

# Bayas silvestres

El dulce lenguaje de la naturaleza

## ALIMENTO

Son fuente de energía para aves, mamíferos pequeños y otros animales que dependen de ellos para sobrevivir

Las **BAYAS** son **frutos carnosos**, generalmente pequeños y de colores llamativos, que contienen una o varias semillas. En los bosques de Tlalpuente cumplen un papel esencial:

## CULTURA

Son fuente de alimento ocasional para las personas, desde frutos frescos hasta en preparaciones tradicionales como mermeladas, infusiones o dulces

## DISPERSORES DE SEMILLAS

Al comerlas y luego excretarlas los animales dispersan las semillas y ayudan a regenerar el bosque, recuperando áreas degradadas y manteniendo los corredores biológicos activos



A continuación te listamos algunos frutos nativos que puedes encontrar en Tlalpuente:

## Arandano

### *Vaccinium corymbosum*

Arbusto de 1-4 m de altura, con hojas verdes que se tornan rojizas en otoño y frutos esféricos azul púrpura. Produce bayas ricas en antioxidantes

**Fructifica de verano a inicios de otoño:  
junio → septiembre**

De color rojo a morado-negro al madurar

Consumido fresco, en mermeladas, postres e infusiones

Alimento clave para aves, tlacuaches, cacomixtles y otros mamíferos.



Consumido fresco, en mermeladas e infusiones



Pequeño y de color azul púrpura

Alimento para aves frugívoras, tlacuaches y pequeños mamíferos



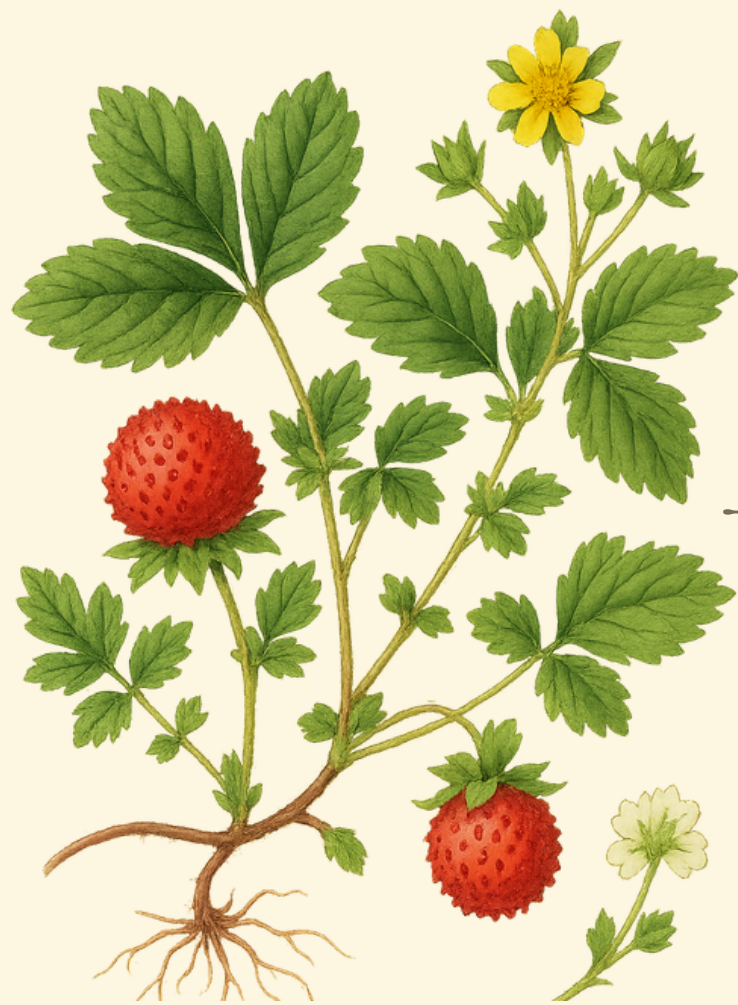
## Zarzamora

### *Rubus adenotrichos*

Arbusto trepador, de tallos arqueados y espinosos, que forma matorrales densos. Produce frutos agregados que cambian de rojo a morado-negro al madurar. Produce bayas ricas en vitaminas y minerales

**Fructifica de verano a otoño:  
junio → septiembre**





Muy importante para aves pequeñas y pequeños mamíferos



Redondo y pequeño, rojo brillante al madurar

Comestible pero insípido

## Falsa fresa

*Potentilla indica*

Planta rastrera de flores amarillas. Produce un fruto rojo brillante similar a una fresa, pero sin aroma y de sabor muy débil. Produce bayas ricas en antioxidantes y calcio

