

Plantas medicinales

Guía para principiantes
Gladstar, Rosemary

Editorial: Gaia Ediciones
ISBN: 9788484456094
Páginas: 224
Dimensiones: 18 x 23 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 16,00 €
Colección: Salud natural



SINOPSIS

Remedios herbales de elaboración casera

Rosemary Gladstar, una de las herboristas más influyentes del mundo, te invita en esta obra a descubrir las plantas medicinales más comunes y sus propiedades, a conocer sus aplicaciones cotidianas e incluso a cultivar tu propio herbolario, ya sea en el jardín o en las macetas que tienes en la terraza o en la ventana de la cocina. Comprueba lo gratificante que resulta reconocer las peculiaridades de cada planta y emplearlas artesanalmente para elaborar todo tipo de preparados naturales, como ungüentos, sales de baño, bebidas refrescantes, tinturas, tisanas, cosméticos, bálsamos relajantes, pastas de dientes, linimentos y aceites.

Esta guía práctica incluye también fáciles recetas para la elaboración de infusiones reconstituyentes, jarabes y pastillas naturales. Gracias a este libro descubrirás que el uso doméstico de las plantas medicinales resulta efectivo, seguro y económico.

Las 124 recetas favoritas de Rosemary Gladstar incluyen, entre otras:

- * Ungüento de cayena molida para mimar las articulaciones
- * Limonada de jengibre antioxidante y depurativa
- * Tintura para mejorar la actividad cerebral
- * Sales de baño a la canela
- * Pasta de dientes mentolada en polvo
- * Tintura nutritiva para el cuidado del corazón
- * Y su famosa crema hidratante para el rostro