

## Achillea (*Achillea millefolium* L.)

### ASPETTI BOTANICI

Pianta erbacea rustica, rizomatosa, cespitosa, perenne della famiglia delle Asteracee che cresce spontanea in tutte le regioni italiane, soprattutto nei prati e di cui esistono molte sottospecie. La suddivisione in sottospecie non è puramente teorica perché solo alcune (per es. *A. collina* Becker) forniscono un olio essenziale blu contenente gli azuleni, dalle note proprietà antinfiammatorie.

I fusti, che raggiungono un'altezza di 30-70 cm, sono striati, pubescenti, ramificati all'apice.

Le foglie, di odore aromatico, sono alterne, pelose, molto frastagliate (da cui il nome) e molli. Quelle basali (lunghe da 8 a 13 cm) sono picciolate e molto più lunghe di quelle cauline, sessili.

I fiori (capolini) sono piccoli ( $\varnothing$  3-5 mm) e dotati di 4-6 ligule di colore variabile dal bianco al rosa intenso e sono riuniti in infiorescenze che formano dei corimbi compatti terminali. La fioritura avviene da giugno a settembre.

Il frutto è un achenio privo di pappo. Il peso di 1000 semi è di circa 0.13 g.

### UTILIZZAZIONE

Si utilizzano le foglie (*Millefolii herba*) e le sommità fiorite (*M. flos*) fresche od essiccate, raccolte al tempo della fioritura. La droga contiene oli essenziali (azulene), flavonoidi (rutina, apigenina, luteolina), tannini, sesquiterpenlattoni, sali minerali, resine, cumarine, zuccheri; alcaloidi (betaina ecc.) aminoacidi, acidi ed una sostanza amara (achilleina). L'A. ha moltissime proprietà e può essere impiegata per diversi usi:

- farmaceutico: gli estratti acquosi hanno proprietà stomachiche, antispasmodiche, ipotensive, antipiretiche ed emostatiche;
- cosmetico: gli estratti nei bagni hanno effetti calmanti e lenitivi della pelle e delle mucose; l'olio essenziale trova impiego nella preparazione di creme e shampoo;
- alimentare: la droga è utilizzata come amaro-aromatico per preparare liquori;
- medicina popolare: è usata come tonico, carminativo, febbrifugo, antispasmodico, astringente, cicatrizzante e contro le emorragie mestruali.

#### Standard di qualità

Sia il contenuto di essenza che la sua qualità sono molto variabili. Il contenuto di olio essenziale varia dallo 0.2 allo 0.3%, ma alcune popolazioni selezionate possono contenerne anche >1%, mentre in fusti e foglie la percentuale di o. e. va da 0,02 a 0.07%.

Riguardo alla qualità può essere priva di azuleni o col 20-30% di azulene (azulena = più pregiata).

Altre sostanze presenti nell'olio sono:  $\alpha$  e  $\beta$ -pinene, cariofillene, borneolo, cineolo, sabinene ecc.

## CLIMA E TERRENO

Pianta molto tollerante che vive bene nei climi temperati o temperato freddi, ma che riesce a superare i freddi invernali (-15 °C) e tollera la siccità. E' poco esigente nei confronti del suolo che può essere sia acido che calcareo. Preferisce tuttavia i suoli ben drenati da secchi a freschi, leggeri, in pieno sole o a mezz'ombra. Si devono evitare i suoli pesanti o soggetti a ristagno d'acqua.

## TECNICA COLTURALE

### **Varietà**

In commercio si trovano la varietà tedesca 'Proa', tetraploide, ricca in olio essenziale e proazulene ed a fiori bianchi; la varietà 'Alba' (Slovacca) con un contenuto elevato di o. e. e di proazulene e fiori bianchi.

### **Durata della coltura**

La coltura dell' A., può durare anche 10 anni, tuttavia soprattutto in coltura biologica per difendersi dalle malerbe, è opportuno sfruttare impianti annuali.

### **Preparazione del terreno e concimazione (dosi per 100 m<sup>2</sup>)**

- Aratura autunnale (profondità: 25-30 cm) ed interrimento di 3-4 q di letame maturo (0,4-0,5 m<sup>3</sup>);
- Fresatura od erpicatura primaverile ed interrimento dei concimi minerali o organici in modo da apportare: 0,8-1 kg di N e di P<sub>2</sub>O<sub>5</sub> e 1-1,2 kg di K<sub>2</sub>O.

### **Impianto**

Non si effettua mai la semina diretta.

### Trapianto:

L'achillea si semina in marzo in serra in vaschette e circa un mese dopo si può effettuare il ripicchettamento in singoli contenitori alveolari. Il trapianto in pieno campo si esegue circa due mesi dopo (fine aprile-primi maggio) in file distanti 60-70 cm ed a 25-30 cm sulla fila (5,5-6,5 piante/m<sup>2</sup>).

### Divisione dei cespi

Avendo a disposizione piante di una coltura precedente, si può fare, sia in primavera che in autunno, la divisione dei cespi o dei rizomi. Quest'ultimo è il miglior sistema e si può eseguire tutto l'anno, ma l'epoca più adatta è l'autunno o a fine inverno.

### **Cure colturali**

E' una pianta di facile coltivazione che non presenta alcun problema. Sarchiature interfila (con motocoltivatore) e sulla fila (a mano) per controllare sia le malerbe che i rizomi emessi dall'A. medesima che è piuttosto invadente.

## MALATTIE E PARASSITI

Sono possibili attacchi da parte di un piccolo crisomelide la *Galeruca tanacetii*.

## RACCOLTA E RESE

Le raccolte si susseguono da giugno a settembre, a partire dalla fase di piena fioritura. Nel 1° anno la fioritura inizia nel mese di giugno, mentre negli anni successivi, si anticipa di un mese e si prolunga fino ad ottobre. Il n° di raccolte varia in funzione della disponibilità di acqua e della fertilità del suolo (min.2 max. 5). Alla raccolta, prima si esegue un taglio alto per raccogliere le sommità fiorite ed una parte si stelo (3-4 cm), poi un altro a circa 20 cm dal suolo, per favorire il ricaccio.

N.B. La raccolta va eseguita la mattina presto, in questo modo il contenuto di olio essenziale è più alto.

La temperatura di essiccazione consigliata è di 35 °C.

Le rese sono di: 50 kg/100 m<sup>2</sup> di pianta fresca il 1° anno, e di 150- 170 kg, gli anni successivi, che si riduce a circa 1/3 in peso secco. La resa in sommità fiorite essiccate è invece di rispettivamente di 6-8 kg (1° anno) e di 25 nei successivi.

**Fonti bibliografiche:**

- A.A.V.V. L'Italia agricola 3/1988, pag. 201 Ed. REDA; pag. 201.
- Hornok, 1992 - Cultivation and Processing of Medicinal Plants John Wiley & Sons; pag.313-314.
- J. Fernández-Pola Cultivo de plantas medicinales, aromáticas y condimenticias, EDICIONES OMEGA 2001; pag. 194-196.
- LE MONOGRAFIE TEDESCHE, STUDIO EDIZIONI MILANO 1995