

**Nombre científico:** *Chenopodium quinoa* Willd.  
**Nombres comunes:** Quinoa  
**Familia:** Amaranthaceae



**Descripción:** Es una planta herbácea, con tallos verdes, rojizos o morados, que pueden ser ramificados o no. Puede alcanzar más de 2 m de altura y sus inflorescencias en forma de panícula pueden tener una combinación de colores muy amplia, que va del amarillo al morado. Las panículas pueden ser de dos tipos, según la forma e inserción de los glomérulos.

**Distribución natural:** Es nativa de la Cordillera de los Andes en América del Sur y su centro de origen fue la región donde actualmente está el noroeste de Argentina, el norte de Chile, Bolivia, Perú, Ecuador y el sur de Colombia.

**Usos alimenticios y funcionales:** Las semillas se pueden fermentar para hacer cerveza, también se pueden agregar a ensaladas y se pueden procesar para hacer harina que luego es usada en panadería y repostería. Es rico en proteínas, carbohidratos, lípidos, vitaminas y minerales.

**Usos medicinales:** Es rico en antioxidantes y polifenoles. Se ha usado contra diabetes, anemia, dislipidemia, obesidad, celíacos, y osteoporosis.

**Referencias:** (Pakbaz et al., 2021; Pereira et al., 2019; Schmidt et al., 2021)