



romero alcanfor

i **Introducción**

La planta/arbusto de romero pertenece al género *Rosmarinus*, que incluye más de 150 variedades distintas.

Las diferencias entre ellas, tanto en composición como en acciones terapéuticas vienen dadas por factores como el clima, la altitud o la exposición solar del lugar en el que se hayan desarrollado.

La determinación del quimiotipo en los romeros es muy importante, y en este caso, el aceite esencial de romero alcanfor se obtiene en España y su quimiotipo es la cetona alcanfor.



Moléculas



Monoterpenos: α- pineno + α-tuyeno, canfeno, limoneno



Cetonas: alcanfor, verbenona



Óxidos terpénicos: 1,8-cineol

✓ Acciones

Miorelajante

Mucolítico

Colerético, colagogo



Uso oral



Uso tópico



Uso difusión

 **Indicaciones**



Contracturas musculares, calambres, dolor menstrual

Vía tópica: formulado a base de 12-20 gotas de AE de romero alcanfor + 10 ml de oleato de hipérico. Aplicar 2 o 3 gotas del preparado sobre la zona afectada.

Para dolor menstrual, aplicar en el bajo vientre realizando un masaje, de 2 a 3 veces al día.



Mucosidad

Vía tópica: aplicar en masaje en el pecho diluido en AVía



Precauciones y contraindicaciones

Contraindicado durante el embarazo, lactancia y menores de 6 años

Precaución en pacientes con hipertensión y epilepsia