

CurasNaturais.NET.BR

O Seu Manual Completo de Curas Naturais



Sumário

| | |
|---|----|
| Receitas Caseiras Para Gripes e Resfriados | 6 |
| Chá Contra Gripes e Resfriados (infalível) | 6 |
| Chá de Alho Contra Gripes e Resfriados..... | 7 |
| Chá de Canela Contra Gripes e Resfriados..... | 8 |
| Chá de Eucalipto Contra Gripes e Resfriados | 8 |
| Chá de Eucalipto e Alecrim Contra Gripes e Resfriados ... | 8 |
| Chá de Gengibre e Ervas Contra Gripes e Resfriados..... | 9 |
| Chá de Guaco Contra Gripes e Resfriados | 9 |
| Chá de limão Contra Gripes e Resfriados | 10 |
| Chá de Mil-folhas Contra Gripes e Resfriados..... | 10 |
| Quentão Contra Gripe | 11 |
| Suco de Limão e Gengibre Contra Gripes e Resfriados.. | 11 |
| Suco Excelente Contra Gripe | 12 |
| Receitas Caseiras Para Insuficiência renal..... | 12 |
| Chá de Bardana Contra Insuficiência renal | 12 |
| Chá de Cavalinha Contra Insuficiência renal | 13 |
| Chá de Quebra-Pedra Contra Insuficiência renal..... | 13 |
| Chá Diurético Contra Insuficiência renal | 14 |
| Chá para Ácido Úrico Contra Insuficiência renal | 14 |
| Chá Para Cólica Renal | 14 |
| Suco Diurético Contra Insuficiência renal | 15 |
| Suco Para Cálculos Renais..... | 15 |
| Suco Para Eliminar Pedras dos Rins | 16 |
| Receitas Caseiras Para Pneumonia | 17 |
| Chá de Alcaçuz Contra Pneumonia..... | 17 |
| Chá de Canforeira Contra Pneumonia..... | 17 |
| Chá de Eucalipto Contra Pneumonia..... | 17 |
| Chá de Folhas de Limão Contra Pneumonia | 18 |

| | |
|---|----|
| Chá de Guáiacó Contra Pneumonia | 18 |
| Chá de Malva Contra Pneumonia | 19 |
| Chá de Sabugueiro Contra Pneumonia..... | 19 |
| Chá Contra Pneumonia | 20 |
| Chá de Violeta Contra Pneumonia..... | 20 |
| Suco Para Limpar as Vias Respiratórias | 21 |
| Suco Para Pneumonia..... | 21 |
| Receitas Caseiras Para Pressão Alta..... | 22 |
| Chá de Alho Contra Pressão Alta | 22 |
| Chá de Amoreira Contra Pressão Alta | 22 |
| Chá de Chuchu Contra Pressão Alta | 23 |
| Chá de Batatas Contra Pressão Alta | 23 |
| Chá de Embaúba Contra Pressão Alta..... | 24 |
| Chá Contra Pressão Alta | 24 |
| Chá Tipo Tisana Contra Pressão Alta | 24 |
| Suco de Berinjela Contra Pressão Alta | 25 |
| Suco de Laranja Com Babosa Contra Pressão Alta | 26 |
| Suco Para Hipertensão | 26 |
| Receitas Caseiras Para Problemas Circulatórios..... | 26 |
| Chá de Carqueja Contra Problemas Circulatórios | 26 |
| Chá de Chapéu-de-Couro Contra Problemas Circulatórios | 27 |
| Chá de Confrei Contra Problemas Circulatórios | 27 |
| Chá de de Alecrim Contra Problemas Circulatórios..... | 28 |
| Chá de Dente-de-Leão Contra Problemas Circulatórios . | 28 |
| Chá de Sabugueiro Contra Problemas Circulatórios..... | 29 |
| Chá de Salsaparrilha Contra Problemas Circulatórios.... | 29 |
| Chá de Sucupira Contra Problemas Circulatórios | 29 |
| Chá de Tanchagem Contra Problemas Circulatórios..... | 30 |

| | |
|--|----------------------------|
| Suco de Melancia e Morangos Contra Problemas Circulatórios | 30 |
| Suco Para Melhorar a Circulação | 31 |
| Suco Para Melhorar o Fluxo Sanguíneo | 31 |
| Receitas Caseiras Para Problemas do Fígado | 32 |
| Chá de Alcachofra Contra Problemas de Fígado | 32 |
| Chá de Boldo-do-Chile Contra Problemas de Fígado | 32 |
| Chá de Cardo-Mariano Contra Problemas de Fígado | 33 |
| Chá de Carqueja Contra Problemas de Fígado | 33 |
| Chá de Pariparoba Contra Problemas de Fígado | 34 |
| Chá de Picão Contra Problemas de Fígado | 34 |
| Chá de Semente de Coentro Contra Problemas de Fígado | 34 |
| Suco de Cenoura e Beterraba Contra Problemas de Fígado | 35 |
| Suco Desintoxicante | Contra Problemas de Fígado |
| 35 | |
| Suco Para Limpeza do Fígado | 36 |
| Suco Pós-Ressaca | 36 |
| Receitas Caseiras Para Problemas Estomacais | 37 |
| Chá de Alecrim Contra Problemas estomacais | 37 |
| Chá de Calêndula Contra Problemas estomacais | 37 |
| Chá de Camomila Contra Problemas estomacais | 38 |
| Chá de Canela Contra Problemas estomacais | 38 |
| Chá de Erva-Cidreira Contra Problemas estomacais | 39 |
| Chá de Erva-Doce Contra Problemas estomacais | 39 |
| Chá de Gengibre Contra Problemas estomacais | 39 |
| Chá de Louro Contra Problemas estomacais | 40 |
| Chá Digestivo de Carqueja e Boldo | 40 |

