



Achillea millefolium

 Herba das rulas, Milffollo

La milenrama o flor de la pluma, *Achillea millefolium*, es una especie herbácea perteneciente a la familia de las Compuestas (Asteraceae).



Taxonomía

Basónimo

Achillea millefolium fue descrita por Carlos Linneo y publicado en *Species Plantarum* 2: 899. 1753.

Etimología

Achillea nombre genérico nombrado en honor de Aquiles. Se ha indicado también que el nombre, más específicamente, proviene de la guerra de Troya, donde Aquiles curó a muchos de sus soldados y al propio rey Télefo, rey de Micenas, utilizando el poder que la milenrama tiene para detener las hemorragias.– *millefolium*: epíteto latino que significa "con mil hojas".

Citología

2n= 18,36,45,54,63.

Milenrama



Achillea millefolium

Taxonomía

Reino:	Plantae
División:	Magnoliophyta
Clase:	Magnoliopsida
Subclase:	Asteridae
Orden:	Asterales
Familia:	Asteraceae
Subfamilia:	Asteroideae
Tribu:	Anthemideae
Subtribu:	Matricariinae
Género:	<i>Achillea</i>
Especie:	<i>Achillea millefolium</i> L., 1753

Subespecies

- *Achillea millefolium* subsp. *alpestris* (Wimm. & Grab.) Gremli
- *Achillea millefolium* subsp. *ceretana* (Sennen) Sennen
- *Achillea millefolium* subsp. *stricta* (Schleich. ex Heimerl) Hyl.
- *Achillea millefolium* subsp. *sudetica* (Opiz) Oborny



Descripción

Esta planta es de la familia de las asteráceas, es herbácea y de su rizoma pueden salir uno o varios tallos erectos que rara vez se ramifican.



Las flores diminutas se juntan en lo que llamamos capítulos con cinco lígulas, que más o menos compactos da la sensación de ser una única flor. No todos los capítulos son heterógamos, esto es, no todas las flores son hermafroditas o tienen los dos sexos, sino que van acompañadas de otras que son unisexuales o de un único sexo. Se aprecian tanto las flores como las lígulas, se puede apreciar, aunque ésta no mide más de 3 o 4 mm, que son tridentadas o acabadas en forma de tres dientes.

Las flores diminutas del centro son flosculosas, de corola con cinco pétalos y actinomorfas



Todos los capítulos radiales forman el corimbo. Con un diámetro apreciable de entre 5 cm y 10 cm.



La tercera foto muestra en detalle el involucro o cubierta que envuelve al receptáculo en el que se aprecian las brácteas en forma lanceolada y un poco ovada que lo envuelve (esa especie de escamas que rodea a las flores). Este tipo de involucro se denomina involucro plurifloro al rodear a varias flores. El fruto de la *Achillea millefolium* es un aquenio y carece de vilanos.



Esta planta mielécica se distingue de sus hermanas principalmente en sus hojas que llegan a medir hasta 15 cm de largo y centímetro y medio de ancho. Como se puede apreciar en la cuarta fotografía, las hojas se dividen en segmentos muy pronunciados que llegan prácticamente al nervio central de la hoja, estos segmentos a su vez, vuelven a dividirse. El tallo es tomentoso o con pequeños pelos enmarañados, finos y delgados que le da una sensación de terciopelo, en las hojas también se aprecian pero menos espesos.

Nombre común

Se la conoce como *milenrama* y también como *cientoenrama*, *maquilea*, *espuma de la leche*, *hierba del carpintero*, *hierba de Aquiles*, *colchón de pobre*, *milefolio*.

- Castellano: abrofia, ajoporro, altarreina, aquilea, artemisa bastarda, balsamina, cañimana, camomila de la sierra, camomila de monte, celestina, cientoenrama, filigrana, flor de la pluma, flor de pujo, flor del soldado, flores mil, hierba de Aquiles, hierba de las cortadas, hierba de las cortaduras, hierba de las heridas, hierba del golpe, hierba del militar, hierba de los carpinteros, hierba del soldado, hierba de San Juan, hierba meona, hinojo, manzanilla,

