



Nombre de la especie:

- **Común:** Milenrama, aquilea, camomila de los montes, milefonia, erva do carpinteiro, milfoil, yarrow, perla, hierba de las cortaduras
- **Científico:** *Achillea millefolium L.*
- **Familia a la que pertenece:** **Asteraceae.**

Parte utilizada: Follaje

Descripción botánica: Hierba estolonífera, de 30 a 90 cm de altura. Hojas sesiles pinnado-partidas en segmentos lineales dentados, las hojas basales son mayores que las caulinares. Capítulos agrupados en inflorescencias densas dispuestas en planos horizontales en el extremo de las ramas; cada capítulo compuesto por 4 o 6 flores radiales blancas, y numerosas tubulares blanco amarillentas¹.

Hábitat y Distribución geográfica: Planta nativa del norte de Europa y Asia, adaptadas a climas templados del mundo. En el continente americano se encuentra naturalizada en climas templados del norte entre 1 800 y 2 500msnm². En Cuba se cultiva en Topes de Collantes y en colecciones especiales¹.

Parámetros agrotécnicos: Requiere suelos bien drenados de zonas templadas, PH 6,1, suelo moderadamente rico en humus, bien drenados, pleno sol³. Se propaga por semillas, división o rizomas. Por división puede practicarse en cualquier época del año, hacer divisiones de plantas de 4-5 años, sembrar directamente en filas de 40-60 x 20-30 cm de distancia; por semillas el cultivo resulta difícil. La recolección se realiza cuando la planta está en plena floración, regularmente se hacen dos cortes a una altura de 20 cm del suelo, las hojas y flores se secan a la sombra o con aire forzado, el secado rápido es indispensable para un buen color. Se obtiene un rendimiento de 15-17 t/ha de planta fresca, 1,5-4,8 t/ha de planta seca y 600-2 500 kg/ha de flores secas^{4, 5}.

Composición química: Las hojas y flores contienen aceite esencial y aceite graso, glucósidos, alcaloides, aldehídos, carbohidratos, minerales, poliamidas, esteroides, triterpenos, amargos y taninos^{3, 6}. El aceite esencial está constituido por más de 40 componentes dentro de los que se señalan allo-ocimeno, apigenol, azuleno, borneol, acetato de bornilo, cadineno, canfeno, alcanfor, 1,8-cineol, choapeño, aldehído cumínico, p-cimeno, eugenol, farnesol, entre otros; de los ácidos grasos se destacan el cerótico, mirístico y palmítico^{4,7, 8}

Usos: Hemostática (tópica), antiespasmódica, colagoga, aperitiva, carminativa, laxante, hipotensora, antihemorroidales, antiséptica, febrífuga, antiinflamatoria. Se utiliza para la incontinencia de la orina, normalizar el flujo menstrual, contra la blenorragia, vulneraria y para aumentar la secreción de los jugos⁹

Actividades Farmacológicas demostradas: El extracto y el aceite esencial son insecticidas¹⁰; el extracto acuoso induce ligero aumento de la diuresis¹¹; el extracto etanólico de la planta seca tiene actividad sobre el SNC y cardiovascular¹²; El extracto acuoso tiene actividad hemostática y antiinflamatoria¹³.

Toxicidad: Es considerado como no tóxico, el FDA aprueba su uso únicamente en bebidas alcohólicas^{6, 7}. En dosis elevada o por tiempo prolongado puede ser dañina, producir vértigo, cefalea y puede ser un estimulante uterino^{14, 15}.

Reacciones Adversas y Contraindicaciones: El polen de las flores, puede ser peligroso para personas alérgicas^{6, 14, 15}, el uso prolongado puede causar dermatitis y fotodermatitis^{9, 13}. No administrar durante el embarazo⁹

Interacciones con alimentos o medicamentos: No se señalan

Bibliografía:

1. Fitomed. <http://www.sld.cu/servicios/medicamentos>
2. Nash DL, William LO (1976) Flora de Guatemala. Fieldiana Botany 24(12):387, 581
3. Font Quert P (1976) Plantas Medicinales. Barcelona, Labor, pp 803
4. Morton JF (1981) Atlas of Medicinal Plants of Middle America. Springfield, Charles C. Thomas, pp 900
5. Hutchens AR (1991) Indian Herbage of North America. Boston, Shambala, pp 313
6. Chandler RF, Hooper SN, Harvey MJ (1982) Ethnobotany and Phytochemistry of yarrow *Achillea millefolium*. Compositae. Econ Bot 36: 203-223
7. Duke JA (1985) Handbook of medicinal herbs. Boca de Ratón CRC Press pp 9
8. Cáceres A, Samayoa B (1989) Tamizaje de la actividad antibacteriana de plantas usadas en Cuaderno DIGI No 6-89 :19
9. Díaz LJ (1976) Uso de las plantas medicinales de México. México IMEPLAN pp 2
10. Grainge M, Ahmed S (1988) Handbook of Plants with Pest-Control Properties. New York, John Wiley & Son, pp 5
11. Cáceres A, Girón LM, Martínez AM. (1987) Diuretic activity of plants used of the treatment of urinary ailment in Guatemala. J. Ethnopharmacol 19:233
12. Dhawan BN, Dubey MP, Mehrotra BN, Rawtogi RP, Tandon JS (1980) Screening of indian Plants for biological activity. Part IX Indian J Exp Biol 18 :594
13. Foster S, Duke JA (1990) A Field Guide to Medicinal Plants. Eastern/Central. Boston, Houghton Mifflin Co., pp 64
14. Tyler VE, Brandy LR, Robbers JE (1988) Pharmacognosy. Philadelphia. Lea & Febiger, pp 492
15. Tyler VE (1993) The Honest Herbal, New York. Pharmaceutical Products Press., pp 83