

# Aceite de romero



**CareMotives**

OilyCares

---

Antiedad



## Aceite de romero



### BOTÁNICA

---

*Rosmarinus officinalis* L. Se trata de un arbusto leñoso y aromático perteneciente a la familia de las Labiadas (Lamiáceas) que crece en regiones secas y cálidas del sur de Europa, sobre todo la zona mediterránea.

Las hojas con forma de aguja son lineares y coriáceas, con la epidermis inferior cubierta de pelos pluricelulares, ramificados y no glandulares, originando una pubescencia plateada. Tanto la epidermis superior como la inferior están soportadas por tricomas no glandulares, y toda la planta desprende un agradable aroma alcanforado. Las flores son pequeñas de color azul pálido o lila claro con manchas violetas. Se presentan agrupadas en densos racimos axilares o terminales.

Los arbustos de romero crecen en regiones semiáridas, a menuda en piedra caliza.



El aceite de romero se extrae de las hojas de romero mediante una extracción con aceite de girasol como medio de extracción.

## QUÍMICA

La composición química característica del romero es aceite esencial (1-2.5%), ácidos fenólicos derivados del ácido cinámico (2-3%), flavonoides, triterpenos y diterpenos (4-5%).

La composición de su aceite esencial puede variar ampliamente, dependiendo del quetotipo y de la etapa de desarrollo en que se encuentra la planta en el momento de la cosecha. Sus componentes más característicos son: 1,8-cineol (20-50%),  $\alpha$ -pineno (15-25%), canfeno (5-10%), borneol (1-6%), acetato de bornilo (1-5%) y  $\alpha$ -terpineol (12-24%). Los ácidos fenólicos están representados por el ácido rosmarínico (3%) – un derivado fenólico que corresponde a un éster del ácido cafeico con el alcohol 2-hidroxidihidrocafeico – un compuesto activo ampliamente presente en la familia de las Lamiáceas. En este grupo de ácidos fenólicos, el ácido clorogénico y el cafeico también están presentes. Se pueden encontrar flavonoides – especialmente la apigenina y la luteolina -, libres o en forma de heterósido. Hay una proporción cuantitativa importante de derivados triterpénicos, especialmente el ácido ursólico (2-4%).

Entre los diterpenos fenólicos, enfatizamos la presencia del carnosol (figura 1), isorosmanol, rosmadial, rosmaridifenol y rosmariquinona.

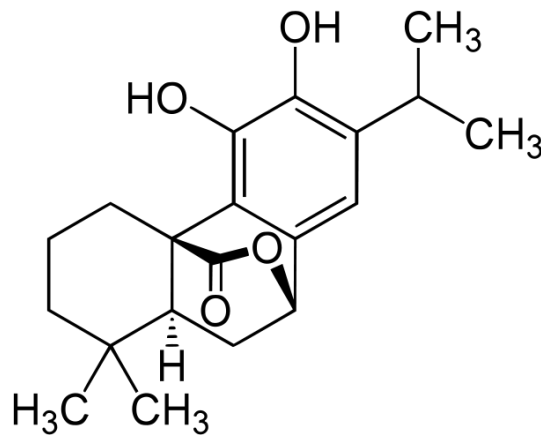


Figura 1. Carnosol.



## USOS TRADICIONALES

---

Un viejo proverbio dice “se puede escribir un libro entero sobre las propiedades del romero”. De hecho, los beneficios del romero se conocen desde hace mucho tiempo. La infusión de los pedúnculos de la flor es cicatrizante (otro proverbio dice “mala herida si no se cura con romero”). El conocido alcohol de romero ha sido utilizado durante mucho tiempo para calmar el dolor o los músculos debilitados.



El romero es una planta Antigua, muy valorada por sus propiedades aromáticas y medicinales. Se ha utilizado como tónico, estimulante, diurético suave, digestivo, colerético, carminativo, antihipertensivo, cardiotónico, antiespasmódico, antiséptico, además de tratar problemas respiratorios y dolor (reumatismo, dolor de estómago, migraña). Aplicaciones locales se han utilizado para calmar el dolor articular causado por el reumatismo, además de heridas, úlceras y contusiones. Asimismo, es una planta aromática muy valorada como especie culinaria.

## PROPIEDADES COSMÉTICAS

---

El romero se puede aplicar localmente como aceite, ungüento o alcohol. Tradicionalmente, se ha utilizado como antiséptico, agente cicatrizante y tónico para el cuero cabelludo.

Al-Sereiti et al. (1999) han revisado las diferentes aplicaciones del romero. Sobre las aplicaciones externas, los autores describen su uso como estimulante cutáneo y activador de la circulación, además de agente antimicótico. Las propiedades antiinflamatorias del ácido rosmarínico se basan en la inhibición de los leucotrienos, del sistema complemento y de los radicales libres.

