

Manzanilla

Matricaria recutita L.

Nombres vernáculos: manzanilla, manzanilla común, manzanilla de Castilla, manzanilla ofical.

Descripción: planta herbácea anual. Raíz delgada. Tallo ramificado de hasta medio metro de altura, con hojas aisladas, pequeñas, de peciolo corto. Cabezuelas florales compuestas por numerosas flores amarillas pequeñas tubulosas centrales, cuyo conjunto conforma un receptáculo central sobresaliente cónico y hueco, rodeadas de lígulas o pétalos blancos. Frutos son aquenios obovoides, convexos en la cara dorsal, oblicuamente truncados en su parte superior.

Farmacognosia: Las cabezuelas florales de la planta constituyen la droga de Farmacopea. Con frecuencia la manzanilla es adulterada con flores de otras dos especies de la misma familia: *Chamaemelum nobile* L. y *Anthemis cotula* L.

Farmacodinamia: se ha determinado las propiedades antiespasmódicas de manzanilla. Con respecto a los usos populares, la manzanilla es una de las plantas más utilizadas por la población en general. Se emplean las flores y hojas para tratar un gran número de afecciones: trastornos digestivos (dolor de estómago, indigestión, dispepsia, cólicos, diarreas), afecciones renales y de la vejiga, dolores menstruales. En forma externa se usa para lavar heridas, descongestionar los ojos, y para aplicar en calidad de fomentos en casos de cólicos intestinales.

Presentación comercial: además de las flores (inflorescencias) secas y troceadas de la planta, existen en el mercado varios productos, entre ellos un aceite lubricante a base de extracto de flores de manzanilla, y una crema protectora dérmica. La manzanilla también es un ingrediente de pastas dentales libres de fluor y de enjuagues bucales.

Aspectos agronómicos: la manzanilla crece en terrenos templados y relativamente áridos; requiere agua para germinar. Se propaga por semillas; primero se siembra en almácigos de tierra rica en humus y las plántulas se trasplantan luego de 6 semanas. La semilla es muy pequeña: 1.000 pesan 0,142 gramos.



Matricaria recutita L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-091.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pm10.htm>

Esta planta requiere de bastante luz solar sobre todo para la floración y producción del aceite esencial. Se recomienda fertilizar en forma orgánica. La cosecha se hace en el momento de máxima floración al medio día; pueden hacerse de 4-5 cortes cada 10-15 días. Las cabezuelas son muy delicadas; se secan en capas delgadas a la sombra o en corriente de aire a 30-40°C. En Chile la exportación de este recurso ocupa el segundo lugar después del orégano, con un máximo de 212 toneladas en 2001, según antecedentes de ProChile.



http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/8/89/Matricaria_recutita.jpg

Hábito natural



Manzanilla (original RC Peña).

49. MANZANILLA (*Matricaria recutita*), flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: trastornos digestivos (dolor de estómago, indigestión, digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsia), cólicos, flatulencia, diarreas); afecciones de las vías urinarias (cistitis o inflamación de la vejiga); dolores menstruales; insomnio.

La infusión se prepara con una cucharada de flores para 1 litro agua recién hervida; dejar reposar y filtrar: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: heridas superficiales, contusiones, picaduras de insectos; irritaciones e infecciones en la boca; ojos irritados; cólicos abdominales; hemorroides.

Usar la misma infusión como gargarismos y para lavar y descongestionar los ojos.

Usar como compresas calientes sobre pared abdominal en caso de cólicos. En hemorroides usar primero como vahos de asiento (cuando la infusión está caliente) y luego en baños de asiento (cuando la temperatura es tolerable sin quemarse).

Efectos: antibacteriano¹, antiespasmódico², diurético³ suave, carminativo⁴, anti-inflamatorio, cicatrizante.

Precauciones: almacenar en envases bien cerrados y protegidos de la luz.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso en el tratamiento sintomático de trastornos digestivos, desórdenes nerviosos y en problemas de la piel y mucosas está avalado por estudios clínicos.

1. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

2. Calma los retortijones estomacales.

3. Promueve y aumenta la producción de orina.

4. Previene y favorece la expulsión de gases.