puedan conocer los logros de recuperación de biodiversidad alcanzados en el proceso de reivindicación y revitalización territorial.

Para el sondeo, la comunidad decidió identificar especies de árboles, aves y plantas medicinales. Cada grupo de especies contó con una metodología propia, incorporando también el reconocimiento de saberes comunitarios relacionados sobre dichas especies. En un proceso de consentimiento informado, la comunidad definió la estrategia y los tipos de publicaciones para dar a conocer los resultados.

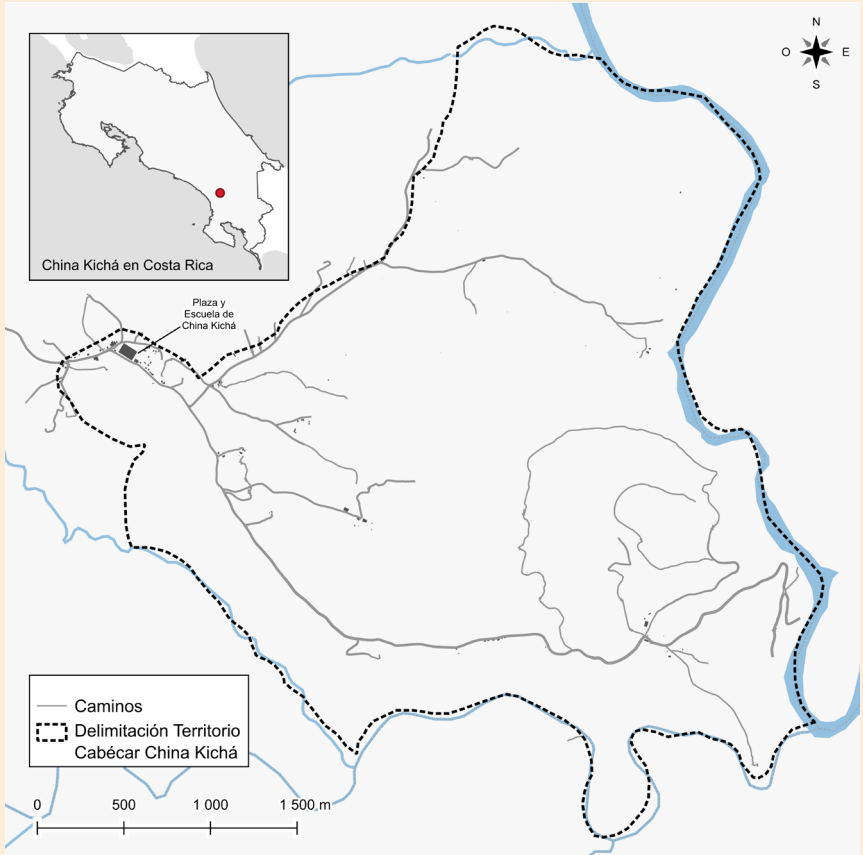
En el caso específico de esta guía de plantas medicinales, la identificación se construyó a partir de un taller realizado en octubre del 2023 con la colaboración de mayores, personas adultas, jóvenes e infancias. Las y los participantes fueron identificando a partir de imágenes y conocimiento tradicional las plantas que: 1) han visto y utilizan en el territorio; 2) que conocen pero no han visto en el territorio y 3) plantas desconocidas. Durante la clasificación y reconocimiento, compartieron historias y usos culturales cabécar sobre las mismas.

Es necesario aclarar, que este material es resultado de un ejercicio de ciencia ciudadana y sus fines son para el fortalecimiento de saberes comunitarios, por lo que la verificación de los datos sobre especies se realizó bajo dichos enfoques.

Este proceso fue liderado por la comunidad, con el acompañamiento del Programa Kioscos Socioambientales y Funga Conservation.

Desde el Programa Kioscos participaron los proyectos EC-639 «La vida regenerándose construcción colectiva de materiales educativos del Inventario Participativo de Especies en el territorio cabécar de China Kichá» y ED-3622 «Conflictos por territorios y decolonialidad en pueblos originarios de Costa Rica».

