

# Manzanilla



**Nombres comunes:** Manzanilla, manzanilla de

Castilla, manzanilla alemana, manzanilla dulce, manzanilla cimarrona

**Nombre científico:** *Matricaria recutita*

**Clima:** Frío, templado, y caliente

**Descripción de la planta:** La manzanilla es una planta herbácea de la familia de las margaritas. Es una planta anual resistente, con raíces rastreras. Las flores tienen un núcleo amarillo rodeado de pétalos blancos y crecen en largos tallos que provienen de los tallos principales. Las hojas verdes son dentadas. Los tallos enraizan a medida que se arrastran y se extienden hasta unos 15 cm. Puede alcanzar alturas de hasta 70 cm. La manzanilla se siembra por sí sola. La planta es resistente a las heladas y de corta duración en las regiones más cálidas.

**Cultivo:** La manzanilla alemana crece mejor a pleno sol, pero puede adaptarse a las condiciones de sombra. Prefiere suelos arenosos bien drenados. Se puede cultivar a partir de semillas en interiores y debe plantarse aproximadamente un mes antes de trasplantar en el campo. Las semillas deben mantenerse húmedas para que germinen, y demoran aproximadamente dos semanas. La tasa de éxito de las semillas es de aproximadamente el 50%. Es mejor trasplantarlos cuando ha pasado todo peligro de heladas. Deben plantarse a una distancia de unos 15 cm entre plantas.

La manzanilla requiere una cantidad moderada de agua y crece mejor en suelos húmedos pero no mojados. Debe recortarse a principios de la primavera para fomentar un nuevo crecimiento. No compite bien con otras malezas, por lo que es importante desyerbar el área alrededor de la planta.

Las flores están listas para cosechar cuando los pétalos comienzan a inclinarse hacia el centro. Se cortan flores y tallos de la planta. Se pueden secar y almacenar en un recipiente hermético, donde no entra aire. Es importante asegurarse de que no haya insectos en la planta antes de almacenarla. Si las flores tienen insectos, deben lavarse con agua caliente y secarse nuevamente.



**Usos:** La manzanilla es una excelente planta

compañera para tener en el campo y se dice que ayuda al crecimiento de cebollas, pepinos y otras herbáceas. También se dice que mejora el sabor de las cebollas y las coles.

Atraen insectos benéficos y polinizadores.

El té de manzanilla, de las flores hervidas en agua, se usa comúnmente como relajante, para tratar resfriados, fiebres, problemas digestivos y como antiinflamatorio. Se utiliza para aliviar los dolores de la dentición en los bebés. Puede usarse externamente para tratar cortes y heridas, úlceras de la piel, quemaduras, e inflamación o infección de los ojos.

Algunas personas pueden ser alérgicas a la manzanilla y es mejor no tomarla durante el embarazo.

**Plagas y enfermedades:** La manzanilla alemana es una planta bastante resistente que no es susceptible a muchas plagas o enfermedades. Ciertos tipos de escarabajos parecen atraídos por esta planta, por lo que es importante asegurarse de que las flores estén limpias antes de secarlas y almacenarlas.

## Referencias:

[http://abc.herbalgram.org/site/DocServer/CRCPRESSChamomile-Section\\_1.5978-1-4665-7759-6.pdf?docID=6362](http://abc.herbalgram.org/site/DocServer/CRCPRESSChamomile-Section_1.5978-1-4665-7759-6.pdf?docID=6362)

<https://harvesttotable.com/how-to-grow-chamomile/>

<https://harvesttotable.com/how-to-grow-chamomile/>

<https://www.herbwisdom.com/herb-chamomile.html>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2995283/>

<https://www.sciencedirect.com/topics/agricultural-and-biological-sciences/chamomile>

<https://www.thedailygarden.us/garden-word-of-the-day/chamomile>

---

English version: Chamomile

---

Revisión #2

Creado Thu, Oct 15, 2020 3:35 AM por Liam

Actualizado Thu, Oct 15, 2020 3:39 AM por Liam