






*El*

**hidrolatos  
expectorantes**

*¿Sabías que...*

### **La molécula 1,8 cineol:**

-  Estimula la expectoración en caso de bronquitis.
-  Alivia la inflamación pulmonar.
-  Calma la tos en asmáticos.







*Pl*

**hidrolatos  
expectorantes**

*¿Sabias que en  
caso de Asma...*

### **La molécula 1,8 cineol:**

-  **Es perjudicial por vía olfativa** (aceites esenciales)
-  **Pero beneficiosa por vía oral** (Juergens et al, 2003)








# Hidrolatos expectorantes

¿Sabías que estos  
Hidrolatos son ricos en...

## La molécula 1,8 cineol:

-  Milenrama (*Achillea millefolium*) 50 - 64%
-  Espliego (*Lavandula latifolia*) 29%
-  Pino silvestre (*Pinus sylvestris*) 36%