Mapa de China Kichá



Principales resultados:

- Se identificaron 42 plantas conocidas y de uso común, distribuidas en 25 familias distintas
- Se identificaron 11 plantas presentes en territorio pero que no se usan distribuidas en 8 familias diferentes.
- Se identificaron 8 plantas desconocidas para la comunidad de 6 familias vegetales.



Plantas medicinales identificadas

1. Hoja de mango

Familia: *Anacardiaceae* / Nombre científico: *Mangifera indica*



Usos:

Junto a las hojas de ciprés infusión para problemas renales.

Foto: Leoš Smutný a Antonín Horáček, 2020. Licencia CC BY-NC

2. Culantro coyote

Familia: *Apiaceae* / Nombre científico: *Eryngium foetidum*



Usos:

Para la amemia, se usa toda la planta.

Foto: Naufal Urfi Dhiya'ulhaq, 2020. Licencia CC BY-NC

3. Zainillo

Familia: *Araceae* / Nombre científico: *Dieffenbachia nitidipetiolapa*



Foto: Nate Hartley, 2016. Licencia CC BY-NC

4. Culebra (Chebekeke)

Familia: *Araceae* / Nombre científico: *Dracotium gigas*



1: Nate Hartley, 2016. Licencia CC BY-NC 2: perles, 2021. Licencia CC BY-NC

5. Canastilla / Bejuco estrella (Tirroquia)

Familia: *Aristolochiaceae* / Nombre científico: *Aristolochia gigantea*



Foto: cps, 2014. Licencia CC BY-NC

6. Árnica de montaña

Familia: *Asteraceae* / Nombre científico: *Chaptalia nutans*



Foto: Santiago Mailhos, 2024. Licencia CC BY-NC

7. Hoja de Guaco

Familia: *Asteraceae* / Nombre científico: *Mikania guaco*



Foto: Florian Bachmann, 2024. Licencia CC BY-NC

8. Gabilana

Familia: *Asteraceae* / Nombre científico: *Neurolaena lobata*



Usos:

Para dolor de estómago.

El extracto para insecticida sobre otras plantas.

Foto: Pauline Rico, 2019. Licencia CC BY-NC

9. Diente de León

Familia: *Asteraceae* / Nombre científico: *Taraxacum officinale*



Usos:

Dolor de oído.

Foto: fedefa, 2021. Licencia CC BY-NC

10. Tuete

Familia: *Asteraceae* / Nombre científico: *Vernonanthura patens*



Usos:

Para desinflamar y para sistema circulatorio.

Foto: Neptalí Ramírez Marcial, 2021. Licencia CC BY-SA

11. Indio desnudo

Familia: *Burseraceae*/ Nombre científico: *Bursera simaruba*



Foto: 1: Ricard Busquets Reverte, 2020. Licencia CC BY 2: Douglas Goldman, 2023. Licencia CC BY-SA

12. Cucaracha (Sotkö kö)

Familia: *Commelinaceae* / Nombre científico: *Tradescantia zebrina*



Usos:

Para dolores menstruales,
se hace en infusión.

Foto: Ricard Busquets Reverte, 2022. Licencia CC BY

13. Contraveneno (Dunawó)

Familia: *Curcubitaceae* / Nombre científico: *Fevillea cordifolia*



Foto: Lucía Roldán, 2018. Licencia CC BY-NC

14. Frailecillo

Familia: *Euphorbiaceae* / Nombre científico: *Jatropha gossypifolia*



Foto: Andrés Ulate., 2024. Licencia CC BY-NC

15. Escalera de mono (Dumona)

Familia: *Fabaceae* / Nombre científico: *Bauhinia guianensis*



Usos:

Para las bilis y para producir apetito.

Foto: Hoja: sergiovillegas, 2023. Licencia CC BY-NC

Flor: Hervé GALLIFFET, 2023. Licencia CC BY-NC

16. Carao

Familia: *Fabaceae* / Nombre científico: *Cassia grandis*



Usos:

Para la anemia.

