

## Malva, Malva de flores pequeñas

### *Malva parviflora* L.

Malvaceae

**Descripción:** Planta perenne de hasta 80 cm de altura. Tallos rastreros, ascendentes o erectos, glabros o pubescentes. Hojas suborbiculares, acorazonadas, de hasta 22 cm de largo, largamente pecioladas, de color verde oscuro. Flores pequeñas, dispuestas en racimos, de color violáceo-azulado. El fruto es un mericarpo con la cara dorsal rugosa-reticulada, glabro o pubescente. Semillas pequeñas reniformes y glabras.

**Distribución:** Regiones Antofagasta, Atacama, Coquimbo, Valparaíso, Metropolitana de Santiago, O'Higgins, Maule, Ñuble, Biobío, Araucanía, Los Ríos, Los Lagos. Archipiélago Juan Fernández. Islas Desventuradas.

**Hábitat:** Sitios perturbados, orilla de caminos, lotes baldíos y terrenos agrícolas.

**Usos comestibles:** Las hojas son consumidas crudas o cocidas. Estas tienen un sabor agradable. Se utilizan en preparaciones de ensaladas, guisos, tortillas y sopas. Las semillas se consumen crudas en ensaladas o cocidas agregadas en sopas, poseen un sabor similar a una nuez.

**Usos medicinales:** La infusión de las hojas se bebe para calmar los dolores de cabeza. La planta machacada se usa para curar heridas. Con la infusión de los tallos se hacen gárgaras para combatir la tos, el catarro y la bronquitis. Además, el cocimiento de los tallos se emplea para dar baños a quienes padecen fiebre. Tradicionalmente se bebe en infusión para disminuir los malestares provocados por el asma.

**Observaciones:** Especie acumuladora de nitratos. Debe evitarse recolectar la planta desde sitios donde se utilicen fertilizantes nitrogenados. Se diferencia de otras especies del género por poseer un cáliz acrecente.

