



“Marcela” (*Achyrocline satureioides*, Asteraceae): planta nativa de mar y sierras.

Notas para su reconocimiento, recolección y cultivo a escala doméstica.

Achyrocline satureioides, más conocida como “marcela”, es una planta nativa cuyo límite de distribución está representado por el sur de la provincia de Buenos Aires, donde crece en sierras, campos secos y médanos. Esta especie posee variadas propiedades medicinales, aunque también se emplea para producir aperitivos amargos, cosméticos y como especie ornamental. En este artículo se describen las características más sobresalientes de esta planta, su utilidad y la implicancia de cultivarla como forma de preservar la biodiversidad de la región.

Achyrocline satureioides, es una planta nativa conocida con el nombre vulgar de “marcela”, “marcelita”, “marcela blanca” y “vira-vira”, entre tantos otros, pudiendo encontrarse desde Venezuela hasta la Argentina. Dentro de nuestro país prospera en el centro norte hasta el sur de la Provincia de Buenos Aires. En el SE bonaerense se encuentra de

forma silvestre en áreas serranas del sistema de Tandilia (Fig. 1a), en campos secos y en dunas (Fig. 1b) e interdunas marítimas (Echeverría y Camadro, 2020a). Es utilizada desde hace mucho tiempo en medicina popular por sus diferentes beneficios para la salud. A su vez, se emplea en la industria de alimentos y de cosméticos y, en los últimos años, también es valorada como una planta ornamental

Santiago Diaz Lusarreta¹
Alicia López Méndez^{1,2}
Gabriela Agustina Leofanti¹
María Lis Echeverría¹ (MP: 16.929)

¹ Facultad de Ciencias Agrarias, UNMdP;
² CONICET CCT Mar del Plata

mlecheverria@mdp.edu.ar

para emplear en el diseño de espacios verdes (Retta *et al.*, 2012; Freire y Bayón, 2017; Eynard, 2020).

Morfología y Fenología

Se trata de una hierba perenne o subarbutoso de 30 a 80 cm de alto, que presenta un aroma intenso que recuerda al “curry”. Sus hojas son lineales a



Figura 1 | Ejemplare adultos de “Marcela” en: a) ladera de Sierra el Volcán, Partido de Balcarce; b) médano del balneario Costa Bonita, Partido de Lobería.

lineal lanceoladas, con 3-4 nervaduras principales, y están cubiertas por pelos cortos y lanosos, suaves al tacto, que les otorgan una coloración blanco-grisácea (Fig. 2). Los tallos tienen una corteza gruesa, arrugada y estriada, son delgados y más o menos erectos. Presenta numerosos capítulos (inflorescencias) llamativos, ubicados en el ápice de las ramificaciones, que agrupan pequeñas flores de color amarillo o amarillo pálido (Fig. 3). Su fruto es sumamente pequeño y de color pardo (Freire y Bayón, 2017). En el sudeste de la provincia de Buenos Aires la floración es extensa, ocurriendo desde la primavera avanzada hasta el otoño.

Utilidad

Es utilizada desde hace mucho tiempo en medicina popular por sus diferentes beneficios para la salud. En la Argentina esta especie ha sido incorporada en el listado de hierbas aprobadas para uso humano (Resolución 2673/99, ANMAT) y en el registro de medicamentos fitoterápicos de trámite abreviado (Alonso y Desmarchelier, 2015). En este sentido, las partes aéreas (hojas, tallos e inflorescencias) son tradicionalmente usadas por sus propiedades digestivas, analgésicas, antiasmáticas, antiinflamatorias, antiespasmódicas, antidiabéticas y emenagógicas (estimula el flujo sanguíneo y puede fomentar la menstruación). A su vez, se emplea como antidiarreica, para tratar la disentería e infecciones intestinales. También se indica su uso en caso de enfermedades cardiovasculares (reductora del colesterol), inflamación del apéndice cecal, como hepática, para cuadros de asma bronquial y se aconseja su uso para diabéticos ya que actúa en el control de la glucogénesis (Heinzen y Dajas, 2003; Gomes, 2006; Alonso y Desmarchelier, 2015). Para aprovechar sus propiedades medicinales, se toman infusiones de las flores, hojas y tallos, que pueden obtenerse en herboristerías, mercados o dietéticas (Retta et al., 2012) o bien ser cosechadas en sus ambientes naturales (Suárez et al., 2019).

Por otra parte, debido a su composición química, también presenta características organolépticas, confiriendo aroma, sabor y textura distintivos. Es utilizada como ingrediente de yerbas mate saborizadas y en aperitivos amargos, como “Terma serrano”,



Figura 1 | Detalle del follaje de “marcela”.

“Lucera” y “Marcela”. Además, se emplea como repelente de polillas colocando ramilletes secos en cajones y muebles (Retta et al., 2012; Alonso y Desmarchelier, 2015). Asimismo, sus propiedades no se limitan únicamente a su función repelente, sino que también tiene aplicaciones en el ámbito cosmético.

Por último, cabe mencionar que por sus atributos morfológicos, *A. satureioides* ha sido señalada como una especie de valor ornamental apta para el mercado viverista (Retta et al., 2012; Eynard et al., 2020), tanto para su cultivo en macetas, jardines rocosos y borduras con suelos poco profundos (Alonso et al., 2009; Freire y Bayón, 2017), como en aquellas zonas cercanas a la costa marítima, de suelos salinos, arenosos y/o franco-arenosos, ya que puede adaptarse y crecer muy bien en estos ambientes (Izasa, 2015; Freire y Bayón, 2017; Díaz Lusarreta et al., 2022)

¿Cómo cosechar “marcela” silvestre?