Foto: Joshua Wade Covill, 2024. Licencia CC BY-NC

17. Madero negro / Madre de cacao

Familia: *Fabaceae* / Nombre científico: *Gliricidia sepium*



Foto: Flor: Colin Barrows, 2010. Licencia CC BY-NC Hojas: Aravinth, 2023. Licencia CC BY

18. Guapinol (Chíchi ñawö)

Familia: *Fabaceae* / Nombre científico: *Hymenaea courbaril*

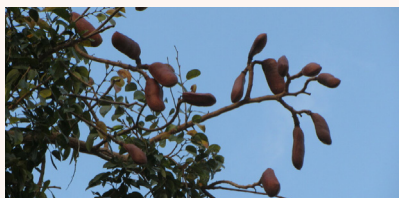


Foto: Flor: Onildo João Marini Filho, 2016. Licencia CC BY-NC Hojas: Eduardo Chacón Madrigal, 2021. Licencia CC BY Fruto: Kerstin Wasson, 2013. Licencia CC BY-NC

19. Dormilona

Familia: *Fabaceae* / Nombre científico: *Mimosa pudica*



Usos:

Para dolor de muelas,
se hace en infusión.

Foto: Pedro Víctor Albaladejo Fresnadillo, 2022. Licencia CC BY-NC

20. Sarangundí

Familia: *Fabaceae* / Nombre científico: *Senna reticulata*



Usos:

Para bañarse, se toma en
porción pequeña y relaja.

Para dieta espiritual.

Foto: Edith Belén Jiménez Díaz, 2017. Licencia CC BY-NC

21. Juanilama mocha / Canila negra / Pie de paloma

Familia: *Laminaceae* / Nombre científico: *Hyptis verticillata*



Foto:Hoja: obrock, 2020. Licencia CC BY-NC Flor: Luis Enrique Flores Hernández, 2020. Licencia CC BY-NC

22.Orégano

Familia: *Laminaceae*/ Nombre científico: *Origanum vulgare*



Foto: Erwan, 2024. Licencia CC BY-NC

23. Canela

Familia: *Lauraceae* / Nombre científico: *Cinnamomum verum*



Foto: Nick Helme, 2022. Licencia CC BY-SA

Usos:

Calamante, relajante.

Las hojas tiernas en infusión para el dolor de encías.

24. Mozote

Familia: *Malvaceae* / Nombre científico: *Triumfetta lappula*



Foto: Joel Tupac Otero Ospina, 2022. Licencia CC BY-NC-ND

Usos:

Hidratante y refrescante.

25. Oreja de ratón / Bejuco azul

Familia: *Menispermaceae* / Nombre científico: *Cissampelos papeira*



Foto: Arthur de Jesús Chavarría Pérez, 2020. licencia CC BY

26. Moringa

Familia: *Moringaceae* / Nombre científico: *Moringa oleifera*



Usos:

Sirve para todo, para el bienestar integral

Ayuda en dolores, y para prevenir la tos.

Foto: Hojas: luisahdz, 2020. Licencia CC BY-NC Flor y fruto: Ricard Busquets Reverte, 2022. Licencia CC BY

27. Banano Morado (Cabaio kákuö)

Familia: *Musaceae* / Nombre científico: *Musa Acuminata*



Foto: Sarab Seth, 2019. Licencia CC BY-NC

Usos:

Se toma para limpiar el estómago para dieta espiritual, se le hace un hueco al tallo y se toma el agua que sale.

28. Eucalipto

Familia: *Myrtaceae* / Nombre científico: *Eucalyptus deglupta*



Foto: Tronco: rjaffrey, 2017. Licencia CC BY-NC

Usos:

Para el estómago y la gripe.

29. Hoja de Guayaba (Sholí kö)

Familia: *Myrtaceae* / Nombre científico: *Psidium guajava*



Foto: Lynn D. Jung, 2022. Licencia CC BY-NC

Usos:

Para la digestión.

30. Hoja Estrella / Anisillo (Pirkö kö)

Familia: *Piperaceae* / Nombre científico: *Piper auritum*



Foto: Julie Pearce, 2022. Licencia CC BY-NC

31. Zacate de limón (Tobilikö)

Familia: *Poaceae* / Nombre científico: *Cymbopogon Citratus*



Usos:

Bañarse para bajar la fiebre.

En infusión con jengibre y miel para la garganta, se puede tomar o hacer gárgaras.

