



Foto <https://pixabay.com/>



Foto <https://pixabay.com/>

"Es planta de los jardines que crece con gran facilidad y da muchas flores amarillas. La vi espontánea en España (Tamayo), en la Bureba castellana. El nombre *officinalis*, propuesto por Linneo, arguye su antigua fama como planta medicinal. Muy glandulosa y no muy agradablemente olorosa." E. Pérez Arbeláez. 1956.

**Textos: Sebastian Gómez I. y Hernán D. Rincón H.**

## NOMBRE COMÚN

Es tan común, generalizado y antiguo el nombre de esta especie, que caléndula, se escribe igual en español, inglés, francés y otros idiomas, de hecho, el nombre del género botánico al que pertenece es igualmente caléndula.

**caléndula:** que florece al principio de cada mes de las "caléndulas" o kalendas o de cada luna nueva. (1)

## NOMBRE CIENTÍFICO

La *Calendula officinalis* L. es una especie perteneciente a la Familia ASTERACEAE, también conocidas como Compuestas (*Compositae*. Giseke, *nom. cons.*) y consideradas como la familia de Angiospermas con mayor riqueza y diversidad biológica a nivel mundial (más de 30.000 especies). Esta especie fue descrita y publicada por Linneo en su libro *Especies Plantarum*, en

1.753. Adicional a la Caléndula hay otras especies de esta familia muy comunes en la huerta casera como son las lechugas, la manzanilla, la alcachofa, el estragón y el curry; sin dejar de lado y con muchísima importancia económica, la gran variedad de especies con usos industriales (ejemplo aceites de girasol) o con usos ornamentales que se cultivan en muchos países. En jardinería o para arreglos florales están las famosas margaritas, los pompones, los crisantemos, las gerberas y las gazamias, por mencionar solo algunas de ellas.

## ORIGEN Y/O DISTRIBUCIÓN NATURAL

De acuerdo con la literatura, la caléndula es una especie originaria de regiones del mediterráneo, y particularmente de zonas de Egipto. Fue introducida por los griegos en Europa donde era ampliamente cultivada durante el siglo XII. Actualmente, se cultiva en la mayor parte de todos los continentes.





# Caléndula



Foto <https://pixabay.com/>

*“El amarillo de las flores de caléndula varía desde el anaranjado intenso hasta el lúteo blanquecino, según su variedad”. E. Pérez Arbeláez. 1956.*



Foto <https://pixabay.com/>

## DESCRIPCIÓN

La caléndula es una especie herbácea que alcanza entre 60 y 70 centímetros de altura. Su tallo es de color verde claro, delgado y ramificado. Sus hojas son simples y se distribuyen en el tallo de manera



alternas; son alargadas y pueden alcanzar unos 20 centímetros de longitud, con el borde entero o en algunas ocasiones

con pequeñas puntas; son de color verde claro y presentan vellosidades en su superficie. Sus flores diminutas se agrupan en una inflorescencia vistosa, denominada como “capítulo o cabezuela”, semejantes a una margarita o un girasol, que son rodeadas a su vez por las coloridas brácteas o “filarias”, mal llamados pétalos. Con la particularidad de que estas inflorescencias se abren en horas de la mañana y se vuelven a cerrar al finalizar la tarde.

Después de que pierden las brácteas, la cabezuela se convierte en una especie de esfera formada por unas estructuras muy pequeñas con forma de arco que son las semillas. Cuando dicha estructura se seca, las semillas se separan y son liberadas al ambiente.

## RECOMENDACIONES DE CULTIVO

La caléndula es una especie anual que crece entre los 1.000 y los 2.400 metros de altitud y en Colombia se cultiva principalmente en climas fríos, pero no soporta las heladas. Se desarrolla mejor en ambientes con alta a media intensidad lumínica (requiere de 6 a 8 horas de luz). Se adapta bien a suelos pobres, aunque crece más en suelos ricos en materia orgánica. Se recomienda sembrarla en suelos con muy buen drenaje ya que los encharcamientos pueden dañar la raíz y favorecer la proliferación de organismos que pueden afectarla. En el caso de las huertas caseras, después de que aparezcan las primeras flores (a los 30 o 40 días de sembradas), se puede hacer la recolección de las mismas, utilizando tijeras podadoras, y a partir de este momento cada semana se pueden coleccionar las flores más desarrolladas, según las necesidades de uso.



Foto <https://pixabay.com/>



## USOS

*“Las flores se usan para preparar un té pectoral y para tomar en decocciones como depurativo de la sangre.*

*El zumo de caléndula es hemostático. Según D. Bois., las flores liguladas de la caléndula son empleadas para condimentos - Los perros buscan caléndula para purgarse y como antihelmíntico muy eficaz”. E. Pérez Arbeláez. 1956.*

La caléndula es una especie que se utiliza por sus



Foto <https://pixabay.com/>

variadas propiedades medicinales. Es usada como componente principal en productos analgésicos, antiinflamatorios, astringentes, antiespasmódicos, cicatrizantes, etc., que se usan en el tratamiento de golpes, torceduras, acné, picadura de insectos, y heridas. Tradicionalmente se hace una infusión de sus flores en agua y se aplica sobre la zona afectada, por dichas afecciones. Así mismo, la literatura menciona el uso de estas infusiones por vía interna para disminuir problemas digestivos y regular la menstruación. Otro de los usos, es emplear las brácteas para reemplazar el color del azafrán (3). Además, es una especie melífera que se utiliza con el fin de atraer abejas que favorecen la polinización de ésta y otras especies.

En las huertas caseras se recomienda sembrarla entremezclada con las demás hortalizas, 1 o 2 plantas por canasta. Se combina con casi todas las otras especies (excepto con los ajos). Con esta práctica se repelen algunos insectos no deseados, que se alimentan de hojas y en particular ayuda al control de nemátodos en el suelo.

## DATOS CURIOSOS

La caléndula es una especie que lleva siendo cultivada durante mucho tiempo. De hecho su nombre caléndula deriva del griego “calendae” que significa “primer día del mes” ya que según los griegos que ya la cultivaban aseguraban que esta florecía siempre en los primeros días de cada mes y a su vez la palabra “calendario” en español procede de esta palabra.

La segunda parte del nombre científico, “officinalis”, hace referencia a sus propiedades medicinales ya conocidas desde esa época. En la edad media se le dio el nombre de “mary gold” asociando la leyenda de la virgen María con el color dorado de sus flores.

## Fuentes bibliográficas consultadas:

- (1): Glosario de nombre botánicos. En: [https://es.wikipedia.org/wiki/Anexo:Glosario\\_de\\_ep%C3%ADtetos\\_y\\_nombres\\_bot%C3%A1nicos#C](https://es.wikipedia.org/wiki/Anexo:Glosario_de_ep%C3%ADtetos_y_nombres_bot%C3%A1nicos#C)
- (2). Caléndula. En: Plantas útiles de Colombia. Enrique Pérez Arbeláez. Tercera redacción. Librería Colombiana, Camacho – Roldán (Cia. Ltda), Bogotá. 1956. Pág. 291.
- (3). Caléndula. En: Plantas medicinales. Pasado y presente. Helena Botero Restrepo. CORANTIOQUIA. Medellín. 2011. Pág. 58. ISBN: 978-958-99363-8-2.



Foto <https://pixabay.com/>