| | |
|--|----|
| Suco de Abacaxi Com Cenoura Contra Problemas estomacais..... | 41 |
| Suco de Batata Para Gastrite..... | 41 |
| Suco Digestivo.....Contra Problemas estomacais | 42 |
| Suco Verde Contra Problemas estomacais..... | 42 |
| Receitas Caseiras Para Triglicérides..... | 43 |
| Chá de Alcachofra Contra Triglicérides..... | 43 |
| Chá de Cascas de Berinjela Contra Triglicérides..... | 43 |
| Chá de Dente-de-Leão Contra Triglicérides..... | 44 |
| Suco de Couve e Maçã Contra Triglicérides..... | 44 |
| Suco de Uva Natural Contra Triglicérides..... | 45 |
| Suco Para Diminuir os Triglicérides..... | 45 |

O Poder de Cura da Natureza

A medicina natural é uma medicina alternativa complementar, que enfatiza a capacidade intrínseca do corpo para curar-se e manter-se.

Naturopatas utilizam recursos naturais como ervas e alimentos ao invés de fármacos sintéticos e cirurgias, usa fontes naturais que, segundo seus defensores, têm poder curativo.

O poder de cura da natureza é auto organizado, inteligente e inerente aos seres vivos e os recursos da Natureza auxiliam nesse processo de volta ao equilíbrio.

Abaixo, listamos mais de 80 receitas caseiras para as doenças mais comuns do dia a dia.

Esperamos que seja de bom proveito pra você e para toda a sua família, e lembre-se, que para todo tipo de doença, existe sempre uma cura natural.

RECEITAS CASEIRAS PARA GRIPES E RESFRIADOS

Com a chegada do inverno, vêm também gripes e resfriados, o ideal é beber bastante líquido para manter o corpo hidratado.

Diferente do resfriado, a gripe é transmitida de uma pessoa para a outra pelo ar.

Veja logo abaixo 12 receitas caseiras contra gripes e resfriados.

CHÁ CONTRA GRIPES E RESFRIADOS (INFALÍVEL)

Ingredientes:

- 1 copo de água bem cheio
- 1 e ½ de limão
- Mel a gosto
- 2 dentes de alho
- 1 pedaço de gengibre
- 5 cravos

2 pedaços de canela

Modo de Preparo:

- Ferva a água com meio limão picado (com casca), o gengibre, os cravos, a canela e o alho durante 3 minutos.
- Apague o fogo, deixando a panela tampada por 15 a 20 minutos.
- Coe, coloque em uma xícara, esprema um limão inteiro e acrescente o mel.
- Tome 3 vezes por dia, sendo a última antes de dormir.

CHÁ DE ALHO CONTRA GRIPES E RESFRIADOS

Ingredientes:

2 xícaras (chá) de água
3 dentes de alho sem o bulbo e espremidos
1 pedaço de gengibre
3 cravos
1 canela em pau
2 colheres (sopa) de mel de guaco ou de eucalipto
Suco de 1 limão

Modo de Preparo:

- Ferva a água e apague o fogo.
- Junte o alho, o gengibre, o cravo, a canela, o suco de limão e o mel.
- Tome bem quente e respire o vapor que ele exala.

CHÁ DE CANELA CONTRA GRIPES E RESFRIADOS

Ingredientes:

1 xícara de (chá) de água
1 canela em pau
1 rodela de limão

Modo de Preparo:

- Ferva a água com a canela e o limão.
- Quando começar a ferver, apague o fogo, espere amornar, coe e beba uma xícara a cada 8 horas.

CHÁ DE EUCALIPTO CONTRA GRIPES E RESFRIADOS

Ingredientes:

2 colheres de (sopa) de folhas secas de eucalipto
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Coloque em uma panela as folhas secas de eucalipto com a água e aqueça no fogão até começar a ferver.
- Deixe amornar, coe e tome 1 xícara a cada 6 horas.