**Fructifica de primavera a otoño:  
marzo → noviembre**

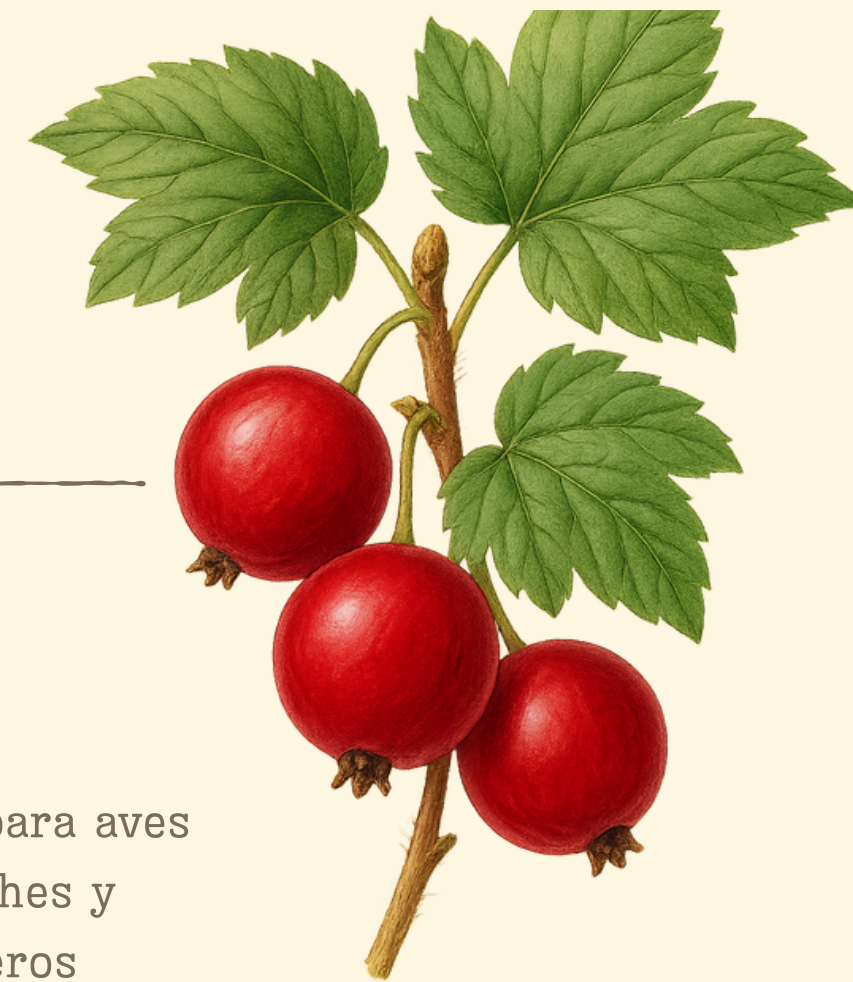
Redondo de color rojo, anaranjado o púrpura oscuro

Consumo fresco, en postres, mermeladas, conservas e Infusiones



De sabor ácido-dulce

Importante alimento para aves frugívoras, tlacuaches y pequeños mamíferos



## Capulincillo

*Ribes ciliatum*

Arbusto pequeño o mediano, de tallos delgados y hojas lobuladas. Produce racimos de pequeñas bayas rojas, anaranjadas o rojo-purpúreas, muy atractivas para la fauna

