

2026

Planta del mes	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN
	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC

Reseda phyteuma L.



	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
HOJAS												
FLORES												
FRUTOS												

¿Cómo es?

Reseda phyteuma es una planta herbácea, anual, bienal o perenne, provista de ramas basales ascendentes, de 10 a 50 centímetros de altura. **Hojas** alternas, de 50 - 100 x 5 - 15 mm; las basales se disponen en roseta y son enteras y espatuladas, mientras que las caulinares son enteras o están provistas, en ocasiones, de uno o dos lóbulos en la base. **Flores** reunidas en inflorescencias en racimo, que tienen unas brácteas en la base de 2.5 - 3 mm. El cáliz está formado por 6 sépalos acrescentes, de 3 - 4.5 x 0.75 mm durante la floración y de 5 - 13 x 1.25 - 1.5 mm en la fructificación. La corola consta de 6 pétalos de 3 - 5 mm, blancos, con una uña basal y un limbo; los dos superiores tienen el limbo trilobado: los lóbulos laterales son pinnatífidos, cada uno con 5 - 9 lóbulos laterales linear - oblanceolados; los dos pétalos laterales son similares, pero con el lóbulo inferior lateral ausente o reducido, mientras que los dos pétalos tienen el limbo entero por lo general. El androceo está formado por 17-20 estambres con las bases soldadas formando un disco. El gineceo consta de un ovario tricarpelar. **Fruto** en cápsula de 13 - 14 x 5.5 - 9 mm, ovoide - cilíndrica, que se abre anchamente al madurar.

¿Cuál es su hábitat?

Especie que crece en muchos tipos de terrenos distintos, incluyendo eriales, barbechos, viñedos, cultivos de almendros, campos abandonados, herbazales con matorrales nitrófilos, arcenes, cunetas, bordes de caminos, taludes y descampados, preferentemente en suelos básicos, no desdeñando los ricos en sales o yesos. No soporta la sombra. En España vive desde el nivel del mar hasta los 1.900 metros de altitud (en la Comunidad de Madrid hasta los 1.300 m).

Característica de comunidades pertenecientes a la clase Ruderali - Secalietea, de porte y cobertura diversa, dominadas por terófitos de carácter arvense, viario o escionitrófilo, propias de suelos nitrificados. Son plantas asociadas habituales *Anchusa arvensis*, *Anthemis arvensis*, *Sherardia arvensis*, *Sinapis alba*, *Ajuga chamaepytis*, *Lysimachia arvensis*, *Aphanes arvensis*, *Asperula arvensis*, *Atriplex prostrata*, *Cerastium glomeratum*, *Rostraria cristata*, *Rumex pulcher*, *Convolvulus arvensis*, *Setaria viridis*, *Chenopodium album*, *Lapsana communis*, *Senecio vulgaris*, *Anaclytus clavatus*, *Veronica arvensis*, *Avena barbata*, *Avena sterilis*, *Capsella bursa-pastoris*, *Diploaxis virgata*, *Cirsium arvense*, *Euphorbia helioscopia*, *Euphorbia peplus*, *Geranium molle*, *Oxalis corniculata*, *Papaver dubium*, *Papaver rhoeas*, y *Stellaria media* entre otras muchas.

¿Sabías que?

La reseda presenta diferentes tipos de polinización: bien por insectos (abejas, mariposas y coleópteros varios, algunos de ellos especializados, como ciertos Anthribidae como *Bruchela suturalis* y *Bruchela rufipes*) o bien por cleistogamia, en la cual la flor se fecunda antes de abrirse. Esta planta, como las demás del género, atrae a numerosos insectos polinizadores, himenópteros, dípteros, coleópteros y lepidópteros.

Reseda es un nombre que se encuentra ya en Cayo Plinio Segundo (Plinio el Viejo) en su "Historia Natural" (37 libros que recogían los conocimientos de la época en botánica, zoología, mineralogía, medicina, geografía, cosmología, metalurgia y etnografía, entremezclando hechos verídicos con leyendas y resulta ser una de las mayores obras individuales que sobreviven del Imperio romano en nuestros días) y deriva del latín "Resedo", calmar (de hecho, uno de los nombres comunes en España de la *Reseda phyteuma* es "sosieganiños", ya que la que él describió, posiblemente la *Reseda alba* L., tenía atribuida la propiedad de calmar las inflamaciones; *phyteuma* es una palabra griega, derivada de "phyton", planta, que significa "lo que hay que plantar").

Es una planta mediterránea con usos tradicionales en medicina popular, destacando por su capacidad para tratar callos y verrugas (usando su jugo lechoso), como emenagogo (para anticipar la menstruación) y por sus propiedades diuréticas, antiinflamatorias y antitusígenas, empleada en infusiones para afecciones estomacales, dolores reumáticos y como laxante.



¿Dónde podemos encontrarla?

Se distribuye por todo el Mediterráneo tanto en Europa como en África, aunque no está en las islas salvo las islas Baleares y Córcega; hacia oriente llega al Suroeste de Asia. Dispersa por casi toda la península ibérica de clima mediterráneo; no obstante, aunque muy localizada, también aparece en Galicia y Portugal. En la Comunidad de Madrid es frecuente salvo en las áreas más altas de la Sierra de Guadarrama, el norte y el suroeste, en el entorno del valle del río Alberche. En el Parque Regional del Sureste está bien representada.

¿Grado de protección?

La denominada *reseda* o *farolillo*, especie de la familia Resedaceae, carece de protección porque no la necesita. La mayor amenaza para la especie es la pérdida de hábitat.



Parque Regional del Sureste

PARQUE REGIONAL DEL SURESTE

Flora