



 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 cineol se obtiene de Túnez y su quimiotipo corresponde al óxido terpénico 1,8-cineol.



 **Moléculas**



Óxidos terpénicos:  
1,8-cineol



Monoterpenos:  
α-pineno, β-pineno, canfeno



Cetonas:  
alcanfor

✓ **Acciones**

**Estimulante cognitivo**

**Tónico capilar anticaída**

**Tónico capilar anticaída**



**Uso oral**

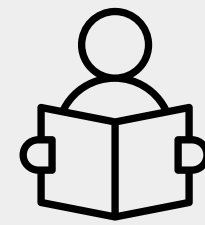


**Uso tópico**



**Uso difusión**

 **Indicaciones**



**Incremento de la concentración,  
estimulación de la memoria**

Aromadifusión: añadir 5-10 gotas de AE

Vía inhalatoria: inhalar directamente del envase / añadir 8 gotas  
en un inhalador de aceites esenciales



**Caída de cabello**

Vía tópica: preparado a base de AV de  
comino negro + AV de calófilo + 1% de  
AE de romero



## Precauciones y contraindicaciones

Contraindicado durante el embarazo, lactancia y menores de 6 años

Precaución en pacientes asmáticos e hipertensos.