CHÁ DE EUCALIPTO E ALECRIM CONTRA GRIPES E RESFRIADOS

Ingredientes:

2 folhas de eucalipto
1 colher de (chá) rasa de alecrim
Algumas folhas de hortelã
1 xícara e ½ de (chá) de água

Modo de Preparo:

- Coloque as ervas em uma panela, adicione a água e leve-a ao fogo.
- Quando ferver, apague o fogo e deixe abafado.
- Beba ainda morno.

CHÁ DE GENGIBRE E ERVAS CONTRA GRIPES E RESFRIADOS

Ingredientes:

1 gengibre fatiado

Casca de ½ limão

1 colher de (sobremesa) de folhas secas de hortelã

1 colher de (sobremesa) de folhas secas de tomilho

Modo de Preparo:

- Misture todos os ingredientes e em seguida despeje água fervente em cima, fazendo uma infusão.
- Coe e beba de 2 a 3 vezes ao dia.

CHÁ DE GUACO CONTRA GRIPES E RESFRIADOS

Ingredientes:

3 folhas frescas de guaco

1 xícara (chá) de água

½ colher (sopa) de folhas secas de poejo

1 colher (chá) de gengibre ralado

2 colheres (sopa) de mel

Modo de Preparo:

- Ferva as folhas frescas de guaco na água.
- Apague o fogo, acrescente o poejo, o gengibre ralado, tampe e deixe descansar por 5 minutos.
- Coe, adoce com o mel e tome 3 vezes ao dia.

CHÁ DE LIMÃO CONTRA GRIPES E RESFRIADOS

Ingredientes:

1 limão galego
½ copo de água

Modo de Preparo:

- Corte o limão em quatro e leve para ferver na água, deixando por 5 minutos.
- Espere amornar e beba 3 vezes ao dia.

CHÁ DE MIL-FOLHAS CONTRA GRIPES E RESFRIADOS

Ingredientes:

½ colher (chá) de folhas secas de mil-folhas
Água o quanto bastante

Modo de Preparo:

- Em uma xícara vazia, coloque as folhas secas de mil-folhas.
- Complete com água fervente e deixe por 15 minutos.

- Coe e tome 1 xícara a cada 12 horas.

QUENTÃO CONTRA GRIPE

- Faça um chá forte com cravo, canela e gengibre.
- Faça em panela de ágata, barro ou ferro.
- Outros metais alteram o sabor e o poder do quentão.
- Junte ao chá uma garrafa de vinho tinto seco e adoce à vontade com açúcar mascavo.
- Não deixe o quentão ferver.
- Tome uma xícara antes de dormir.

SUCO DE LIMÃO E GENGIBRE CONTRA GRIPES E RESFRIADOS

Ingredientes:

2 limões médios
4 lascas de gengibre
500 ml de água
Mel a gosto

Modo de Preparo:

- Esprema os limões e bata juntamente com os demais ingredientes no liquidificador.
- Beba 2 a 3 copos por dia.

SUCO EXCELENTE CONTRA GRIPE

Ingredientes:

8 folhas de hortelã
2 colheres (chá) de mel
6 rodela de limão
1 pedaço de gengibre de 1 cm
2 xícaras (chá) de água

Modo de Preparo:

- Pique o gengibre e coloque-o numa pequena panela com o mel, o limão, as folhas de hortelã e a água.
- Leve ao fogo por 5 minutos e deixe repousar por mais 5 minutos com a panela tampada.
- Espere esfriar completamente e beba 2 vezes ao dia.

RECEITAS CASEIRAS PARA INSUFICIÊNCIA RENAL

CHÁ DE BARDANA CONTRA INSUFICIÊNCIA RENAL

Ingredientes:

1 e ½ (sopa) de folhas frescas de bardana
1 litro de água
Mel a gosto

Modo de Preparo:

- Ferva em uma panela as folhas de bardana e água.
- Deixe amornar, coe e adoce a gosto com o mel.
- Beba uma xícara do chá a cada 6 horas.

CHÁ DE CAVALINHA CONTRA INSUFICIÊNCIA RENAL

Ingredientes:

1 colher (sopa) de talos secos de cavalinha picada
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Coloque em uma panela a cavalinha picada e a água.
- Leve ao fogo e deixe até começar a ferver.
- Apague o fogo, tampe e deixe descansar por 15 minutos.
- Coe e beba 1 xícara a cada 8 horas.

CHÁ DE QUEBRA-PEDRA CONTRA INSUFICIÊNCIA RENAL

(indicado para infecções urinárias e pedras nos rins)

Ingredientes:

1 xícara (chá) de ramos de quebra-pedra
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Despeje a água fervendo sobre os ramos de quebra-pedra.
- Tampe e deixe abafado por 15 minutos.
- Coe, espere esfriar e tome 1 xícara a cada 6 horas.

