

# De la semilla al sorbo: la historia secreta de la chía y sus primas

## *From Seed to Sip: The Secret Story of Chia and Its Cousins*

Guadalupe Cornejo-Tenorio y Guillermo Ibarra-Manríquez

---

### Resumen

Las semillas de chía son consideradas un súper alimento por su alto contenido de proteínas, ácidos grasos, vitaminas y minerales. Pero, ¿sabías que la chía es en realidad una especie de *Salvia*, pariente cercana de la albahaca, la menta, el tomillo y el toronjil? En este artículo descubrirás la gran diversidad de salvias que crecen en México, aprenderás a reconocerlas y conocerás dónde se encuentran en estado silvestre o cómo cultivarlas. Además, exploraremos otros usos de las salvias más allá de las semillas de chía, desde sus propiedades medicinales hasta su valor ornamental. Más que sólo plantas bonitas o nutritivas, las salvias son parte vital de nuestros ecosistemas y culturas. Entenderlas es el primer paso para valorarlas y conservarlas, porque proteger nuestra biodiversidad comienza por conocerla.

**Palabras clave:** chía, salvia, plantas medicinales, biodiversidad, México.

### CÓMO CITAR ESTE TRABAJO

Cornejo-Tenorio, G., y Ibarra-Manríquez, G. (2025, agosto-octubre). De la semilla al sorbo: la historia secreta de la chía y sus primas. *Revista Digital Universitaria (RDU)*, 26(4). <https://doi.org/10.22201/ceide.16076079e.2025.26.4.9>

---

### Abstract

Chia seeds are considered a superfood due to their high content of proteins, fatty acids, vitamins, and minerals. But did you know that chia is actually a species of *Salvia*, a close relative of basil, mint, thyme, and lemon balm? In this article, you will discover the great diversity of salvias that grow in Mexico, learn how to recognize them, and find out where they grow wild or how to cultivate them. We will also explore other uses of salvias beyond chia seeds, from their medicinal properties to their ornamental value. More than just pretty or nutritious plants, salvias are a vital part of our ecosystems and cultures. Understanding them is the first step to valuing and conserving them, because protecting our biodiversity begins with knowing it.

**Keywords:** chia, salvia, medicinal plants, biodiversity, Mexico.

### Guadalupe Cornejo-Tenorio

Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones en Ecosistemas y Sustentabilidad, Morelia, Michoacán, México

Es bióloga egresada de la Facultad de Biología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo y cuenta con una maestría del Posgrado en Ciencias Biológicas de la UNAM. Actualmente es Técnica Académica en el Laboratorio de Ecología y Sistemática Vegetal del Instituto de Investigaciones en Ecosistemas y Sustentabilidad (IIES-UNAM) en Morelia, Michoacán. Su trabajo se especializa en inventarios florísticos, además de abordar temas relacionados con la fenología, dispersión, polinización, propagación y usos de plantas. Su investigación se centra en la taxonomía de los géneros *Salvia* (Lamiaceae) y *Ficus* (Moraceae).

 [gcornejo@cieco.unam.mx](mailto:gcornejo@cieco.unam.mx)

 0000-0001-7444-4198

### Guillermo Ibarra-Manríquez

Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones en Ecosistemas y Sustentabilidad, Morelia, Michoacán, México

Es biólogo y doctor por la Facultad de Ciencias de la UNAM. Es Investigador Titular C en el Instituto de Investigaciones en Ecosistemas y Sustentabilidad (IIES-UNAM), donde dirige el Laboratorio de Ecología y Sistemática Vegetal. Miembro nivel III del Sistema Nacional de Investigadores, su trabajo se enfoca en la ecología de comunidades en diversos tipos de vegetación mexicana, inventarios florísticos y la taxonomía de Moraceae, especialmente del género *Ficus*. Además, investiga ecología urbana y propagación de especies nativas.