El uso del extracto de las hojas de romero como antioxidante se propuso por primera vez en 1955. Su remarcada actividad antioxidante se debe a los diterpenos, como el carnosol y el ácido carnósico, además del rosmanol, epirosmanol e isorosmanol (Schwarz et al. 1992). Según Aruoma et al. (1992) el 90% de la acción antioxidante del extracto de romero se debe al carnosol y al ácido carnósico, dos activos capaces de inhibir el radical peroxilo. Su actividad antioxidante y el respectivo mecanismo de acción fue confirmado posteriormente por Zeng et al. (2001). Adicionalmente, Casado et al.



(1994) demostraron su capacidad para luchar contra los agentes extrínsecos, que causan el envejecimiento cutáneo, especialmente por los radicales libres.

Chen et al. (1992) demostraron que el extracto de romero inhibe el metabolismo del ácido araquidónico, al estudiar la inhibición del enzima lipooxigenasa. El ácido ursólico se ha visto que inhibe selectivamente la ciclooxigenasa-2 (RingBom et al. 1998).

Recientemente, Pan et al. (2004) evaluaron la actividad antioxidante del extracto de romero incorporado en aceite de girasol, utilizando el método Rancimat. Sus resultados demostraron que al añadir el romero en el aceite de girasol proporciona protección frente a la oxidación.



El romero está registrado en la decimal edición del International Cosmetic Ingredient Dictionary and Handbook-CTFA (2004) con las siguientes propiedades: antibacteriano, antioxidante, ingrediente de fragancias y acondicionador cutáneo.

## APLICACIONES COSMÉTICAS

Acción	Activo	Aplicaciones cosméticas
Antioxidante	Ácidos fenólicos Diterpenos	Antienvejecimiento Fotoprotección
Antiinflamatoria	Triterpenos	Calmante Antiirritante

## DOSIS RECOMENDADA

La dosis recomendada es de 0,5 - 5%.



## BIBLIOGRAFÍA

---

Al-Sereiti MR, Abu-Amer KM, Sen P. *Pharmacology of rosemary (Rosmarinus officinalis Linn.) and its therapeutic potentials*. Indian Journal of Experimental Biology 1999; 37: 124-130 (ref. 4921).

Arouma O.I. *et al. Antioxidant and pro-oxidant properties of active rosemary constituents: carnosol and carnosic acid*. Xenobiotica 1992; 22 (2): 257-268 [consultado en Medline 20/12/2004].

Blumenthal M, Goldberg A, Brinckmann J. *Herbal Medicine, Expanded Commission E Monographs*. Integrative Medicine Communication, Newton. First Edition, 2000; 326-329.

Casado F.J. *et al. Complex liposomes as membrane model to evaluate the efficiency of cosmetics against free radical injury*. 18th International IFSCC Congress. The Cosmetic Image: A mosaic of Bioscience; 1994, October 3-6. Venezia: Fondazione CINI, 1994.

Chen Q, Shi H, Ho CT. *Effects of rosemary extract and major constituents on lipid oxidation and soybean lipoxygenase activity*. JAOCS 1992; 69 (10):999-1002(ref. 1995).

Kuklinski C. *Farmacognosia*. Barcelona: Omega, 2000.

Pan L.G. *et al. Actividad antioxidante del extracto de romero (Rosmarinus officinalis L.) y lecitinas de girasol en aceite de girasol*. XIII Seminario Latinoamericano y del Caribe. Ciencia & Tecnología de Alimentos 2004 [consultado 17/12/2004]. Disponible en: <http://www.multitel.com.uy/congresoselis/suctal/trabajos/43.doc>

Ringbom T. *et al. Ursolic acid from Plantago major, a selective inhibitor of cyclooxygenase-2 catalyzed prostaglandin biosynthesis*. J Nat Prod 1998; 61 (19):1212-1215 [consultado en Medline 20/12/2004].

Schwarz K, Ternes W, Schmauderer E. *Antioxidative constituents of Rosmarinus officinalis and Salvia officinalis III. Stability of phenolic diterpenes of rosemary extracts under thermal stress as required for technological processes*. Z Lebensm Unters Forsch 1992; 195:104-107(ref. 6583).

Schwarz K, Ternes W. *Antioxidative constituents of Rosmarinus officinalis and Salvia officinalis*. Z Lebensm Unters Forsch 1992; 195:95-98 (ref. 5163).

Zeng H.H. *et al. Antioxidant properties of phenolic diterpenes from Rosmarinus officinalis*. Acta Pharmacol Sin 2001; 22 (12)



**Provital**  
Do Care

[weareprovital.com](http://weareprovital.com)