CHÁ DIURÉTICO CONTRA INSUFICIÊNCIA RENAL

Ingredientes:

5 gramas de flores de alfazema
1 xícara de água

Modo de Preparo:

- Leve a água para ferver.
- Assim que borbulhar, apague o fogo e coloque as flores de alfazema, tampando o recipiente e deixando descansar por 5 minutos.
- Coe e beba 3 xícaras ao dia

CHÁ PARA ÁCIDO ÚRICO CONTRA INSUFICIÊNCIA RENAL

Ingredientes:

2 colheres (chá) com folhas secas de chapéu de couro
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água com as folhas de chapéu de couro e apague o fogo.
- Tampe o recipiente e deixe descansar por mais ou menos 10 minutos.
- Coe o chá e beba uma xícara a cada 8 horas.

CHÁ PARA CÓLICA RENAL

Ingredientes:

2 colheres de ramos frescos de quebra-pedra picados
2 folhas frescas de abacateiro
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Leve a quebra-pedra e as folhas do abacateiro para o fogo juntamente com a água e deixe ferver por 5 minutos.
- Apague o fogo e deixe o chá descansar, tampado, por mais 10 minutos, então coe.
- Beba 3 xícaras do chá por dia

SUCO DIURÉTICO CONTRA INSUFICIÊNCIA RENAL

Ingredientes:

1 limão sem casca
1 fatia de abacaxi
6 folhas frescas de pitanga
1 folha fresca de erva-cidreira
1 rama fresca de cavalinha
1 copo de água

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes juntos, coe e tome 2 vezes ao dia.
- Se preferir, adoce com mel ou adoçante.

SUCO PARA CÁLCULOS RENAIIS

Ingredientes:

10 gramas de germe de trigo
10 gramas de quebra-pedra
100 gramas de acerola
100 gramas de babosa

Modo de Preparo:

- Faça um chá com o quebra-pedra e 1 copo de água.
- Depois de frio, bata no liquidificador com os outros ingredientes e beba ao longo do dia.

SUCO PARA ELIMINAR PEDRAS DOS RINS

Ingredientes:

1 colher (sopa) de folhas de trigo-sarraceno
2 ramos de quebra-pedra
1 colher (sopa) de brotos de alfafa
1 folha de couve
2 folhas de repolho
½ cenoura
1 copo de água

Modo de Preparo:

- Passe pela centrífuga a cenoura, a alfafa, a couve, o repolho e reserve.
- À parte, faça um chá por infusão com a quebra-pedra, as folhas de trigo e 2 copos de água, deixando o chá tampado por 10 minutos.
- Espere esfriar e misture ao suco da centrifuga.
- Beba de 5 a 6 copos, fora das refeições.

RECEITAS CASEIRAS PARA PNEUMONIA

CHÁ DE ALÇAÇUZ CONTRA PNEUMONIA

Ingredientes:

20 gramas de raízes de alçaçuz
½ litro de água

Modo de Preparo:

- Leve a raiz para ferver com a água.
- Assim que abrir fervura, abaixe o fogo, tampe a panela e deixe fervendo por 5 minutos.
- Beba 3 xícaras por dia.

CHÁ DE CANFOREIRA CONTRA PNEUMONIA

Ingredientes:

1 grama de pó de cânfora
½ litro de água

Modo de Preparo:

- Leve o pó de cânfora e a água para ferver durante 10 minutos.
- Tome de 1 a 2 xícaras por dia.

CHÁ DE EUCALIPTO CONTRA PNEUMONIA

Ingredientes:

4 folhas de eucalipto
1 copo de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água, quando começar a borbulhar, apague o fogo, coloque o eucalipto, tampe e deixe repousar por 10 minutos.
- Adoce com mel e beba 3 xícaras por dia.

CHÁ DE FOLHAS DE LIMÃO CONTRA PNEUMONIA

Ingredientes:

30 gramas de folhas de limoeiro
1 litro de água
Mel a gosto

Modo de Preparo:

- Ferva as folhas na água durante 10 minutos em panela tampada.
- Apague o fogo, deixe descansar por mais 5 minutos, coe, adoce com mel e beba 3 xícaras por dia.

CHÁ DE GUÁIACO CONTRA PNEUMONIA

Ingredientes:

20 gramas de casca de guáiacó
½ litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva o pó de cânfora com a água durante 10 minutos.
- Tome de 1 a 2 xícaras por dia.

CHÁ DE MALVA CONTRA PNEUMONIA

Ingredientes:

2 gramas de folhas e flores de malva
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Coloque a xícara de água no fogo.
- Quando estiver a ponto de ferver, apague o fogo e acrescente as folhas e flores de malva.
- Tampe e aguarde por alguns minutos a infusão.
- Beba 4 xícaras de chá de malva ao longo do dia.

CHÁ DE SABUGUEIRO CONTRA PNEUMONIA

Ingredientes:

30 gramas de folhas de sabugueiro
1 litro de água
1 cebola ralada
Mel a gosto

Modo de Preparo:

- Ferva as folhas na água durante 10 minutos em panela tampada.