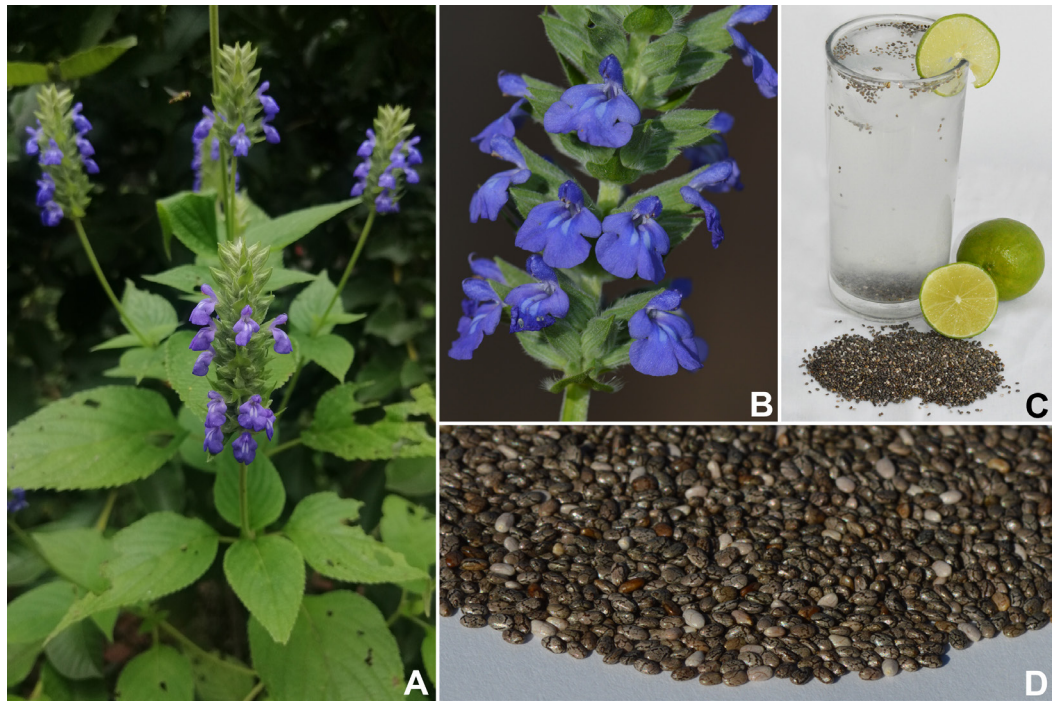
 [gibarra@iies.unam.mx](mailto:gibarra@iies.unam.mx)

 0000-0002-3739-8660

## Del vaso al campo: un agua de limón con historia

Imagina esto: un vaso alto, frío, con agua de limón recién exprimido. El azúcar, justo al punto. Hielo flotando como pequeños icebergs. Y esas semillitas negras que parecen danzar en suspensión: la chía. Refrescante, sencilla, deliciosa. Pero, entre sorbo y sorbo, surge la duda: ¿de dónde vienen esas semillas?

Podría parecer una pregunta ociosa: pues de la chía, ¿no? Pero resulta que el asunto no es tan simple. En México, a varias plantas se les llama “chía”, aunque no todas son iguales. La que encontramos en nuestras aguas frescas proviene de una especie específica: *Salvia hispanica* (véase Figura 1). Esta planta, originaria de Mesoamérica, fue cultivada y domesticada desde tiempos prehispánicos (Sosa et al., 2018).



**Figura 1.** Chía (*Salvia hispanica*).  
A) Planta. B) Acercamiento de las  
flores. C) Agua de limón con chía.  
D) Semillas de chía.

*Crédito:* Guadalupe Cornejo-  
Tenorio.

Las plantas, por más comunes que parezcan, guardan secretos. En un país tan biodiverso como México, reconocerlas puede ser un desafío. Para comprobarlo, preguntamos a un grupo de personas si conocían las salvias. La mayoría dijo que no. Algunas, con duda, mencionaron que se usaban como condimento. Probablemente pensaban en la *Salvia officinalis*, una especie europea famosa en la cocina italiana.

Cuando cambiamos la pregunta a “¿Conoces la chía?”, casi todos dijeron que sí. Claro, pensaron en la bebida. Pero no sabían que la planta que produce esas semillas también es una salvia. Así es: chía y salvia, primas del mismo linaje.

## Las salvias también tienen árbol genealógico

¿Cuántas especies de salvia existen? La respuesta sorprende. El género *Salvia* pertenece a la familia botánica Lamiaceae, la misma que reúne a plantas aromáticas tan conocidas como la albahaca (*Ocimum basilicum*), la menta (*Mentha piperita*), la lavanda (*Lavandula angustifolia*), el tomillo (*Thymus vulgaris*) y el romero (*Salvia rosmarinus*), todas de origen europeo. Probablemente las has usado en tu cocina o las has disfrutado en una infusión.

En México también tenemos nuestras propias representantes, por ejemplo: el toronjil (*Agastache mexicana*) y el té nurite (*Clinopodium macrostemum*), este último muy valorado por sus propiedades medicinales en comunidades purépechas de Michoacán (Martínez et al., 2013; Salgado, 2012).

A nivel global, existen cerca de mil especies de salvias, de las cuales unas 600 son originarias del continente americano. Y aquí viene lo asombroso: México alberga poco más de 300 especies, de las cuales el 77 % son endémicas. Es decir, crecen de forma silvestre sólo en este territorio (Martínez et al., 2017; Villaseñor, 2016). Este altísimo grado de endemismo convierte a México en el principal centro de diversificación del género *Salvia* (González et al., 2020; Kriebel et al., 2019).

Entonces, si son tan abundantes, ¿por qué las conocemos tan poco? Quizá porque no siempre las miramos con atención. Quizá porque, a veces, necesitamos que una semilla flotando en el agua nos despierte la curiosidad.

