



Joan Vallès

Achillea pyrenaica Sibth. ex Godr. = *Achillea ptarmica* subsp. *pyrenaica* (Godr.) Heimerl

Familia: Compositae (Asteraceae)

camamilla

USOS PRINCIPALES



GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

Lista Roja: -
RD 139/2011: -
Catálogos autonómicos: CM
Directiva Hábitats: -

NOMBRES VULGARES

Catalán: camamilla, camamilla de muntanya, camamilla de Núria, camamilla de Rojà, camamilla dels Pirineus (CT) [1–7].

DESCRIPCIÓN

Planta herbácea vivaz, erecta, de 15-80 cm, a veces leñosa en la base, poco ramificada. Hojas lanceoladas, de 3-5 x 0,5 cm, sésiles, agudas, con dientes simples pequeños, glandulosas en su extremo. Capítulos en grupos de entre dos y seis, de 8-12 mm diámetro, con ligulas de unos 5 mm, blancas.

HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Vive en prados húmedos de montaña, ricos en materia orgánica, generalmente sobre sustrato calcáreo, entre 1200-2600 m.

Florece de junio a septiembre.

Endemismo ibérico que se encuentra disperso por las sierras del norte de España, especialmente en Pirineos y sistema Ibérico.

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

ALIMENTACIÓN HUMANA

Bebidas alcohólicas

En Vilarnadal [7] y en el valle de Camprodon [5] (Gerona), las inflorescencias de esta planta son un ingrediente de uno de los más renombrados licores populares en estas zonas, la *ratafia*.

MEDICINA

Sistema circulatorio

La tisana preparada por decocción de los capítulos se considera *protectora cardíaca* en el Alt Ter; se dice que va bien para el corazón [5].

Sistema digestivo

En el Alt Ter y en otras zonas de la comarca del Ripollès este taxon se emplea para dolores de estómago o de vientre (antiálgico y antiinflamatorio gástrico o intestinal) y también para las náuseas [5]. La manera de aplicar el remedio es la ingestión de una tisana obtenida por decocción de los capítulos, y en algún caso se cita que se puede añadir, en el momento de la preparación, una cucharada de aguardiente. Coincidiendo con algunas de estas aplicaciones, en el Alt Empordà la planta se usa como antiinflamatorio gástrico (para el dolor de estómago) y digestivo [7]. Igualmente en este lugar se usa como antinauseabundo. En estos últimos casos, se aprovechan los capítulos, preparados en infusión. Dentro del mismo ámbito de uso, en la comarca de la Cerdanya (Pirineo catalán), los capítulos preparados por decocción se usan como antiséptico intestinal [6]. En el Ripollès, además, se prepara, siempre con las inflorescencias, un colutorio para hacer enjuagues bucales, como antiinflamatorio [5], mezclado con saúco (*Sambucus nigra* L.) y tomillo (*Thymus vulgaris* L.).

Sistema respiratorio

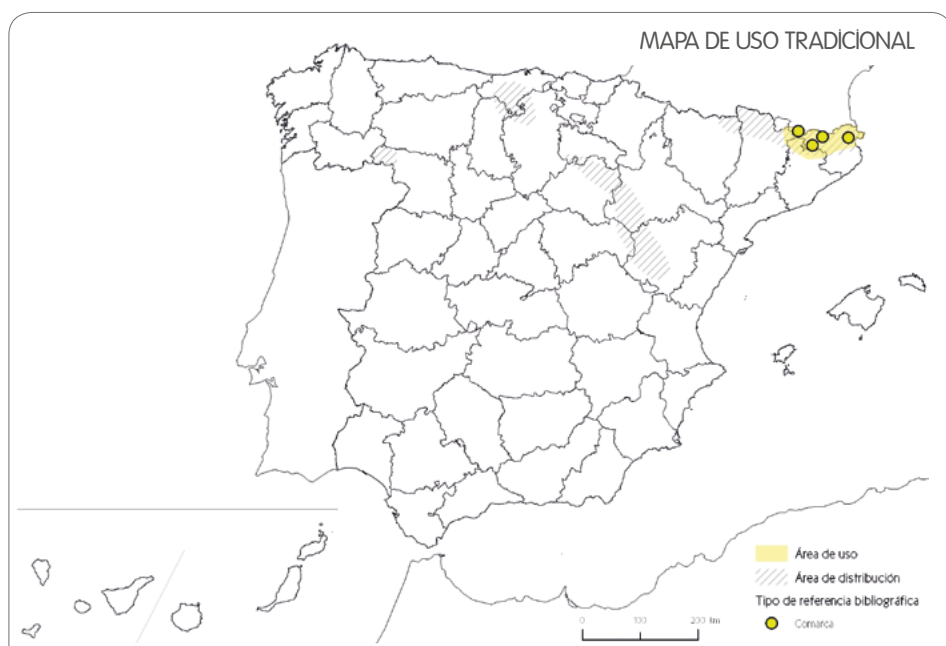
Los capítulos de la planta se administran en el valle de Camprodon en forma de tisana preparada por decocción, mezclados con sistra (*Meum athamanticum* Jacq.) y tila (*Tilia platyphyllos* Scop.) como anticitarrales, con la advertencia de no abusar de este tratamiento, ya que puede bajar bastante la presión sanguínea [5].