- Apague o fogo, deixe descansar por mais 5 minutos.
- Acrescente a cebola ralada, coe e adoce com mel.
- Beba 4 xícaras por dia.

CHÁ CONTRA PNEUMONIA

Ingredientes:

1 fatia de abacaxi
1 colher (chá) de gengibre ralado
10 folhas de hortelã
1 copo de água
1 colher (sopa) de mel

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes, exceto o mel, no liquidificador.
- Adoce com o mel.
- Beba 3 vezes ao dia, nas principais refeições.

CHÁ DE VIOLETA CONTRA PNEUMONIA

Ingredientes:

10 gramas de folhas e flores de violeta
250 gramas de água
250 gramas de água
Mel a gosto

Modo de Preparo:

- Leve a violeta para ferver na água por aproximadamente 10 minutos.
- Coe, adoce com o mel a gosto.
- Beba 2 xícaras por dia.

SUCO PARA LIMPAR AS VIAS RESPIRATÓRIAS

Ingredientes:

2 fatias de abacaxi
2 folhas de hortelã
½ pera em pedaços
Raspas de gengibre
1 copo de água

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes no liquidificador e beba imediatamente.
- Repita 3 vezes ao dia.

SUCO PARA PNEUMONIA

Ingredientes:

Suco de 1 laranja
2 ramos de agrião
½ cenoura
1 colher (sopa) de mel de eucalipto
½ copo de água

Modo de Preparo:

- Prepare o suco de laranja e em seguida bata-o no liquidificador com os outros ingredientes.
- Adoce com mel.
- Beba 3 copos por dia.

RECEITAS CASEIRAS PARA PRESSÃO ALTA

CHÁ DE ALHO CONTRA PRESSÃO ALTA

Ingredientes:

1 dente de alho
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Descasque o dente de alho e amasse-o.
- Leve ao fogo para ferver por 3 minutos.
- Espere até que fique morno ecoe.
- Beba 1 xícara por dia.

CHÁ DE AMOREIRA CONTRA PRESSÃO ALTA

Ingredientes:

1 punhado de folhas frescas de amoreira
1 litro e ½ de água

Modo de Preparo:

- Coloque as folhas de amoreira para ferver na água.
- Espere esfriar e coe.
- Beba em pequenos cálices durante o dia todo.

CHÁ DE CHUCHU CONTRA PRESSÃO ALTA

Ingredientes:

30 gramas de folhas e brotos de chuchu
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva as folhas e os brotos de chuchu durante 15 minutos.
- Deixe repousar por 10 minutos.
- Coe e beba 5 xícaras por dia.

CHÁ DE BATATAS CONTRA PRESSÃO ALTA

Ingredientes:

5 batatas
Água o quanto baste

Modo de Preparo:

- Retire as cascas de 5 batatas, coloque-as numa panela, cubra com água e ferva durante 20 minutos em fogo brando.

- Coe e beba 2 xícaras por dia.

CHÁ DE EMBAÚBA CONTRA PRESSÃO ALTA

Ingredientes:

1 colher (chá) de folhas secas de embaúba picadas
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Ferva a xícara de água e, em seguida, coloque as folhas de embaúba picadas.
- Deixe abafado por uns 5 minutos.
- Beba 3 xícaras do chá por dia.

CHÁ CONTRA PRESSÃO ALTA

Ingredientes:

1 colher (chá) de folhas frescas de erva cidreira
1 colher (chá) de folhas frescas de maracujá
2 xícaras (chá) de água

Modo de Preparo:

- Ferva os ingredientes em um recipiente e espere amornar.
- Coe e beba 1 xícara 3 vezes ao dia.

CHÁ TIPO TISANA CONTRA PRESSÃO ALTA

Ingredientes:

1 litro de água sem cloro.
2 colheres (sopa) de alpiste (ventilado para tirar impurezas).
2 folhas de chuchu médias.

Modo de Preparo:

- Coloque a água para ferver
- Após entrar em ebulição, acrescente o alpiste e as folhas de chuchu.
- Abafe e deixe ferver por 5 minutos.
- Coe, esfrie e tome ½ copo 3 vezes ao dia.

SUCO DE BERINJELA CONTRA PRESSÃO ALTA

Ingredientes:

1 berinjela
1 litro de água
Suco de 2 limões

Modo de Preparo:

- Corte a berinjela em pedaços e deixe na água de um dia para o outro, na geladeira.
- No dia seguinte, coe, adicione o suco dos limões e beba ao longo do dia, sendo o primeiro copo em jejum.

SUCO DE LARANJA COM BABOSA CONTRA PRESSÃO ALTA

Ingredientes:

Suco de 2 laranjas
50 ml de suco de babosa

Modo de Preparo:

- Bata os ingredientes no liquidificador e beba 2 copos por dia.

SUCO PARA HIPERTENSÃO

Ingredientes:

Suco de 1 limão
2 dentes de alho
1 copo de água mineral
Açúcar a gosto

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes no liquidificador e beba 3 copos por dia, entre as principais refeições.