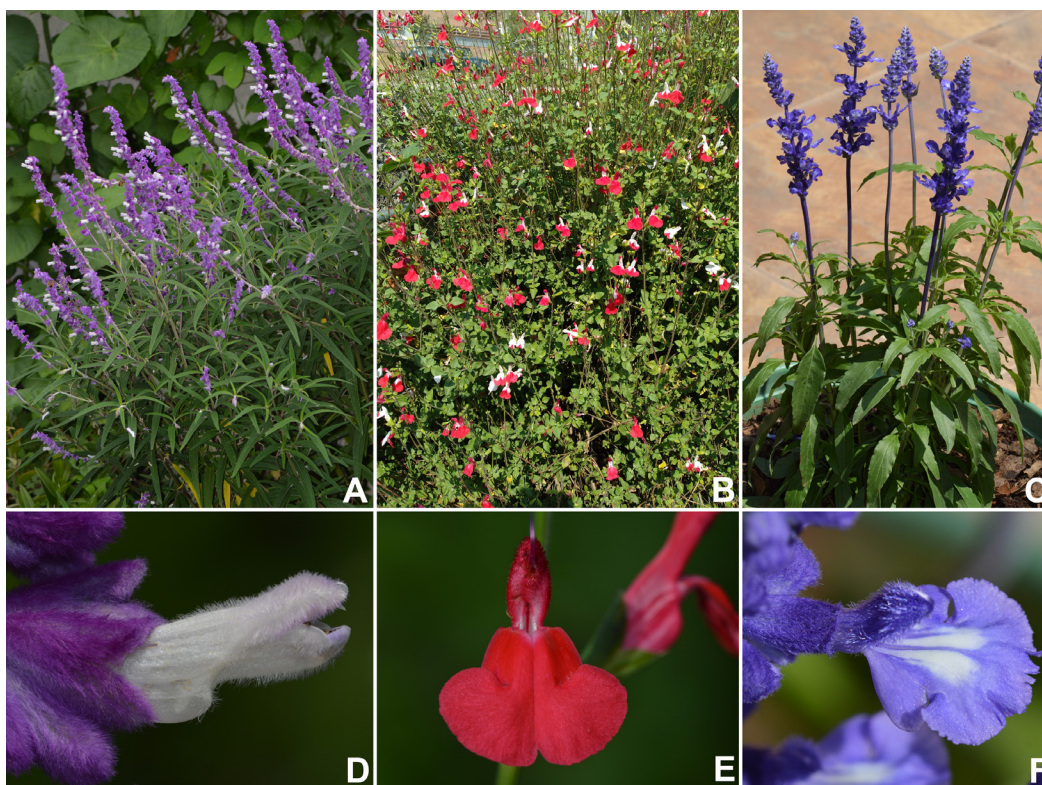
## Nombrar es conocer: salvias con apellido

En las ciudades, las salvias son casi invisibles. No porque no existan, sino porque rara vez se cruzan en el camino de quienes viven rodeados de asfalto y concreto. Allí, donde los jardines son escasos o meramente decorativos, pocas personas podrían reconocer una salvia si la tuvieran enfrente. Por eso no sorprende que, para muchos, su único vínculo con estas plantas sean las semillas de chía en el agua refrescante de limón o, con algo de suerte, una maceta de mirto o de cordón de obispo comprada en el mercado local (ver figura 2).



En cambio, en los ámbitos rurales, la historia cambia. Las plantas silvestres no sólo se ven, se usan. Se les nombra, se les reconoce por sus hojas o flores, por lo que curan, por lo que evocan. Hay un conocimiento que se transmite en la práctica cotidiana, una relación directa con el entorno que permite identificar plantas por su aroma, su forma, su efecto. Y las salvias, en ese contexto, son familiares, útiles, queridas (Cornejo e Ibarra, 2019; Gutiérrez, 2021).

Hay algo profundamente humano en ponerle nombre a lo que nos rodea. Igual que llamamos “Luna” al gato o “Chato” al perro, también bautizamos a las plantas con nombres afectivos o descriptivos. Las salvias no son la excepción. De las más de 300 especies que crecen en México, se han registrado más de cien nombres comunes, muchos de ellos en lenguas indígenas. “Chan”, “chía cimarrona”, “chupamirto”, “hierba del burro”, “mirto”, “tlacote”, “tochomixochitl”, “toronjil del monte”, son apenas unos ejemplos (Cornejo e Ibarra, 2019; González et al., 2016; Gutiérrez, 2021; Jenks y Kim, 2013).



**Figura 2.** Salvias en floración cultivadas en jardín: Cordón de obispo (*Salvia leucantha*) en A y D; Mirto (*Salvia microphylla*) en B y E; y Salvia azul (*Salvia farinacea*) en C y F.

*Crédito:* Guadalupe Cornejo-Tenorio.

