



Salvia rosmarinus

Romero

Catalogado Objeto de Gestión en la
Región de Murcia



Distribución

Originaria del Mediterráneo occidental. Crece de forma silvestre en zonas soleadas y secas de países como España, Italia y Grecia. Hoy en día se cultiva en muchas regiones de clima templado.

Características

Adaptada a climas mediterráneos, resistente a la sequía y al calor. Crece en suelos pobres, pedregosos y bien drenados, a menudo en matorrales, laderas soleadas y pinares abiertos. Atrae polinizadores como abejas y mariposas.

Usos tradicionales

Tradicionalmente, el romero se ha utilizado como condimento en la cocina, como ambientador natural en casas y roperos, y en rituales populares para ahuyentar malas energías o bendecir hogares.

Usos medicinales

Tradicionalmente se ha usado en infusión o aceite para aliviar problemas digestivos, dolores musculares y mejorar la circulación. También se emplea como estimulante suave y para aliviar resfriados leves.

