



Plantas de Navidad: el origen y significado del abeto, el muérdago y la flor de Pascua

Posted on Diciembre 25, 2025

Por Sandra M.G.

Los **abetos, el muérdago y las flores de Pascua** forman el núcleo de las plantas de Navidad por excelencia y se encuentran comúnmente en los hogares durante las fiestas, estrechamente vinculadas a costumbres decorativas y simbolismo religioso.

Junto con el acebo, el musgo, el romero y el cactus navideño, estas **especies de plantas de Navidad** se han asociado desde hace mucho tiempo con las **celebraciones invernales en la mayoría de los países de Europa**, una tradición que luego ha viajado y arraigado por el mundo entero.

El **abeto destaca por su follaje perenne**, que históricamente simbolizaba la inmortalidad, la fertilidad y la familia en las antiguas culturas europeas durante el solsticio de invierno. Reemplazó gradualmente al roble sagrado tras las primeras campañas de cristianización y se popularizó a nivel mundial en el siglo XIX.

Plantas de Navidad: una tradición vegetal cargada de historia y simbolismo

Abeto, muérdago y flor de Pascua componen la «trinidad» de plantas de Navidad, habituales en el hogar el período navideño: son las más conocidas de distintas especies relacionadas con la tradición floral de estas fechas, cuyo uso decorativo suele estar vinculado con creencias religiosas.

El acebo es una de las plantas de Navidad, empleada por los antiguos romanos durante la 'Saturnalia', **fiestas del solsticio invernal en honor al dios Saturno**, donde las bayas rojas enlazaban la planta con el sol nuevo, ya que el rojo es uno de los colores tradicionales relacionados con el astro rey.

Hay otras plantas de Navidad, como **el musgo -elemento imprescindible en todo belén** que se precie- el romero -que se emplea en centros de mesa como símbolo tradicional- o el cactus de Navidad -que prospera en zonas húmedas y sombrías y florece con colores espectaculares durante el invierno-.

El abeto y su vínculo con la inmortalidad y el solsticio de invierno

Sin embargo, **una de las plantas de Navidad más conocida es el abeto**, árbol cuya hoja perenne lo vinculaba entre los antiguos pueblos europeos con la inmortalidad, la fertilidad y la familia, especialmente en torno a la festividad de Yule, nombre de su festividad solsticial.

El abeto sustituyó al roble, árbol sagrado tradicional, a raíz de las campañas militares de evangelización del ejército franco coordinadas por San Bonifacio en el siglo VIII, cuyo episodio más conocido fue la tala del venerado roble de Thor en el norte de lo que hoy es el estado federado de Hesse (Alemania): como el dios nórdico no respondió de inmediato fulminando al misionero, los paganos accedieron al bautizo.

Algunas tradiciones afirman que fue Martín Lutero quien sugirió adornarlo con velas para imitar el **brillo de las estrellas en las plantas de Navidad que contempló a través de sus ramas**, aunque los pueblos precristianos ya decoraban los árboles desde tiempos inmemoriales.

En el siglo XIX, se popularizó su uso a nivel global, si bien en España se extendió especialmente a partir de la segunda mitad del siglo XX.

El muérdago: amor, protección y rituales ancestrales

El muérdago es un símbolo asociado con la diosa Freya , una de las más destacadas de la mitología nórdica por su relación con el amor, la fertilidad, la prosperidad y la belleza, pero también con la magia y la guerra.

Su importancia se aprecia en el hecho de que el viernes le debe su nombre en buena parte de Europa: 'Friday' en inglés, 'Freitag' en alemán o 'Fredag' en los idiomas escandinavos.

Colgar un ramo de muérdago en casa era una forma de proteger y traer alegría al hogar y, aunque la tradición del beso se extiende en varios países europeos en los siglos XVIII y XIX, las creencias relacionadas penetraron en España con las invasiones germánicas de suevos, vándalos, alanos y, sobre todo, visigodos a partir del siglo V.

Aun así, la imagen popular del muérdago las plantas de Navidad está hoy más ligada a los rituales sagrados de los druidas celtas, «primos» de los sacerdotes germanos, que lo recolectaban en períodos concretos, sobre todo a partir de los robles, también para usos medicinales.

La ciencia contemporánea ha certificado que las propiedades químicas y farmacológicas de esta planta, que parasita a distintos tipos de árboles, varían en función de su huésped.

El muérdago que crece en los robles, por ejemplo, posee una composición más rica en ciertos compuestos anticancerígenos, mientras que el que parasita manzanos se ha utilizado tradicionalmente para problemas cardiovasculares.

La flor de Pascua y su expansión desde México al mundo

Respecto a la flor de Pascua, **las misiones franciscanas en México comenzaron a utilizar** estas plantas de Navidad como decoración en la época del Virreinato de Nueva España y su uso se fue extendiendo luego a todos los países de ámbito hispano: hoy día, Almería sigue siendo una de las grandes productoras del mundo.

En el siglo XIX, su intenso colorido llamó la atención del político y botánico norteamericano Joel Roberts Poinsett, enviado especial de EE. UU. en México, quien **no solo se apoderó de la tradición para expandirla a otros países empezando por el suyo**, sino que la renombró con su propio nombre: la

poinsettia.

Aunque existe la creencia errónea de que difícilmente sobrevive a las fechas navideñas, los expertos de **la campaña 'Stars for Europe' financiada por la UE** explican que con cuidados adecuados puede durar mucho tiempo.

Tras su conocida floración invernal, «es **normal que la planta pierda sus brácteas de colores** y entre en una fase de reposo que suele prolongarse hasta abril» y durante este tiempo «apenas necesita atenciones» más allá de ser ubicada en un lugar fresco y luminoso, con una temperatura de entre 15 y 18 grados y un mínimo riego.

Otras plantas tradicionales: acebo, musgo, romero y cactus de Navidad

A partir de septiembre, es necesario someter a estas plantas de Navidad a «**un proceso de oscuridad controlada durante un período** de entre seis y ocho semanas», permaneciendo «entre 12 y 14 horas diarias a oscuras, sin recibir absolutamente ninguna fuente de luz» para que vuelva a desarrollar todo su colorido.

El muérdago tiene profundas **raíces en las tradiciones nórdicas y celtas**, donde se asociaba con la protección, el amor y la prosperidad, así como con usos rituales y medicinales. La ciencia moderna ha confirmado que sus propiedades químicas varían según el árbol que lo recibe.

La **flor de Pascua, introducida en la decoración navideña a través de las misiones franciscanas** en México, se extendió posteriormente a nivel internacional y se popularizó en el siglo XIX. A pesar de las creencias comunes, puede prosperar más allá de las vacaciones con el cuidado adecuado y condiciones de luz controladas para recuperar su distintiva coloración invernal.

El Maipo/Ecoticias