Claro que no todos los nombres son igual de precisos. El de “chía”, por ejemplo, puede referirse a varias especies de salvias... o incluso a plantas que no lo son. Para evitar confusiones, el nombre científico cumple una función clave: decir exactamente de qué especie hablamos, en cualquier lugar del mundo.

## Así son por fuera: la forma de las salvias

¿Cómo reconocer una salvia? ¿Cómo distinguirla entre la multitud vegetal?

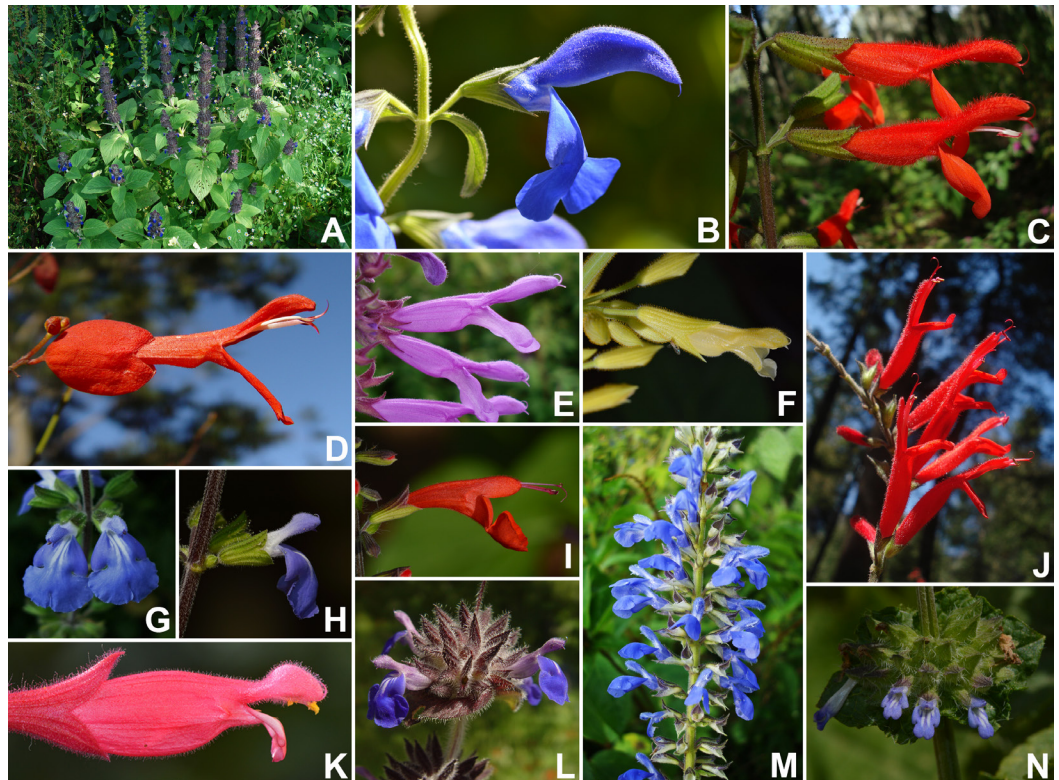
Describir una planta no es muy distinto a describir a una persona. Hay que mirar con atención: la altura, el porte, la textura de las hojas, la forma de las flores. Nombrar lo que se ve es también una forma de acercarse.

Las salvias pueden ser herbáceas o arbustivas. Algunas apenas alcanzan los cinco centímetros de altura; otras, como la llamada hierba de la chuparrosa o chante (*Salvia gesneriiflora*), trepan hasta los diez metros (Cornejo e Ibarra, 2011). Sus tallos tienen forma cuadrada y las hojas se acomodan en pares opuestos, como si se espejearan.

Pero lo que de verdad las distingue son las flores, bilabiadas, es decir, con dos “labios” formados por pétalos soldados en un tubo. Las flores de salvia tienen una ingeniería sorprendente: dos estambres que funcionan como palancas. Cuando un polinizador —una abeja, un colibrí— se acerca por néctar, la estructura se activa y deja caer el polen sobre su cuerpo, listo para ser llevado a otra flor (Claßen et al., 2004). A partir de esa estructura base, se despliega un abanico de colores y formas: flores de 5 mm hasta 6 cm de largo, en tonalidades que van del azul al blanco, pasando por morado, rojo, rosa, magenta y amarillo (ver figura 3; Cornejo e Ibarra, 2011, 2023).

**Figura 3.** Diversidad floral de algunas especies de salvias. Se muestran el erizo morado (*Salvia clinopodioides*) en A y L; la flor del gallito (*Salvia patens*) en B; la hierba de la chuparrosa (*Salvia gesneriiflora*) en C; el chan (*Salvia sessei*) en D; la chía púrpura (*Salvia purpurea*) en E; la salvia dorada (*Salvia madrensis*) en F; la hierba del cáncer (*Salvia amarissima*) en G y H; el mirto coral (*Salvia coccinea*) en I; el mirto de monte (*Salvia elegans*) en J; la salvia de Wagner (*Salvia wagneriana*) en K; la chía cimarrona (*Salvia longispicata*) en M; y el chanti (*Salvia lasiocephala*) en N.

