



Manzanilla (*Matricaria chamomilla*)

Camomille, Wild chamomile, Camamilla, Manzanilla de Aragón

Descripción

Planta herbácea anual de tallo erecto, alto y fino, con largas hojas en la parte inferior que llegan a medir 5cm. Alcanza una altura variable entre 20 y 40cm. Hojas alternas de color verde claro, las inferiores pediceladas, las superiores sésiles. Las flores se hallan sobre receptáculos cónicos, sus lígulas son blancas y cuelgan a medida que van madurando. Los flósculos son amarillos. Florece en primavera. Es una planta aromática de sabor amargo. Se encuentra distribuida de forma natural por toda la Península.

Propiedades

Normalmente se ha encasillado la manzanilla por sus propiedades relajantes y tranquilizantes, sin embargo, los beneficios de esta planta van mucho más allá y sus propiedades pueden solucionar muchos otros problemas de nuestro organismo. Tomada como infusión se utiliza generalmente para combatir el insomnio la ansiedad y el nerviosismo. Por su condición de protector y reparador de la membrana gástrica es muy adecuada en todas las afecciones del aparato digestivo. También se usa para ayudar a reducir los niveles de colesterol ya que tiene colina que ayuda a eliminar las grasas de la sangre lo que conlleva una disminución del colesterol en las arterias. Otra forma de utilizar la manzanilla es directamente sobre la piel para curar ciertas alergias, quemaduras solares e irritaciones cutáneas.

Cuidados

La manzanilla es una planta poco exigente en cuanto a suelos. Prefiere los terrenos no demasiado duros, ligeros y algo húmedos con un pH entre 6 y 8. Es una planta típica de secano. Está muy bien adaptada a climas templados, e incluso un poco fríos. Prefiere exposición a pleno sol y es resistente a las heladas.

Enfermedades y plagas

La manzanilla tiene una gran capacidad combativa frente a las malas hierbas. En general es una planta muy rústica a la que se le asocian pocas enfermedades y plagas. Puede sufrir ataques de áfidos.

Como combatir las plagas más frecuentes

En cultivo convencional se puede combatir el pulgón con insecticidas antiáfidos. Y en el caso de tratarse de cultivo ecológico se pueden usar aceite de neem o jabón potásico.

Época de plantación y formato más adecuado

	Bandeja	Venta primavera	Venta otoño
10.5 / 13cm	112	S.5-13	S. 33-40

Nota: los comentarios expresados son fruto de la experiencia en cultivo de Riera-Villagrasa SL., adáptenlos a su zona geográfica y a su método de cultivo.