

Camomilla comune (*Matricaria chamomilla*). **Famiglia:** Asteracee.



Il nome deriva da greco (*Χαμαιμηλου*) (Chamaimelon) , che significa mela rara e da cui deriva il tardo latino **Chamomilla** , per il suo caratteristico odore somigliante a quello della mela renetta.

Esistono diverse varietà di camomilla, ma ai nostri fini interessano due varietà quella comune e quella cosiddetta *c. romana*.

Descrizione: La Camomilla comune è pianta erbacea annuale, con fusto alto fino a 50 cm, nella specie spontanea, 80 cm -1 m, nella specie coltivata, da cui si sviluppano i rami; ha radici a fittone, foglie bipennate, glabre e pelosette,(ma molto di più nella varietà **C. romana** ((*Anthemis nobilis*), che è erba perenne con capolini più grandi), capolini con ricettacoli conici e cavi, posti all'apice dei rami, formando insieme un corimbo; i fiori del disco sono gialli, la corolla è bianca.

Fiorisce da maggio fino a tutta l'estate. La pianta è molto diffusa in Europa ed Asia, mentre la varietà romana o nobile è diffusa in Europa. Entrambe le varietà sono molto profumate.

Raccolta : La pianta si raccoglie appena i fiori incominciano a perdere i petali e si fanno dei mazzetti posti ad essiccare al buio, in luogo asciutto e fresco, e , successivamente, si conservano in boccaccio divetro.

Contenuti: eteri di diversi acidi , idrocarburi contenenti il principio attivo **azulene e l'antemene**, oltre a vitamine e minerali.

Usi: Si usano i fiori per preparare infusi, tisane e decotti (per questo la mamma usava l'intera pianta essiccata.

Molto efficace ai fini terapeutici è l'**Olio essenziale** contenete acido caproico, a. nonilico, a. tiglico oltre a azulene, antemene e Vitamina C.

Sia l'Olio essenziale che gli infusi hanno impiego per la proprietà sedativa, antispastica, diuretica, digestiva, mentre le Lozioni trovano impiego per imbiondire i capelli. I decotti per impacchi esterni e per bagni calmanti.

ATTENZIONE!!! Gli usi e le applicazioni sono indicati solo a mero scopo informativo, per cui si declinano tutte le responsabilità sul loro utilizzo a scopo curativo, estetico, alimentare, per i cui usi bisogna sempre richiedere il consiglio del medico farmacologo



camomilla a mazzetti