**Crédito:** Guadalupe Cornejo-Tenorio.



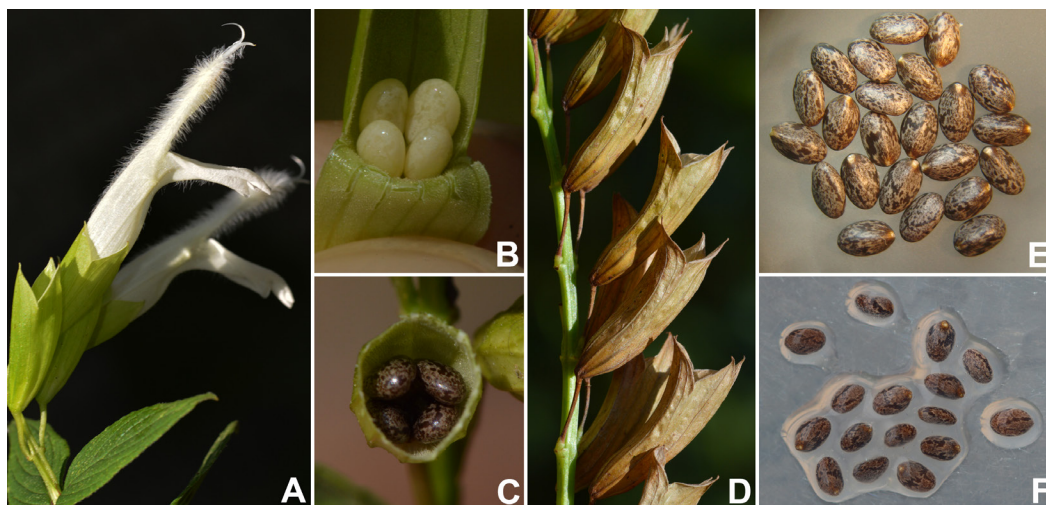
## Semillas disfrazadas: lo que hay detrás de la chía

¿Y qué pasa con los frutos? ¿De dónde salen las semillas de chía?

La respuesta sorprende: lo que solemos llamar “semillas” de chía en realidad son frutos. Cada flor de salvia puede producir hasta cuatro, escondidos dentro del cáliz, esa especie de copita donde se inserta la flor. Al principio, los frutos son blanquecinos; luego se tornan pardos, negruzcos o jaspeados. Pequeños —de entre 1 y 4 mm— y secos, contienen una sola semilla y tienen una cáscara tan delgada que parecen semillas (Zona, 2017).

Hay algo hipnótico en lo que ocurre cuando estos frutos entran en contacto con el agua: secretan un mucílago, una especie de gel viscoso que los envuelve por completo. Este fenómeno podría tener que ver con la manera en que se dispersan o con las condiciones necesarias para germinar. De cualquier forma, es lo que da a las semillas de chía esa textura tan particular que las ha hecho famosas, claro además de su valor nutricional. (ver figura 4).

**Figura 4.** Frutos de la salvia blanca (*Salvia madrigalii*). En A se observan las flores, donde la estructura verde en forma de copa corresponde al cáliz. B muestra frutos inmaduros, mientras que en C los frutos han cambiado de color, pero aún no están maduros. En D se aprecian los cálices secos que contienen en su interior los frutos maduros, que se ven en E. Finalmente, F presenta frutos hidratados, rodeados por mucílago.  
Crédito: Guadalupe Cornejo-Tenorio.



### ¿Dónde se refugian las salvias?

Las chías, los mirtos, las salvias —como prefieras llamarlas— aparecen por todo México. Pero si uno afina la mirada, verá que en Oaxaca, Jalisco, Guerrero, Puebla y Michoacán florece una diversidad excepcional. Les gusta el clima templado o cálido, y saben adaptarse: crecen en bosques de pino y encino, entre matorrales, al borde de caminos o junto a campos de cultivo. Parecen estar en todas partes, y sin embargo, si miramos especie por especie, el panorama se estrecha: cerca del 60 % de ellas sólo existen en uno o dos estados del país (Martínez et al., 2017).

Eso explica, al menos en parte, por qué se sabe tan poco de su diversidad. Tomemos como ejemplo la salvia blanca (*Salvia madrigalii*), que crece de forma silvestre al sureste del municipio de Morelia, Michoacán (ver figura 4, Zamudio y Bedolla, 2018). Una joya botánica discreta, escondida en un rincón específico del país.