**Fructifica de verano a otoño:  
junio → septiembre**

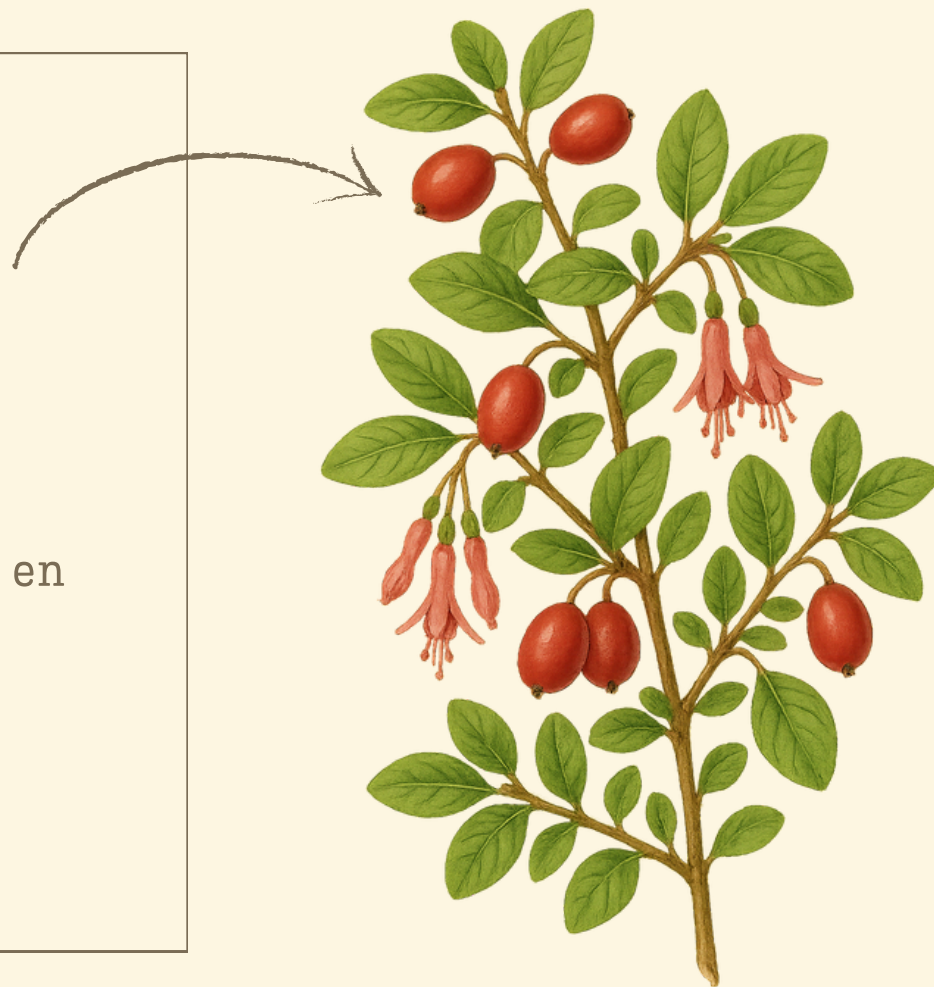


# Coralillo

## *Fuchsia microphylla*

Arbusto ramificado, de tallos delgados y flexibles y que forma matorrales densos cuando hay humedad. Produce frutos ricos en vitaminas y antioxidantes

**Fructifica de verano a otoño:  
junio → octubre**



Alargado de sabor dulce-ácido y color púrpura oscuro al madurar



Consumo fresco, en mermeladas y jarabes artesanales

Muy valorado por la fauna silvestre como recurso alimenticio

# Curuba

## *Passiflora spp.*

Planta trepadora, de tallos flexibles, que puede formar un manto sobre los árboles. Produce frutos ricos en vitamina C, antioxidantes, y minerales. Contiene compuestos aromáticos con propiedades relajantes

**Fructifica de verano a otoño:  
junio → octubre**



Consumo fresco, bebidas, repostería y en mermeladas y conservas



Ovalada o esférica, de color amarillo cuando madura

Altamente consumidos por aves, tlacuaches, murciélagos frugívoros y pequeños mamíferos



Esféricos de color naranja a rojo al madurar

Sabor dulce, ligeramente harinoso

Alimento para aves, tlacuaches, cacomixtles y pequeños mamíferos



Consumo fresco, en mermeladas, jarabes, bebidas fermentadas



## Madroño

*Arbutus xalapensis*

Árbol de 3–10 m de altura, con corteza rojiza exfoliante, hojas verdes brillantes con tonalidades rojizas. Produce frutos ricos en antioxidantes, fibra y con alto contenido de agua

**Fructifica de otoño a invierno:**  
**octubre → enero**

## Tuna

*Opuntia spp.*

Cactácea arbustiva de tallos planos (nopales). Crece en suelos pobres, pedregosos y bien drenados y resistente a la sequía. Produce frutos con alto contenido de agua, vitaminas y fibra

