



## CONOCIENDO NUESTRA FLORA

### Romero

Nombre científico:

**Rosmarinus officinalis**

Arbusto perenne que alcanza hasta más de un metro de altura y pertenece a la familia Lamiacea que le confiere la presencia de sustancias bioactivas en la mayoría de las especies, lo cual brinda beneficios en el tratamiento de enfermedades gástricas, respiratorias y nerviosas. En la medicina tradicional se ha usado en el tratamiento del asma bronquial, la epilepsia, el dolor de cabeza, malestares gastrointestinales, cólicos biliares y renales. Puede ser usado en la cocina como condimento y aliño de diversos alimentos.



**Mario Piña Cárdenas**  
Paisajista, Diplomado en  
Gestión Ambiental