## Más que bonitas: las muchas vidas de las salvias

A veces basta sembrar unas cuantas salvias en el jardín para que alguien pregunte: “¿Y para qué sirven?”. Uno responde con lo evidente: “Son bonitas, las estudiamos, atraen a los polinizadores”. Pero lo cierto es que su utilidad va mucho más allá.

Tomemos las semillas de chía. Su nombre viene del náhuatl *chian*, que significa “aceitosa”, y su consumo se remonta a épocas prehispánicas. Los mexicas la cultivaban y la incorporaban a su dieta en forma de atoles, tortillas, tamales, pinoles, o simplemente la masticaban. También era un producto tributario: los pueblos sometidos debían entregar chía como parte de sus obligaciones.

Con la llegada de los españoles, varios cultivos como el amaranto y la chía fueron prohibidos. Estaban ligados a ofrendas y festividades rituales que la nueva religión quería erradicar. Aun así, sobrevivieron en la memoria y en registros dispersos. Desde la época precolombina, por ejemplo, se sabía que el aceite de chía servía para elaborar pinturas o como laca de gran calidad para barnizar objetos (Cahill, 2003; Hernández et al., 2020).

Después de siglos de olvido, la chía regresó. Hoy la encontramos en supermercados, mercados locales, incluso fuera de México. Tiene un sabor neutro, así que combina con casi todo: dulce o salado. Además, es considerada un “súper alimento”: contiene proteínas, ácidos grasos, vitaminas y minerales (Fernández, 2022).

La propia palabra “salvia” proviene del latín *salvare*: curar, estar a salvo. Una promesa etimológica que resuena en *Salvia officinalis*, especie europea conocida por sus propiedades curativas (Ghorbani y Esmailizadeh, 2017). Y sí, muchas salvias mexicanas también se usan con fines medicinales.

Algunas infusiones tradicionales curan nervios o insomnio, como las del mirto de monte (*Salvia elegans*) (ver figura 3J). Otras ayudan a fortalecer el cuero cabelludo, como las del cantuezo (*Salvia lavanduloides*) (ver figura 5D), y están las que alivian el dolor estomacal o la diarrea, como las del mirto (*Salvia microphylla*) (ver figura 2B y E) (Gutiérrez, 2021; Ortiz et al., 2022).

Los estudios fitoquímicos han identificado en alrededor de 50 especies mexicanas compuestos con propiedades antidepresivas, antidiabéticas, antiinflamatorias y antimicrobianas, entre otras (Ortiz et al., 2022). Un arsenal bioquímico escondido en estos tesoros poco conocidos: las salvias.

## Salvar a los polinizadores, una flor a la vez

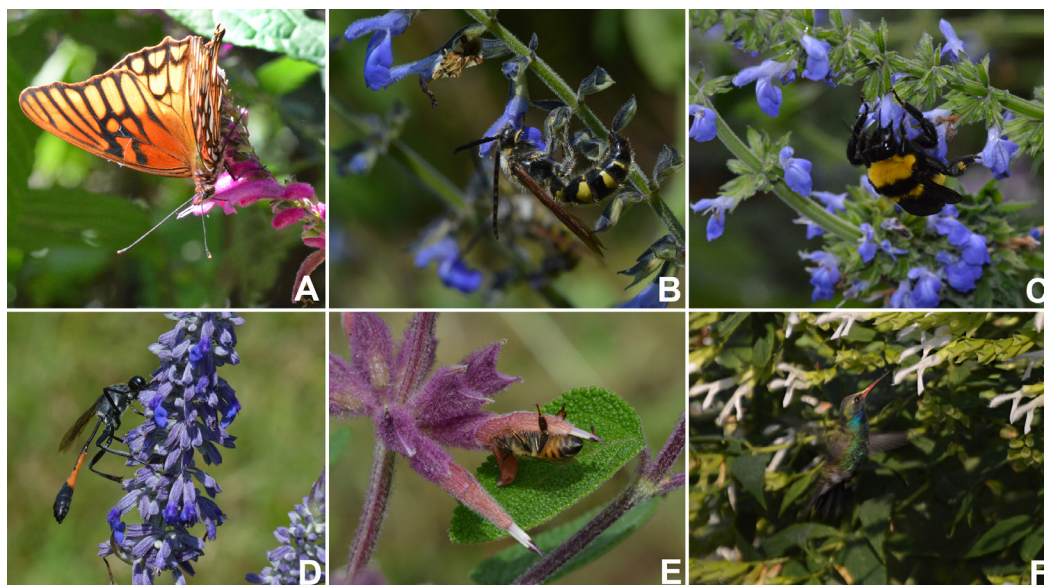
A pesar de su potencial, las salvias y otras plantas silvestres rara vez se consideran ornamentales en México. En otros países, en cambio, hay horticultores y coleccionistas fascinados con ellas. Y no es para menos: sus flores vibrantes no sólo son estéticamente atractivas, sino que rebosan néctar.