RECEITAS CASEIRAS PARA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

CHÁ DE CARQUEJA CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

5 folhas frescas de carqueja
3 folhas frescas de eucalipto
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água em uma panela e coloque nela a carqueja e o eucalipto.
- Tampe e deixe por 10 minutos.
- Espere amornar, coe e tome 3 xícaras do chá por dia.

CHÁ DE CHAPÉU-DE-COURO CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

30 gramas de folhas de chapéu-de-couro
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água e apague o fogo.
- Em seguida, acrescente as folhas de chapéu-de-couro e deixe o recipiente tampado por alguns minutos.
- Beba 3 xícaras do chá por dia.

CHÁ DE CONFREI CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

20 gramas de confrei
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água e apague o fogo.

- Em seguida, acrescente as folhas de confrei e deixe o recipiente tampado por alguns minutos.
- Beba 3 xícaras do chá por dia.

CHÁ DE DE ALECRIM CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

2 colheres (sopa) de folhas de alecrim
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água e apague o fogo.
- Em seguida, acrescente as folhas de alecrim e deixe o recipiente tampado por alguns minutos.
- Beba de 1 a 2 xícaras do chá por dia.

CHÁ DE DENTE-DE-LEÃO CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

30 gramas de folhas de dente-de-leão
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água e apague o fogo.
- Em seguida, acrescente as folhas de dente-de-leão e deixe o recipiente tampado por alguns minutos.
- Beba 4 xícaras do chá por dia.

CHÁ DE SABUGUEIRO CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

30 gramas de folhas de sabugueiro
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água e apague o fogo.
- Em seguida, acrescente as folhas de sabugueiro e deixe o recipiente tampado por alguns minutos.
- Beba 4 xícaras do chá por dia.

CHÁ DE SALSAPARRILHA CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

30 gramas de folhas de salsaparrilha
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água e apague o fogo.
- Em seguida, acrescente as folhas de salsaparrilha e deixe o recipiente tampado por alguns minutos.
- Beba 4 xícaras do chá por dia.

CHÁ DE SUCUPIRA CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

20 gramas de raízes de sucupira
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água e apague o fogo.
- Em seguida, acrescente as raízes de sucupira e deixe o recipiente tampado por alguns minutos.
- Beba 3 xícaras do chá por dia.

CHÁ DE TANCHAGEM CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

1 colher de (sopa) de folhas fatiadas de tanchagem
1 litro de água fervente.

Modo de Preparo:

- Junte os ingredientes, abafe e deixe amornar.
- Tome de 3 a 4 xícaras ao dia.

SUCO DE MELANCIA E MORANGOS CONTRA PROBLEMAS CIRCULATORIOS

Ingredientes:

½ melancia
8 morangos
Açúcar a gosto

Modo de Preparo:

- Bata a melancia no liquidificador, acrescente os morangos e adoce.
- Se quiser variar o sabor, adicione água de coco.
- Beba 1 copo 3 vezes ao dia.

SUCO PARA MELHORAR A CIRCULAÇÃO

Ingredientes:

4 cenouras
1 dente de alho
2 talos de aipo
1 punhado de salsa

Modo de Preparo:

- Centrifugue todos os ingredientes.
- Só a salsa deve ser acrescentada por último, sendo misturada com a colher.
- Beba 1 copo 3 vezes ao dia.

SUCO PARA MELHORAR O FLUXO SANGUÍNEO

Ingredientes:

1 folha grande de couve
3 maçãs verdes

Modo de Preparo:

- Na centrífuga, passe as maçãs e a couve.

- Beba em seguida.

RECEITAS CASEIRAS PARA PROBLEMAS DO FÍGADO

CHÁ DE ALCACHOFRA CONTRA PROBLEMAS DE FÍGADO

Ingredientes:

3 colheres (sopa) de folhas secas de alcachofra
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Coloque a água numa panela e leve ao fogo para ferver.
- Quando começar a fervura, acrescente as folhas secas de alcachofra e deixe ferver por mais 5 minutos.
- Apague o fogo e tampe a panela deixando descansar por 15 minutos.
- A seguir, coe e, se desejar, adoce e beba à vontade.

CHÁ DE BOLDO-DO-CHILE CONTRA PROBLEMAS DE FÍGADO

Ingredientes:

3 folhas frescas de boldo
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Ferva as folhas frescas de boldo na água.

- Espere amornar, coe e beba 1 xícara a cada 6 horas.

CHÁ DE CARDO-MARIANO CONTRA PROBLEMAS DE FÍGADO

Ingredientes:

1 colher (chá) de frutos de cardo-mariano
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Coloque os frutos da planta numa xícara (chá) de água ainda fervendo e deixe repousar por 15 minutos.
- Repita a receita 3 vezes ao dia, bebendo uma a cada 30 minutos antes das refeições.

