

LLANTÉN

Familia : Plantaginaceae.

Nombre científico : Plantago major L.

Nombres comunes : Llantai, Llantén macho; Llantén mayor, Tanchagem (portugués); Yantín (shipibo-conibo).

Datos ambientales

Clima : Abarca una gama de condiciones climáticas, no aceptando temperaturas bajo cero.

Suelo : Areno-arcilloso, rico en materia orgánica, no sujeto a humedad excesiva.

Biotopo de poblaciones Naturales : Habita en terrenos no inundables, a campo abierto o semisombreado, con moderada humedad, tolerante a la falta de agua. No soporta inundaciones.

Cultivo

Época de siembra : Durante todo el año en la selva peruana.

Espaciamiento : El espaciamiento de siembra recomendado es de 0,30 m x 0,20 m y 0.30 m x 0,30 m.

Labores de cultivo : Deshierbos frecuentes, con abono orgánico al momento de la siembra.

Propuesta de asociación de cultivos : Cultivo temporal en las restingas anualmente inundables o en suelos de tierra firme bien provistos de materia orgánica y junto a los cultivos temporales como yuca, plátano, maíz y hortalizas diversas. En los sistemas de producción de hortalizas de tierra firme, puede ser asociada con nabo, rabanito, col, tomate, lechuga, menta y hierba buena. Propagación: Se propaga mediante semilla botánica. La siembra puede ser directa o por trasplante. Se recomienda hacer el trasplante cuando la plántula alcance 2 cm de altura.

Cosecha y conservación del producto

Partes aprovechadas : Planta, hoja y semilla.

Cosecha : Se cosecha la planta entera 50 días después de la siembra, de preferencia en días soleados para facilitar el secado. Florece en los meses de agosto y setiembre. Manejo post-cosecha: Las hojas después de cosechadas deben secarse bajo sombra para su conservación.

Información complementaria

Componentes químicos : Monoterpenos (catalpol, geniposio, aucubina, asperulósido, metiltósido, enzimas (invertina y emulsina), taninos, flavonoides, vitaminas A y C, ácidos orgánicos (vanílico, fumárico, sirúrgico, P-hidroxibenzoico, ferúlico, gentílico, salicílico, P-cumárico, benzoico y cinámico), pectina (plantaglúsido), alcaloide (plantagonina), politerpenos, lignanos, benzenoides, lípidos, esteroides, quinoides y heterósidos cromogénicos.

Distribución geográfica : Nativa de Eurasia y distribuída en zonas tropicales y subtropicales del mundo. En el Perú se encuentra tanto en los departamentos de la costa, como en los de sierra y selva.

Descripción botánica : Planta herbácea, perenne, de porte pequeño, hasta 40 cm de altura. Hojas arrosetadas, simples, anchas, ovales o ligeramente lanceoladas, irregularmente dentadas en su región basal, de color verde claro. Flores pequeñas, hermafroditas, agrupadas en espigas erectas de hasta 6 a 25 cm, de color verde-amarillento blanquecino, de 2 mm de largo. Fruto cápsula elipsoide de 2 a 4 mm de largo. Semillas muy pequeñas, redondas o fusiformes, de color oscuro. Raíz fasciculada.