



HOJA INFORMATIVA DE LA PLANTA

ALISO

Lobularia maritima (sin. *Alyssum maritimum*; nombre común **aliso de mar** o *Alyssum* del nombre del género en el que estuvo anteriormente clasificado) es una [especie](#) perteneciente a la familia de las [brasicáceas](#).

Índice

- [1 Descripción](#)
- [2 Distribución y hábitat](#)
- [3 Cultivo y usos](#)
- [4 Taxonomía](#)
- [5 Nombres comunes](#)
- [6 Curiosidades](#)
- [7 Referencias](#)
- [8 Bibliografía](#)

Descripción

Es una planta [anual](#) o [perenne](#) de corto periodo vegetativo en climas cálidos, que alcanza de 10 a 30 cm de altura. Hierba débilmente lignificada en la base, de pequeñas hojas lineares y de color blanquecino porque están cubiertas de pelos, de 1 a 4 cm de longitud y 3 a 5 mm de anchura, ovales a lanceoladas, con los bordes enteros.

Desarrolla una inflorescencia con numerosas y diminutas flores blancas o violetas (dependiendo de la variedad), con cuatro [pétalos](#), que cubren toda la planta. Las [flores](#) tienen una dulce fragancia a miel y se producen a lo largo de toda la estación de desarrollo, o a lo largo de todo el año en las zonas libres de heladas invernales. Las inflorescencias se van alargando a medida que las flores se van abriendo y fecundando.

Los frutos maduros son muy característicos porque, tras la caída de las semillas, persiste un [repló](#) de forma casi circular. Existen numerosos [cultivares](#).

Distribución y hábitat

Nativa de la [región Mediterránea](#) y de la [Macaronesia](#) ([Islas Canarias](#), [Azores](#)).

Está ampliamente distribuida, desde zonas costeras hasta media o alta montaña; en la [península ibérica](#), se describe en las zonas altas de [Sierra Nevada](#). Este último aspecto se debe a la afinidad por los márgenes de caminos.¹ También se encuentra ampliamente [naturalizada](#) a lo largo de las regiones templadas del mundo.

Cultivo y usos

En [jardinería](#) se utiliza como planta de rocalla o tapizante, debido a la facilidad de germinación de las semillas y a su poca altura. Su periodo de plantación es a principios de primavera y requieren pocos cuidados cuando se desarrollan. Florecen con más fuerza si se les retiran las flores ya marchitas.

Se sitúa a pleno sol aunque tolera media sombra y es resistente al calor y a la [sequía](#). Las plantas con flores de colores oscuros se adaptan mejor a los climas más fríos.

En [herboristería](#) es usada como [diurético](#), ayuda a eliminar [cálculos renales](#).²