Ese néctar es un festín para abejas, mariposas, avispas, moscas y colibríes. Jardines repletos de salvias se transforman en puntos de encuentro para estos polinizadores esenciales (ver figura 5; Cultid et al., 2021; Espino et al., 2014; Uría y Montaldo, 2015). Una pequeña acción con gran impacto ecológico: sembrar salvias es también sembrar vida alada.

**Figura 5.** Algunos visitantes florales en salvias, como la mariposa pasionaria motas blancas (*Dione vanillae*) posada sobre la salvia terciopelo (*Salvia iodantha*), la avispa peluda (*Xanthocampsomeris limosa*) y el abejorro zumbador (*Bombus sonorus*) en la chía cimarrona (*Salvia longispicata*), la avispita cintura de hilo (*Ammophila procera*) en el cantuezo (*Salvia lavanduloides*), la abeja europea (*Apis mellifera*) en la salvia mamey (*Salvia lasiantha*), y el colibrí pico ancho (*Cynanthus latirostris*) en la salvia blanca (*Salvia madrigalii*).

Crédito: Guadalupe Cornejo-Tenorio.



## Cuidar lo que se conoce

Con más de 300 especies, las salvias forman el grupo de plantas silvestres más diverso de México. Sus flores bilabiadas, de colores y tamaños múltiples, alimentan polinizadores con su néctar. Sus frutos, pardos y con apariencia de semilla, liberan un mucílago al contacto con el agua: una señal de identidad, como el de las famosas semillas de chía.

Crecen en todo tipo de comunidades vegetales, y también podemos cultivarlas. Sirven como alimento, medicina, ornamento, y son ideales para jardines que atraigan polinizadores.

¿Quién lo diría? La curiosidad por una semilla tan común como la chía nos llevó a explorar el vasto y fascinante mundo de las salvias. Su conocimiento —y con él, su conservación— es un compromiso que comienza con la atención: mirar, preguntar, aprender.

Porque cuidar la diversidad biológica y cultural de México empieza, justamente, por conocerla.

## Referencias

- ❖ Cahill, J. P. (2003). Ethnobotany of chia, *Salvia hispanica* L. (Lamiaceae). *Economic Botany*, 57(4), 604–618. [https://doi.org/10.1663/0013-0001\(2003\)057%5B0604:EOCSHL%5D2.0.CO;2](https://doi.org/10.1663/0013-0001(2003)057%5B0604:EOCSHL%5D2.0.CO;2)
- ❖ Claßen, R., Crone, M., y Baikova, E. (2004). Stamen development in *Salvia* L.: Homology reinvestigated. *International Journal of Plant Sciences*, 165(4), 475–498. <https://doi.org/10.1086/386565>
- ❖ Cornejo, G., y Ibarra, G. (2011). Diversidad y distribución del género *Salvia* (Lamiaceae) en Michoacán, México. *Revista Mexicana de Biodiversidad*, 82, 1279–1296. <https://doi.org/10.22201/ib.20078706e.2011.4.668>
- ❖ Cornejo, G., y Ibarra, G. (2019). Los tapetes florales de Patamban, Michoacán, México: elaboración y especies utilizadas. *Revista Mexicana de Biodiversidad*, 90, e902700. <https://doi.org/10.22201/ib.20078706e.2019.90.2700>
- ❖ Cornejo, G., y Ibarra, G. (2023). *Especies de Lamiaceae del municipio de Morelia, Michoacán, México*. <https://fieldguides.fieldmuseum.org/es/gu%C3%ADas/gu%C3%ADa/1598>
- ❖ Cultid, C. A., González, P. A., y Bedolla, B. Y. (2021). Wild bees as floral visitors to *Salvia assurgens* (Lamiaceae): A contribution to the pollination ecology of a white-flowered endemic Mexican sage. *Acta Botanica Mexicana*, 128, e1785. <https://doi.org/10.21829/abm128.2021.1785>
- ❖ Espino, J., Rosas, F., y Cuevas, E. (2014). Variación temporal de visitantes florales en dos especies simpátricas de *Salvia* con floración simultánea y síndrome de polinización contrastante. *Revista Mexicana de Biodiversidad*, 85, 161–166. <https://doi.org/10.7550/rmb.35248>
- ❖ Fernández, A., Laso, J., Hoehn, D., Amo, F. J., Abajas, R., Ortego, C., Fullana, P., Bala, A., Batlle, L., Balcells, M., Puig, R., Aldaco, R., y Margallo, M. (2022). A critical review of superfoods from a holistic nutritional and environmental approach. *Journal of Cleaner Production*, 379, 134491. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2022.134491>
- ❖ Ghorbani, A., y Esmailizadeh, M. (2017). Pharmacological properties of *Salvia officinalis* and its components. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 7(4), 433–440. <https://doi.org/10.1016/j.jtcme.2016.12.014>
- ❖ González, J. G., Bedolla, B. Y., Cornejo, G., Fernández, J. L., Fragoso, I., García, M. R., Harley, R. M., Klitgaard, B., Martínez, M. J., Wood, J. R. I., Zamudio, S., Zona, S., y Xifreda, C. C. (2020). Richness and distribution of *Salvia* subg. *Calosphace* (Lamiaceae). *International Journal of Plant Sciences*, 181(8), 831–856. <https://doi.org/10.1086/709133>
- ❖ González, J. G., Castro, A., Quintero, V., Mendoza, M. E., y De Castro, E. (2016). Revisión taxonómica de Lamiaceae del occidente de México. *Ibugana*, 7, 3–345. [http://ibugana.cucba.udg.mx/ibugana\\_7\\_20160626\\_2014.pdf](http://ibugana.cucba.udg.mx/ibugana_7_20160626_2014.pdf)
- ❖ Gutiérrez, A. S. (2021). *Mirtos plantas medicinales del Chichinautzin*. Suplemento cultural *El Tlacuache*. Centro INAH Morelos. <https://revistas.inah.gob.mx/index.php/eltlacuache/issue/view/2226/2391>



