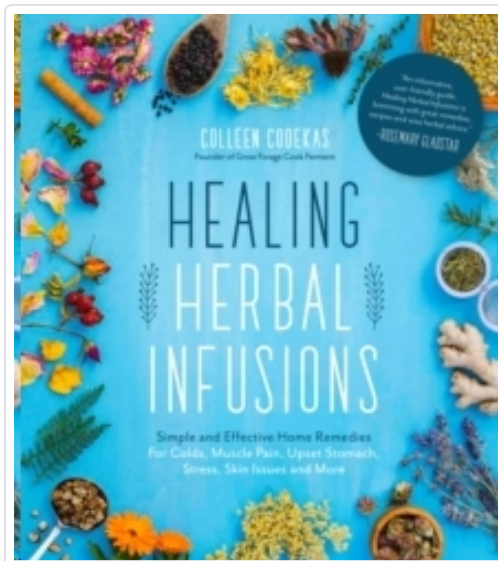


Healing Herbal Infusions:



Codekas, Colleen

SYNOPSIS

A medida que más personas eligen vivir de manera más natural y tomar un papel activo en su salud, la herboristería ha ganado popularidad y este libro sirve como una maravillosa introducción para los principiantes. Las infusiones, elaboradas al remojar un botánico en líquido, son las formas más fáciles y seguras de aprovechar las propiedades curativas de las plantas. La herbolaria y bloguera Colleen Codekas ha elaborado las 75 infusiones más efectivas para remediar dolencias comunes.

Para aumentar su inmunidad durante la temporada de resfriados y gripe, cree un té medicinal con escaramujo, hibisco, naranja y canela llenos de vitamina C. Para lectores con dolores musculares o articulares, elabore un ungüento con flores de árnica o lavanda y menta. Si tiene molestias digestivas, un simple jarabe hecho con jengibre y cúrcuma hará maravillas.

Los lectores también aprenderán infusiones efectivas para esguinces y hematomas, quemaduras, picazón en la piel, inflamación, dolores de cabeza, dolor de garganta, estrés y mucho más. Colleen incluso incluye una infusión de aceite de coco de cannabis, que es uno de los remedios tópicos más eficaces para el dolor. Cada receta es simple de hacer, utiliza materiales de fácil obtención y, lo mejor de todo, ¡realmente funciona! Con la combinación perfecta de la experiencia personal de Colleen y la investigación científica, las recetas ayudan a los lectores a realizar ajustes y sustituciones de forma segura.

A los herbolarios en ciernes, las familias que buscan remedios caseros seguros y los entusiastas de la vida natural les encantará elaborar sus propios productos de bienestar. Este libro tiene 75 recetas y 75 fotografías....



Editorial	Page Street Publishing
Subject	Medicina-nutrición
EAN	9781624146473
Status	Disponible
Binding	Rústica
Pages	208
Size	227x206x0 mm.
Weight	608
Language	Inglés
Price (Tax inc.)	37,70€