Musculatura y esqueleto

Nuevamente las inflorescencias, y también en el Alt Ter, se usan, esta vez maceradas en aceite de oliva y por vía externa, contra el dolor [5].

Sistema nervioso y enfermedades mentales

Una tisana preparada por decocción de los capítulos de esta planta mezclados con hierba luisa (*Aloysia citrodora* Gómez Ortega & Palau), hierbabuena (*Mentha × piperita* L.) y tila (*Tilia platyphyllos*), se toma para los nervios, como sedante, en el valle de Camprodon [5].



■ VALORACIÓN

Se trata de una especie muy conocida, sobre todo en el área de alta montaña pirenaica a la que nos hemos referido repetidamente [5]. Aunque algún informante la considera demasiado fuerte de sabor y declare preferir otro tipo de manzanilla, en general goza de bastante prestigio en la zona, donde algunos dicen que es la más estimada o que, pese a su amargor, es la más medicinal de todas. Esta planta se utiliza en muy pocos territorios, limitados al Pirineo catalán, por lo que su utilización actual es frecuente a escala local, aunque relativamente restringida si se considera toda España.

■ OBSERVACIONES

Es digno de mención el hecho de que las personas que viven cerca de los lugares donde se encuentra esta planta [5] la denominan simplemente *camamilla*, mientras que en otras áreas el nombre suele llevar un elemento restrictivo (*del Pirineu, de Núria*), lo que acontece también en su denominación preferente en muchas obras escritas (*de muntanya*), ya que para muchas personas en Cataluña, que no habitan en zonas de alta montaña, la manzanilla o *camamilla* por excelencia es *Matricaria chamomilla* L. En otro orden de cosas, los usos citados de la comarca del Alt Empordà provienen de una informante procedente de una zona fronteriza entre las comarcas de la Garrotxa y el Ripollès y, aunque hace más de 35 años que está establecida en el Alt Empordà, sin duda conoce este taxon (inexistente en esta última comarca) de la alta montaña ripollesa, donde declara que va a recolectarlo.

Órganos de los sentidos

En el valle de Camprodon una tisana preparada por decocción de los capítulos se aplica en forma de baños oculares como **antiséptica**, en casos de dolor ocular y ojos pegajosos [5].

Otros usos medicinales

En el Alt Ter se prepara una decocción de capítulos de esta planta junto con tomillo (*Thymus vulgaris*) y tila (*Tilia platyphyllos*) para tomar por las mañanas como salúfero general, indicando que se hace para no beber agua clara [5].

VETERINARIA

Sistema digestivo

Dos usos contrapuestos de los capítulos de esta planta preparados mediante decocción y administrados como tisana se han recogido en el Alt Ter [3,5]. Por una parte, se usan, mezclados con saúco (*Sambucus nigra*), como antidiarreicos en ganado, especialmente vacuno. Por la otra, se emplean, junto con bicarbonato sódico y aceite de oliva, como laxantes.

Otros usos veterinarios

En el Alt Ter se prepara una decocción de capítulos de esta planta junto con tomillo (*Thymus vulgaris*) y tila (*Tilia platyphyllos*) para dar como salúfero general a los terneros sietemesinos [3,5].

INDUSTRIA Y ARTESANÍA

Cosmética, perfumería y limpieza

Los capítulos se utilizan, por vía externa, en el valle de Camprodon para aclarar el color del pelo [5].

■ REFERENCIAS HISTÓRICAS

Font Quer afirma en su *Dioscórides renovado* [8] que la historia de esta planta empieza con Mattioli y los grandes botánicos del siglo XVI y que en la *Historia generalis plantarum* de Dalechamps, publicada en 1574, ya figura esta planta pirenaica remitida por el médico vigitano Micó con el nombre de *mentae sarracenicae species altera*.

■ REFERENCIAS

1. Rigat *et al.* 2013; 2. Rigat *et al.* 2009; 3. Carrió *et al.* 2012; 4. Rigat *et al.* 2007; 5. Rigat 2005; 6. Muntané 1991; 7. Parada 2008; 8. Font Quer 1961.