- *Achillea albida* Willd.
- *Achillea alpicola* (Rydb.) Rydb.
- *Achillea ambigua* Boiss.
- *Achillea ambigua* Pollini
- *Achillea anethifolia* Fisch. ex Herder
- *Achillea angustissima* Rydb.
- *Achillea arenicola* A.Heller
- *Achillea bicolor* Wender.
- *Achillea californica* Pollard
- *Achillea ceretanica* Sennen
- *Achillea compacta* Lam.
- *Achillea coronopifolia* Willd.
- *Achillea crassifolia* Colla
- *Achillea cristata* Hort. ex DC.
- *Achillea cuspidata* Wall.
- *Achillea dentifera* Rchb.
- *Achillea eradiata* Piper
- *Achillea fusca* Rydb.
- *Achillea gigantea* Pollard
- *Achillea gracilis* Raf.
- *Achillea haenkeana* Tausch
- *Achillea intermedia* Schleich.
- *Achillea lanata* Lam.
- *Achillea lanulosa* Nutt.
- *Achillea laxiflora* A.Nelson
- *Achillea laxiflora* Pollard & Cockerell
- *Achillea magna* All.
- *Achillea magna* L.
- *Achillea magna* Haenke
- *Achillea marginata* Turcz. ex Ledeb.
- *Achillea megacephala* Raup
- *Achillea millefolilium* E.Mey.
- *Achillea nabelekii* Heimerl
- *Achillea nigrescens* (E.Mey.) Rydb.
- *Achillea occidentalis* (DC.) Raf.
- *Achillea ochroleuca* Eichw.
- *Achillea ossica* K.Koch
- *Achillea pacifica* Rydb.
- *Achillea palmeri* Rydb.
- *Achillea pecten-veneris* Pollard
- *Achillea pratensis* Saukel & R.L
- *Achillea pseudotanitifolia* Wierz
- *Achillea puberula* Rydb.
- *Achillea pumila* Schur
- *Achillea rosea* Desf.
- *Achillea setacea* Schwein.
- *Achillea sordida* (W.D.J.Koch) I
- *Achillea subalpina* Greene
- *Achillea subhirsuta* Gilib.
- *Achillea submillefolium* Klokov
- *Achillea sylvatica* Becker
- *Achillea tanacetifolia* Mill.
- *Achillea tenuifolia* Salisb.
- *Achillea tenuifolia* var. *albicaulis*
- *Achillea tenuis* Schur
- *Achillea tomentosa* Pursh
- *Achillea virgata* Hort. ex DC.
- *Achillios millefoliatus* St.-Lag.
- *Alitubus millefolium* (L.) Dulac
- *Alitubus tomentosus* Dulac
- *Chamaemelum millefolium* (L.) E.H.L.Krause
- *Chamaemelum tanacetifolium* (All.) E.H.L.Krause
- *Chamaemelum tomentosum* (L.) E.H.L.Krause



manzanilla del Moncayo, manzanilla romana, meona, milefolio, milefolio vulgar, milenrama, milflores, milfolio, milhojas, milhojas de España, milfolio, milinrama, milinraya, milramas, milrayas, milrosas, paraguas, pelo de burro, perejil bravío, rabo de gato, real de oro, siempreverde, triaca, yerba de Aquiles, yerba de las heridas, yerba del golpe, yerba del riñón, yerba meona.

Distribución

Probablemente procede de Eurasia. Crece principalmente en Asia y la zona mediterránea de Europa, aunque es menos abundante e incluso inexistente en regiones como Andalucía y el sur de Portugal. Prospera también en otros sitios de América a causa de la dispersión accidental que han hecho los humanos.

Hábitat

De forma natural, la milenrama crece en zonas no demasiado secas y bien drenadas. Se puede encontrar en pastos, en campos cultivados o no y a menudo junto a las carreteras, en laderas de montaña y en zonas boscosas. Entre los 0 y 2.400 m de altitud, aunque prefiere altitudes inferiores a 1.500 m. A partir de los 1.000 m tiene un porte más pequeño y más fragancia.



Achillea millefolium

Aunque es una planta muy tolerante a cualquier tipo de clima, requiere unas condiciones templadas o templadas-frías. Resiste bien las heladas (hasta $-15\text{ }^{\circ}\text{C}$) y a la sequía. Normalmente quiere condiciones de pleno sol.

