

Cuál es la planta que purifica el ambiente de tu casa de una manera especial y sencilla

06/05/2025



La planta de **romero**, es una hierba aromática y especial muy presente en la cocina, aunque también es una aliada para mejorar el ambiente del hogar y promover el bienestar de quienes lo habitan.

Por tal motivo, hervir algunas ramitas de esta hierba puede traer importantes beneficios tanto energéticos como para la salud. Por su parte, al ser hervido, el **romero**, libera un aroma que purifica el aire de los espacios, elimina olores desagradables y favorece la relajación mental y espiritual.

Además, su aroma, se asocia con la limpieza energética, ya que muchas personas lo utilizan para eliminar vibras negativas y atraer armonía mediante sahumos.



Cómo purificar el aire de la casa con romero en simples pasos

Los beneficios de hervir romero en la casa

- *Purificación del aire:* elimina los malos olores.
- *Relajación:* su aroma tiene propiedades calmantes.
- *Limpieza energética:* neutraliza las energías negativas.
- *Desinfectante natural:* puede usarse como spray para limpiar superficies.



Cómo purificar el aire de la casa con romero en simples pasos

Beneficios del romero para la salud

- *Estimula la función cognitiva:* Los compuestos de esta hierba aromática pueden mejorar la memoria, la concentración y el estado de alerta mental.
- *Promueve la digestión saludable:* Ayuda a aliviar los problemas digestivos, como la indigestión, el gas y los espasmos estomacales. Estimula la producción de bilis, que es necesaria para descomponer las grasas y absorber los nutrientes. También puede aliviar los síntomas del síndrome del intestino irritable (SII).
- *Acción antimicrobiana y fortalecimiento del sistema inmunológico:* La planta de **romero** tiene propiedades antimicrobianas naturales que pueden ayudar a combatir las infecciones bacterianas, fúngicas y virales. En ese sentido el aceite esencial se ha utilizado tradicionalmente como un agente antimicrobiano eficaz. Además, contiene compuestos que estimulan el sistema inmunológico, fortaleciendo las defensas del organismo contra enfermedades y promoviendo una mejor salud general.

Fuente: Radio Mitre