Foto: Kate, 2022. Licencia CC BY-NC

32. Helecho Azul / Calaguala

Familia: *Polypodiaceae* / Nombre científico: *Phlebodium decumentum*



Foto: Sébastien SANT, 2022. Licencia CC BY-NC

33. Noni

Familia: Rubiaceae / Nombre científico: *Morinda citrifolia*



Foto: psweet, 2023. Licencia CC BY-NC

34. Hombre grande (Kinina)

Familia: *Simaroubaceae* / Nombre científico: *Quassia amara*



Usos:

Desparasitante.

Foto: Kai Squires, 2023. Licencia CC BY

35. Pasma / Limoncillo (Kápé wö)

Familia: *Siparunaceae* / Nombre científico: *Siparuna pauciflora*



Usos:

Para la fiebre, se hacen baños.

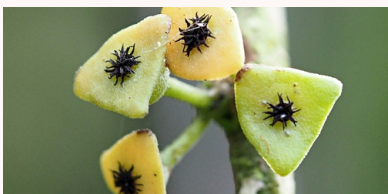


Foto: Flor y hojas: Kimberlie Sasan, 2017. Licencia CC BY-ND

36. Guarumo

Familia: *Urticaceae* / Nombre científico: *Cecropia obtusifolia*



Usos:

Se baña a los bebés que se mueven mucho en la noche.

Foto: Carlos Venegas-Elizondo, 2021. Licencia CC BY-NC

37. Juanilama / Matrate

Familia: Verbenaceae / Nombre científico: *Lippia alba*



Foto: Reserva Biológica Cerro Seco, 2020. Licencia CC BY-NC

38. Jengibre (Chewö)

Familia: *Zingiberaceae* / Nombre científico: *Zingiber officinale*



Usos:

Para la gripe y
la tós.

Se usa con
zacate de limón.

Foto: ccaneydunod, 2020. Licencia CC BY-NC



Plantas medicinales vistas en el territorio y uso poco común

Bisna / Lirio / Niñarle

Familia: *Amaryllidaceae* / Nombre científico: *Hymenocallis littoralis*



Foto: Flor: jorgeeduardobernalquintero, 2016. Licencia CC BY-NC Hoja: cwagen1, 2023. Licencia CC BY-NC

Viborana

Familia: *Apocynaceae* / Nombre científico: *Asclepias curassavica*



Foto: Flor y hoja: Tomás Carranza Perales, 2023. Licencia CC BY Fruto: Douglas Goldman, 2016. Licencia CC BY-SA

Palma Chonta / Caminadora

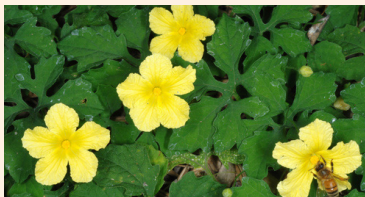
Familia: *Arecaceae* / Nombre científico: *Socratea Exorrhiza*



Foto: Hoja: Jan Meerman, 2009. Licencia CC BY-NC Crecimiento: sabineorellana, 2020.
Licencia CC BY-NC

Sorosí / Flor de bruja

Familia: *Cucurbitaceae* / Nombre científico: *Momordica charantia*



Usos:

Sirve para baños. Se ha visto en el territorio, pero no se usa.

Foto: Flor-hoja y fruto: Douglas Goldman, 2012. Licencia CC BY-SA

Chicasquil

Familia: Euphorbiaceae / Nombre científico: *Cnidoscolus chayamansa*



Foto: Flor: ColinDJones, 2017. Licencia CC BY-NC Hoja: candyah, 2021. Licencia CC BY-NC

Hierba lechera

Familia: Euphorbiaceae / Nombre científico: *Euphorbia lancifolia*



Foto: Flor: Jaime Rivera, 2024. Licencia CG BY-NC Hoja: Sune Holt, 2010. Licencia CG BY-NC

Piñón / Coquito / Coquillo / Tempate

Familia: *Euphorbiaceae* / Nombre científico: *Jatropha curcas* L.



Foto: Flor: nakw, 2024. Licencia CC BY-NC Hoja: Leonardo Álvarez-Alcázar, 2020. Licencia CC BY-NC Fruto: Antonio Nonato, 2023. Licencia CC BY-NC

Tomillo

Familia: *Lamiaceae* / Nombre científico: *Thymus vulgaris*



Usos:

Es una especie que se usa para comer.