CHÁ DE CARQUEJA CONTRA PROBLEMAS DE FÍGADO

Ingredientes:

20 gramas de folhas de carqueja
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Leve a água para ferver e assim que começar a fervura, coloque as folhas, deixando ferver por aproximadamente 5 minutos.
- Apague o fogo e tampe, deixando mais 10 minutos.
- Coe e beba 4 xícaras de chá por dia.

CHÁ DE PARIPAROBA CONTRA PROBLEMAS DE FÍGADO

Ingredientes:

1 colher (sobremesa) com folhas de pariparoba picadas
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água e acrescente as folhas de pariparoba.
- Deixe o chá abafado por 10 minutos, coe e beba 2 xícaras do chá no dia, sendo uma pela manhã e outra antes do almoço.

CHÁ DE PICÃO CONTRA PROBLEMAS DE FÍGADO

Ingredientes:

20 gramas de picão
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Leve a água para ferver e, assim que começar a ferver, coloque o picão, deixando ferver por aproximadamente 5 minutos.
- Apague o fogo e tampe, deixando mais 10 minutos.
- Coe e beba 4 xícaras por dia.

CHÁ DE SEMENTE DE COENTRO CONTRA PROBLEMAS DE FÍGADO

Ingredientes:

1 punhado de sementes de coentro lavadas

1 litro de água

Modo de Preparo:

- Despeje o punhado de sementes na água fervente.
- Deixe amornar e tome durante o dia, por 30 dias.
- Esse chá é recomendado para fazer uma verdadeira limpeza no fígado e pode ser feito por qualquer pessoa, mesmo quem não sofre de problemas hepáticos.
- Nesse caso, a recomendação é fazer 2 vezes por semana, exceto gestantes e lactantes.

SUCO DE CENOURA E BETERRABA CONTRA PROBLEMAS DE FÍGADO

Ingredientes:

1 copo de cenoura e beterraba
4 cenouras
1 beterraba com as folhas verdes

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes numa centrífuga ou liquidificador.
- Se quiser, adoce com adoçante.

SUCO DESINTOXICANTE CONTRA PROBLEMAS DE FÍGADO

Ingredientes:

150 gramas de maçãs picadas, com a casca
150 gramas de mamão picado

200 gramas de abacaxi picado

Modo de Preparo:

- Passe todos os ingredientes na centrífuga e beba 3 copos por dia, sendo o primeiro logo pela manhã.

SUCO PARA LIMPEZA DO FÍGADO

Ingredientes:

1 cenoura

1 pepino (com casca)

½ beterraba média crua

½ xícara (chá) de talos e folhas de hortelã

1 suco de 1 limão e raspas da casca

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes juntos e beba.
- Se desejar, acrescente pedras de gelo.

SUCO PÓS-RESSACA

Ingredientes:

½ repolho verde de tamanho pequeno

1 limão previamente espremido e sem as sementes

1 talo de aipo com as folhas

1 colher (sopa) de folhas frescas de coentro

½ colher (chá) de cúrcuma

Modo de Preparo:

- Use uma centrífuga ou liquidificador com um pouco de água mineral.
- Se quiser variar o sabor, troque a água mineral por água de coco.

RECEITAS CASEIRAS PARA PROBLEMAS ESTOMACAIS

CHÁ DE ALECRIM CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

2 colheres (sopa) de folhas de alecrim
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Ferva a água e apague o fogo.
- Em seguida, acrescente as folhas de alecrim e deixe o recipiente tampado por alguns minutos.
- Beba 1 a 2 xícaras de chá ao longo do dia.

CHÁ DE CALÊNDULA CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

2 colheres (café) de flores secas de calêndula
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Coloque as flores secas de calêndula para ferver na água por 10 minutos.

- Coe e beba ainda morno.

CHÁ DE CAMOMILA CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

20 gramas de camomila seca
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Leve a água para ferver e, assim que começar a borbulhar, coloque a camomila.
- Apague o fogo, tampe, espere amornar e coe.
- Beba uma xícara antes das refeições e outra antes de se deitar.

CHÁ DE CANELA CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

5 gramas de canela em pó
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Coloque a água para ferver e, assim que começar a borbulhar, despeje-a em uma xícara onde já deve estar a canela em pó.
- Mexa bem, deixe repousar por 10 minutos e beba morno, 3 vezes ao dia.

CHÁ DE ERVA-CIDREIRA CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

1 colher (sopa) de folhas secas de erva-cidreira
Água o quanto baste

Modo de Preparo:

- Em uma xícara (chá) vazia, coloque as folhas secas de erva-cidreira.
- Complete com água fervente, tampe e deixe descansar por 10 minutos.
- Coe, espere amornar e beba 1 xícara a cada 12 horas.

CHÁ DE ERVA-DOCE CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

20 gramas de erva-doce
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Leve a água para ferver e, assim que começar a borbulhar, coloque a erva-doce.
- Apague o fogo, tampe, espere amornar e coe.
- Beba uma xícara antes das refeições e outra antes de se deitar.

