



Sostenibilidad Medioambiental

## LA PLANTA DEL MES DE MARZO EN EL JARDÍN BOTÁNICO HISTÓRICO LA CONCEPCIÓN ES LA LECHUGA DE MAR

Nombre científico: *Astydamia latifolia* Baill

Familia: *Apiaceae*

2/3/2024.- El Jardín Botánico Histórico La Concepción ha elegido como planta del mes de marzo a la astydamia o lechuga de mar. Se trata de un género de plantas con una única especie y tiene un origen mitológico al estar dedicada a la ninfa Astydamia, hija de Oceanus, probablemente porque crece cerca del mar. El nombre de la especie es latino y se refiere a que tiene las hojas anchas y aplanadas.

Es una herbácea que no supera el medio metro de altura. Se distribuye de forma natural por las Islas Canarias y por el noroeste de África. En La Concepción se puede ver en la parcela dedicada a Canarias de la Rocalla con plantas de clima mediterráneo.

En cuanto a sus características, las hojas son de un verde claro, muy lobuladas y de bordes dentados y ondulados, por lo que tienen cierta semejanza con las lechugas. Las hojas y los tallos son suculentos, es decir, de textura carnosa; los tallos pueden estar tendidos sobre el suelo o erguidos. Las raíces son profundas. Produce unas inflorescencias en umbela, de unos 10 cm, en las que se agrupan las pequeñas florecillas, de un color amarillento y poco destacadas.

Más vistosa es la coloración de los frutos, con un verde intenso o marrón pajizo. Miden alrededor de un centímetro y son ovalados y aplanados. Las semillas pueden flotar en el mar durante largo tiempo, lo que ayuda a su dispersión a través de las costas.

La lechuga de mar contiene mucha vitamina C y tiene propiedades beneficiosas para el sistema digestivo. Los marineros antiguos la usaban como antiescorbútica cuando pasaban por las Islas Canarias rumbo a América. Es una planta comestible, que ha sido usada en ensaladas. Otra de sus utilidades era para limpiar las manos y la boca, por lo que también se la conocía como servilleta.

Nombre en inglés: Canary Samphire o Lettuce of the Sea