Ahora que sabemos cuáles son los usos de esta especie, debemos conocer la forma correcta de extracción o cosecha de sus partes útiles en los sitios donde crece de forma espontánea y así poder aprovechar sus beneficios sin dañar las plantas ni sus poblaciones y, por ende, no alterar de manera significativa su reproducción y supervivencia.

De acuerdo con Annalisa (2020), en primer lugar, se debe observar la zona y determinar que la cantidad de “marcela” presente sea abundante (al menos 30 plantas en el sitio). Luego es muy importante el uso de herramientas que sean adecuadas para cortar las partes de la planta que son de interés, manteniendo el resto de la planta sana y sin riesgo de ser afectadas por patógenos. Como se mencionó anteriormente, tanto las inflorescencias, las hojas y los tallos, son utilizados por sus beneficios, por lo que para extraerlas correctamente debemos tomar solo la cantidad que sabemos que vamos a utilizar y cosechar de distintas plantas y, si fuera posible, de distintos lugares. Gracias a su amplia distribución esto último es muy accesible. Se recomienda no recolectar más del 40% de las hojas y flores de cada planta.

Con el fin de aprovechar al máximo sus propiedades, es importante elegir el momento más adecuado para la cosecha según el órgano de la planta que estemos buscando. Las flores se deben recolectar antes de que la corola se encuentre completamente abierta. Para el caso de las hojas, el mejor momento de recolección es al comienzo de la floración, antes de que se desarrollen completamente, que es cuando concentran la cantidad máxima de sustancias activas. Los tallos se deben cortar después de que broten las hojas y previo a que comience la floración, ya que están tiernos en esta etapa.

La conservación de los órganos vegetales cosechados es un paso muy importante porque estos empiezan a perder sus propiedades luego del corte. Las partes de interés deben limpiarse para quitar todos los restos de tierra, polvo, insectos u otros pequeños animales. Para desecar, y así alargar su vida útil y posibilidad de almacenamiento para uso futuro, los órganos vegetales pueden agruparse en ramilletes y luego ser colgados boca abajo en un sitio seco, cálido, oscuro y con buena ventilación. El tiempo promedio de secado es de 7 a 20 días, según la humedad del material y del ambiente. Un método más rápido es el secado al horno, preferentemente con horno de convección a 40-50° C, dejando la puerta entreabierta para evitar el quemado. En este caso el tiempo es de una hora aproximadamente y se distinguirá el fin del secado al ver el material de un color verde-gris. Por último, se debe guardar en envases limpios de cristal con cierre hermético y conservar en ambiente fresco y al resguardo de la luz.

¿Se puede cultivar “marcela”?

Existen dos formas de tener una “marcela” cultivada, desde semilla, o por esqueje de una planta ya desarrollada.

Si se parte desde una semilla, se puede realizar un pretratamiento colocándola durante 5 días en un lugar cálido, lo más cercano a los 40° C. Luego se ubica la semilla en un recipiente con agua en un ambiente cálido (30° C) para que se logre la germinación (Eynard et al., 2020). Si se realiza el pretratamiento, el tiempo estimado de este proceso es de 15 días, en el caso contrario la germinación puede ocurrir a los 20 días. De todos modos,



Figura 3 | Detalle de inflorescencias de “marcela”

esta última opción es menos efectiva. Una vez lograda la germinación, se puede colocar la plántula en un recipiente con una mezcla de mantillo y tierra (1:1), y luego de 50 días se puede trasplantar a tierra.

Por otra parte, si se obtiene un esqueje, lo recomendable es que sea

de una planta que no esté en floración. Para ello se emplean ramas jóvenes sin hojas basales (esquejes) que se llevan a enraizar en tierra abonada. Al inicio de la primavera se puede realizar su trasplante definitivo.

CONSIDERACIONES FINALES

La “marcela”, posee muchos beneficios que pueden ser aprovechados por las personas de forma rápida y sencilla. Sin embargo, es importante conocer los recaudos necesarios que hay que tomar para su obtención a campo, con el fin de no dañar el ecosistema y promover su desarrollo. A su vez, consideramos importante mencionar que nos encontramos en un contexto de intensificación agrícola y ganadera con constante fragmentación de los ambientes naturales ante el que el SE bonaerense no se encuentra ajeno (Echeverría et al., 2017; Herrera et al., 2019). Frente a esta situación, un sector de la sociedad demanda de forma creciente especies vegetales nativas para emplear en el diseño de parques y jardines, para el consumo tanto alimenticio como en infusiones, así como para su implementación en corredores biológicos y la creación de áreas de restauración. Además de estas demandas, es de destacar la capacidad de los recursos fitogenéticos nativos para proporcionar refugio y alimento a la fauna nativa, contribuyendo de esta manera al mantenimiento de la biodiversidad. Por lo tanto, como mencionan Echeverría y Camadro (2020b), la producción, difusión de información y uso de plantas nativas promueve su conservación ex situ (fuera de su ambiente natural), y contribuye al conocimiento de nuestras especies vegetales y a su cuidado, convirtiéndose en una estrategia para su conservación y valoración. fácil medición.