CHÁ DE GENGIBRE CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

3 colheres (sopa) de gengibre fresco picado
1 litro de água
Mel a gosto

Modo de Preparo:

- Em uma panela vazia, coloque o gengibre fresco picado.
- Despeje a água fervente por cima e tampe.
- Deixe abafado por 15 minutos ecoe.
- Adoce com mel e beba 1 xícara de chá a cada 8 horas.

CHÁ DE LOURO CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

2 folhas secas de louro
1 xícara (chá) de água
Mel a gosto

Modo de Preparo:

- Leve a água e o louro para ferver.
- Espere amornar e adoce com mel.
- Beba 1 xícara a cada 10 horas.

CHÁ DIGESTIVO DE CARQUEJA E BOLDO

Ingredientes:

½ colher (sopa) de talos secos de carqueja

2 folhas frescas de boldo
1 litro de água

Modo de Preparo:

- Leve a água ao fogo e aguarde até que levante fervura.
- Despeje-a por cima da carqueja e do boldo, tampando o recipiente e deixando-o abafado por 5 minutos.
- Espere amornar e coe.
- Beba 4 xícaras do chá ao dia.

SUCO DE ABACAXI COM CENOURA CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

2 cenouras grandes picadas
½ litro de água
½ abacaxi picado
Açúcar a gosto

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes no liquidificador e sirva gelado.

SUCO DE BATATA PARA GASTRITE

Ingredientes:

2 batatas pequenas
300 ml de água

Modo de Preparo:

- Bata tudo no liquidificador e beba imediatamente.

SUCO DIGESTIVO CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

1 copo de água
2 rodelas de abacaxi
6 folhinhas de hortelã
Açúcar e gelo a gosto

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes no liquidificador.
- Adoce a gosto e coloque gelo.
- Beba o quanto quiser.

SUCO VERDE CONTRA PROBLEMAS ESTOMACAIS

Ingredientes:

2 folhas de couve
10 folhas de hortelã
½ maçã
1 laranja

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes no liquidificador e beba em seguida.
- Para variar o sabor, você pode substituir a couve por alfafa, agrião ou espinafre.

RECEITAS CASEIRAS PARA TRIGLICÉRIDES

CHÁ DE ALCACHOFRA CONTRA TRIGLICÉRIDES

Ingredientes:

1 colher (chá) da planta seca picada ou 2 colheres de chá da planta verde
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Leve a água para ferver com a planta, deixando por 10 minutos.
- Apague o fogo, deixe repousar por mais 10 minutos ecoe.
- Beba 3 vezes ao dia.

CHÁ DE CASCAS DE BERINJELA CONTRA TRIGLICÉRIDES

Ingredientes:

2 colheres (sopa) de cascas de berinjela
1 xícara (chá) de água fervente

Modo de Preparo:

- Pique as cascas de berinjela e coloque os pedaços numa xícara, despejando por cima a água fervente.
- Deixe tampado até amornar ecoe.

- Beba 3 vezes ao dia, depois de coado, sendo a primeira xícara em jejum.

CHÁ DE DENTE-DE-LEÃO CONTRA TRIGLICÉRIDES

Ingredientes:

1 colher (chá) da planta seca picada ou 2 colheres de chá da planta verde
1 xícara (chá) de água

Modo de Preparo:

- Leve a água para ferver com a planta, deixando por 10 minutos.
- Apague o fogo, deixe repousar por mais 10 minutos e coe.
- Beba 3 vezes ao dia.

SUCO DE COUVE E MAÇÃ CONTRA TRIGLICÉRIDES

Ingredientes:

3 folhas de couve
1 maçã
1 laranja
1 tomate
1 copo de água

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes no liquidificador e coe.
- Beba todos os dias em jejum.

SUCO DE UVA NATURAL CONTRA TRIGLICÉRIDES

Ingredientes:

1 cacho pequeno de uvas pretas Santa Izabel
½ litro de água gelada

Modo de Preparo:

- Lave bem as uvas e processe-as inteiras no liquidificador junto com a água gelada.
- Coe com peneira bem fina para aparar os restos das sementes e cascas.
- Beba gelado.

SUCO PARA DIMINUIR OS TRIGLICÉRIDES

Ingredientes:

1 copo de água filtrada
1 porção de maçã
1 porção de pepino
1 porção de salsaão

Modo de Preparo:

- Bata todos os ingredientes no liquidificador e tome assim que ficar pronto, em jejum.

As receitas caseiras contidas neste e-book são de caráter informativo.

Ressaltamos que diagnósticos e prescrições na área da saúde só podem ser feitos por médicos.

Nenhum conteúdo tem a intenção de substituir qualquer conselho médico, diagnóstico ou tratamento.

Consulte seu médico sobre a aplicabilidade das opiniões ou recomendações aqui contidas, para seus sintomas ou condição médica.

CurasNaturais.net.br
O Seu Manual Competo de Curas Naturais