- ❖ Hernández, T., Valverde, M. E., Orona, D., y Paredes, O. (2020). Chia (*Salvia hispanica*): Nutraceutical properties and therapeutic applications. *Proceedings*, 53(1), 1–5. <https://doi.org/10.3390/proceedings2020053017>
- ❖ Jenks, A. A., y Kim, S. C. (2013). Medicinal plant complexes of *Salvia* subgenus *Calosphace*: An ethnobotanical study of New World sages. *Journal of Ethnopharmacology*, 146(1), 214–224. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2012.12.035>
- ❖ Kriebel, R., Drew, B. T., Drummond, C. P., González, J. G., Celep, F., Mahdjoub, M. M., Rose, J. P., Xiang, C. L., Hu, G. X., Walker, J. B., Lemmon, E. M., Lemmon, A. R., y Sytsma, K. J. (2019). Tracking temporal shifts in area, biomes, and pollinators in the radiation of *Salvia* (sages) across continents: Leveraging anchored hybrid enrichment and targeted sequence data. *American Journal of Botany*, 106(4), 573–597. <https://doi.org/10.1002/ajb2.1268>
- ❖ Martínez, M., Bedolla, B., Cornejo, G., Fragoso, I., García-Peña, M. R., González, J. G., Lara, S. I., y Zamudio, S. (2017). Lamiaceae de México. *Botanical Sciences*, 95(4), 780–806. <https://doi.org/10.17129/botsci.1871>
- ❖ Martínez, M., Fragoso, I., García, M. R., y Montiel, O. (2013). Géneros de Lamiaceae de México, diversidad y endemismo. *Revista Mexicana de Biodiversidad*, 84(1), 30–86. <https://doi.org/10.7550/rmb.30158>
- ❖ Ortiz, N., Aguirre, E., Fragoso, I., González, M. E., Basurto, F. A., y Martínez, M. J. (2022). A review on the ethnopharmacology and phytochemistry of the neotropical sages (*Salvia* subgenus *Calosphace*; Lamiaceae) emphasizing Mexican species. *Frontiers in Pharmacology*, 13, 867892. <https://doi.org/10.3389/fphar.2022.867892>
- ❖ Salgado, R. (2012). Nurhíteni Té. Tradición y cultura p'urhépecha. *Saber Más*, 1(2), 6–7. <https://www.sabermas.umich.mx/archivo/articulos/14-numero-2/26-nurhiteni-te-tradicion-y-cultura-purhepecha.html>
- ❖ Sosa, A., Ruiz, G., Robles, T. R. R., Robles, L. R., y Montúfar, L. A. (2018). The chia (*Salvia hispanica*): Past, present and future of an ancient Mexican crop. *Australian Journal of Crop Science*, 12(10), 1626–1632. <https://doi.org/10.21475/ajcs.18.12.10.p1202>
- ❖ Uría, R., y Montaldo, N. H. (2015). *Jardines para atraer picaflores: Plantas nativas y exóticas y otros elementos para crearlos*. Orientación Gráfica Editora S.R.L.
- ❖ Villaseñor, J. L. (2016). Checklist of the native vascular plants of Mexico. *Revista Mexicana de Biodiversidad*, 87, 559–902. <https://doi.org/10.1016/j.rmb.2016.06.017>
- ❖ Zamudio, S., y Bedolla, B. Y. (2018). *Salvia madrigalii* (Lamiaceae), una especie nueva de Michoacán, México. *Brittonia*, 70(1), 76–83. <https://doi.org/10.1007/s12228-017-9491-3>
- ❖ Zona, S. (2017). Fruits and seed dispersal of *Salvia* L. (Lamiaceae): A review of the evidence. *The Botanical Review*, 83(2), 195–212. <https://doi.org/10.1007/s12229-017-9189-y>