En cuanto al tipo de suelo, en general se puede decir que se adapta bien a todo tipo de suelos (ácidos o básicos, calizos, secos), siempre que estén bien drenados ya que no resiste el encharcamiento. Por lo tanto, prefiere suelos arenosos y frescos antes que suelos arcillosos y compactos. Crece bien en suelos pobres.

Usos

Jardinería

Las plantas del género *Achillea* es muy utilizado en jardinería tanto por sus flores como por su olor. Especialmente utilizado en arriates con buena resistencia a los suelos pobres. Soportan bien la sequía. Se multiplican por semillas o por división de matas cada dos o tres años.

Toxicidad

Las partes aéreas de *Achillea millefolium* contienen sustancias cuya ingestión puede provocar efectos adversos sobre la salud, por la presencia de monoterpenos bicíclicos en el aceite esencial de la planta fresca, la planta seca, las flores y las hojas.



Achillea son plantas melíferas

Culinario

Se cultiva por sus hojas que se consumen en ensalada o como verduras. El aceite esencial que se extrae de sus hojas y raíces se utiliza por sus propiedades medicinales.

Sinonimia



Europa :

Iceland, Faeroe Isl., England, Channel Isl., Ireland, Northern Ireland, Norway, Sweden, Finland, France, Andorra, Portugal, Spain, Baleares (Mallorca), Denmark, Netherlands, Belgium, Luxembourg, Germany, Switzerland, Austria, Liechtenstein, Italy, Corsica, Poland, Czech Republic, Slovakia, Hungary, Slovenia, Croatia, Bosnia & Hercegovina, Serbia & Kosovo, Montenegro, Macedonia, Albania, Romania, Bulgaria, Greece, European Turkey, Estonia, Latvia, Lithuania, Belarus, Ukraine, Crimea, NW-, N-, C-, E- & S-European Russia

Asia :

Turkey (E-Anatolia, Inner Anatolia, N-Anatolia, NE-Anatolia, NW-Anatolia: Bithynia, SE-Anatolia), European Turkey, Iran (EC-Iran, N-Iran, Iranian Aserbaijan, W-Iran), Afghanistan (Badakshan), Northern Caucasus, Georgia [Caucasus], Armenia, Azerbaijan (incl. Nachichevan), Siberia (W-Siberia, C-Siberia, E-Siberia), Russian Far East, Kazakhstan, Kyrgyzstan, Turkmenistan, Uzbekistan, Tajikistan, Pakistan (Hazara, Swat, Murree), Pakistani Kashmir (Gilgit, Astor, Deosai), Jammu & Kashmir (Murree, Poonch, Kashmir), Vietnam, India (Himachal Pradesh, Uttar Pradesh, Tamil Nadu, Darjeeling)

Català: Milfulles, Camamilla vera

Dansk: Almindelig Røllike, Røllike

Deutsch: Gemeine Schafgarbe, Wiesen-Schafgarbe,

English: yarrow, common yarrow, milfoil

Español: abrofia, ajoporro, altarreina, aquilea, artemisa bastarda, balsamina, cañimana, camomila de la sierra, camomila de monte, celestina, cientoenrama, filigrana, flor de la pluma, flor de pujo, flor del soldado, flores mil, hierba de Aquiles, hierba de las cortadas, hierba de las cortaduras, hierba de las heridas, hierba del golpe, hierba del militar, hierba de los carpinteros, hierba del soldado, hierba de San Juan, hierba meona, hinojo, manzanilla, manzanilla del Moncayo, manzanilla romana, meona, milefolio, milefolio vulgar, milenrama, milflores, milfolio, milhojas, milhojas de España, milifolio, milinrama, milinraya, milramas, milrayas, milrosas, paraguas, pelo de burro, perejil bravío, rabo de gato, real de oro, siempreverde, triaca, yerba de Aquiles, yerba de las heridas, yerba del golpe, yerba del riñón, yerba meona.

euskara: Milorri

français: Achillée millefeuille, Achillee millefeuille, Achillée mille-feuilles

Galego: Milfollas, Herba dos carpinteiros

Italiano: Millefoglio

Latina: Achillea millefolium

Magyar: Közönséges cickafark

Nederlands: Duizendblad, Gewoon duizendblad

Occitan: Milafuèlhas

Polski: Krwawnik pospolity

Português: Milefólio