Alivia la digestión.

Foto: julencasulleras, 2022. Licencia CC BY-NC

Malva

Familia: *Malvaceae* / Nombre científico: *Malachra alceifolia*



Foto: Flor: RaulBaG, 2023. Licencia CC BY-NC Hoja: Luis Agosto, 2023. Licencia CC BY-NC

Zorrillo colorado / Zorrillo real / Coralillo / Clavillo

Familia: *Rubiaceae* / Nombre científico: *Hamelia patens*

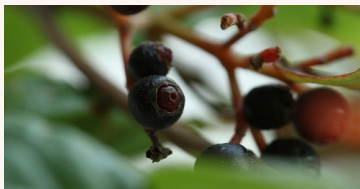
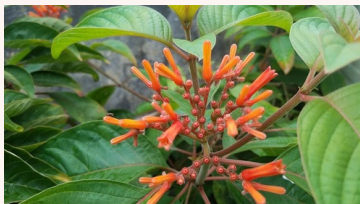
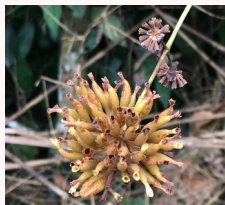


Foto: Flor: Lucy Cash, 2020. Licencia CC BY-NC Hoja: bridgitte1234, 2019. Licencia CC BY-NC
Fruto: Biol. Emmanuel C. Jiménez Sánchez, 2020. Licencia CC BY-NC

Rangallo / Bejuco de agua / Uña de gato

Familia: *Rubiaceae* / Nombre científico: *Uncaria tomentosa*



Usos:

Se cree que es venenosa.

Se ha visto en el territorio, pero no se usa.

Foto: Flor: Luis Felipe Teixeira Hoja y estípula: Nils Servientis - Bivouac Naturaliste, 2023.
Licencia CC BY-NC



Plantas medicinales desconocidas en el territorio



Tilo / Tilo criollo / Cerebril

Familia: *Acanthaceae* / Nombre científico: *Justicia pectoralis*



Foto: Flor: Timothy Johnson, 2019. Licencia CC BY-NC Hoja: Cricket Raspet, 2024. Licencia CC BY

Fierrillo / Bejuco fierro / Parrua colorada

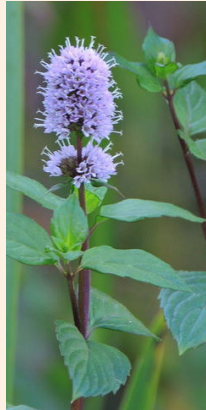
Familia: *Bignoniaceae* / Nombre científico: *Arrabidaea chica*



Foto: Flor: Fernando Paludo, 2023. Licencia CC BY-NC Hoja y fruto: Neptalí Ramírez Marcial, 2022. Licencia CC BY

Menta

Familia: *Lamiaceae* / Nombre científico: *Mentha piperita*



Usos:

Sirve para tomar frescos, té y refresca el estómago.

Foto: Flor: Rob Curtis Hoja: Hidetsugu Tomomura, 2009. Licencia CC BY-NC

Contrahierba / Contrayerba

Familia: *Moraceae* / Nombre científico: *Dorstenia brasiliensis*



Foto: Flor: fuchs_tero, 2023. Licencia CC BY-NC Hoja: Andreas Berger, 2023. Licencia CC BY-NC

Borojó

Familia: *Rubiaceae* / Nombre científico: *Borojoa patinoi*



Foto: Flor hoja: coqwallon, 2016. Licencia CC BY-NC Fruto: Jean-Luc Crucifix, 2010. Licencia CC BY

Raicilla / Ipecacuana

Familia: *Rubiaceae* / Nombre científico: *Psychotria ipecacuanha*



Foto: Flor: chelina batista, 2024. Licencia CC BY Hoja y fruto: keesgroenendijk, 2020. Licencia CC BY

Zorrillo

Familia: *Solanaceae* / Nombre científico: *Cestrum microcalyx*



Foto: Flor, hoja y fruto: Sébastien SANT, 2018. Licencia CC BY-NC

