

MANZANILLA



Nombre científico: *Matricaria chamomilla*

Nombre común: Manzanilla común

Origen: Introducido seguro No invasora

Familia: Asteraceae

Hábitat: nativas del sur y este de Europa. Las plantas se pueden encontrar en el norte de África, Asia, América del Norte y del Sur, Australia y Nueva Zelanda

Descripción: La verdadera manzanilla es una planta anual con raíces delgadas en forma de huso que solo penetran plenamente en el suelo. El tallo ramificado es erecto, muy ramificado y crece hasta una altura de 10 a 80 cm. Las hojas largas y angostas.

Los capítulos florales se colocan por separado, tienen un diámetro de 10 a 30 mm, son pedunculados y heterógamos. Las flores tubulares de color amarillo dorado.

Información médica: Como fármaco, encuentra uso en flatulencia, cólico, histeria y fiebre intermitente. Las flores de *M. chamomilla* contienen el aceite esencial azul que encuentra una variedad de usos. La manzanilla se usa principalmente como antiinflamatorio y antiséptico, también antiespasmódico y levemente sudorífico. Se usa internamente principalmente como tisana (infundir 1 cucharada sopera del fármaco en 1 L de agua fría y no calentar) para los trastornos del estómago asociado con el dolor, para la digestión lenta, para la diarrea y la náusea; más raramente y de manera muy efectiva para la inflamación del tracto urinario y para la menstruación dolorosa.

Externamente, el fármaco en forma de polvo se puede aplicar a heridas de cicatrización lenta, para erupciones cutáneas e infecciones, como culebrilla y forúnculos, también para hemorroides y para la inflamación de la boca, la garganta y los ojos.

Los productos tabulados de extractos de flores de manzanilla se comercializan en Europa y se utilizan para diversas dolencias.

Además de los usos farmacéuticos, el aceite se utiliza ampliamente en perfumería, cosmética y aromaterapia, y en la industria alimentaria.

La verdadera manzanilla se confunde muy a menudo con plantas del género *Anthemis*. Hay que prestar especial atención para evitar confusiones con *Anthemis cotula* L., una planta venenosa de olor repugnante.

Principios activos: compuestos activos y terapéuticamente interesantes. Los sesquiterpenos, flavonoides, cumarinas y poliacetilenos se consideran los constituyentes más importantes.

Se han identificado más de 120 componentes químicos en la flor de manzanilla como metabolitos secundarios.

Fotografías: David Chong Pérez