**Fructifica de verano a otoño:**  
**junio → septiembre**



Uso medicinal para la mala y antiinflamatorio

Consumo fresco, en helado, agua, dulces fermentados y mermeladas

Ovalado color verde, amarillo, naranja, rojo o púrpura, con pulpa jugosa



Alimento clave para aves, tlacuaches, murciélagos, reptiles e insectos

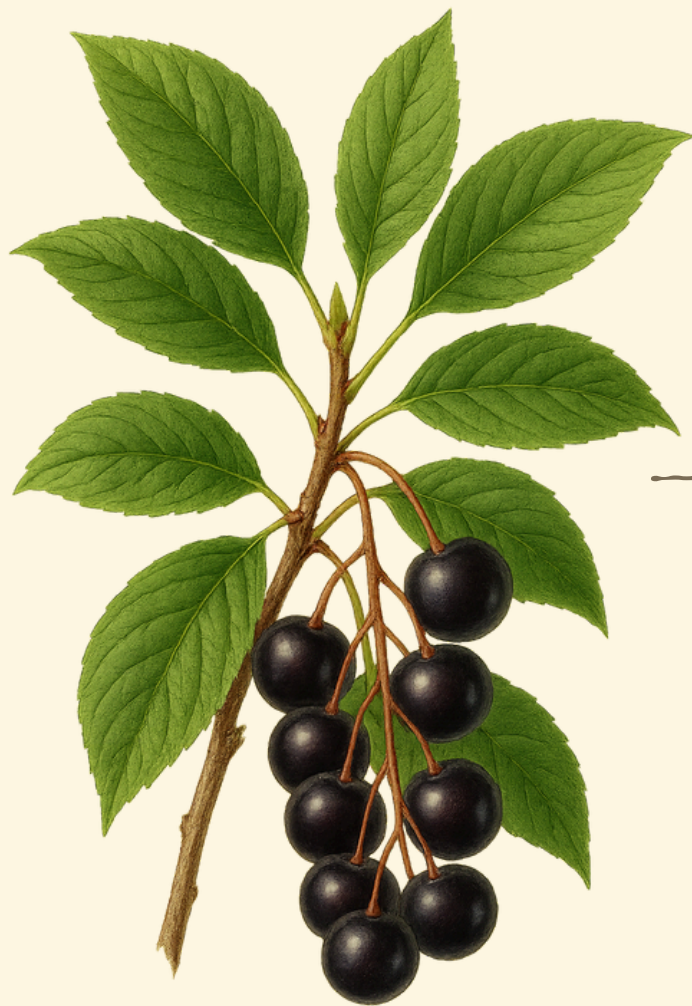


# Capulín

*Prunus serotina*

Árbol de 6–15 m de altura de tronco recto. Produce más frutos en zonas soleadas. Sus frutos son ricos en vitaminas, antioxidantes, azúcares, fibras y minerales

**Fructifica de primavera a verano:  
abril → julio**



Pequeña y esférica, de color verde  
→ rojo → negro al madurar



Consumo fresco,  
en mermeladas,  
licores, dulces y  
aguas

Alimento clave para aves  
frugívoras, tlacuaches, cacomixtles  
y murciélagos.

# Tejocote

*Crataegus mexicana*

Árbol o arbusto de 4–10 m de altura, de tronco ramificado y ramas con espinas. Crece a pleno sol o media sombra. Produce frutos ricos en vitaminas, fibras y antioxidantes

**Fructifica de otoño a invierno:  
octubre → enero**

Esférico color anaranjado o  
rojizo con pulpa harinosa y  
ácida-dulce

**Ingrediente  
del ponche**



Alimento  
para aves,  
mamíferos y  
roedores

Consumo fresco, endulces  
cristalizados, mermeladas  
y conservas



# Chilacayote

## *Cucurbita ficifolia*

Planta herbácea trepadora o rastrera, de tallos largos, con zarcillos para sujetarse. Produce frutos con alto contenido de agua, fibras, vitaminas y minerales como potasio, calcio y magnesio

**Fructifica de verano a otoño:  
junio → noviembre**



Ovalado y de color verde claro a oscuro con manchas blanquecinas y pulpa blanca, firme y fibrosa

Consumido en dulces cristalizados, mermeladas

Alimento para fauna silvestre oportunista

**Elemento tradicional en ofrendas de Día de Muertos**



Cada fruto es una pequeña cápsula de vida. Al conservarlos, no solo cuidamos plantas: cuidamos a la fauna, el suelo, el agua y la continuidad del ecosistema de Tlalpuente.

**Nunca consumes un fruto silvestre si no estás completamente seguro de qué especie es, si no es tóxico y si realmente es comestible. Muchas bayas se parecen entre sí, pero no todas son seguras. Ante la duda, no lo consumes.**

