

SALUD

Dile ¡chao a las cicatrices!

El Ciudadano · 23 de julio de 2014

Con este sencillo y barato remedio casero no te quedará ninguna marca de esa horrible herida. La miel además de endulzar corazones también borra cicatrices.





Conocida por muchos y utilizada con fines medicinales por pocos, la miel podría ser el remedio casero más antiguo del mundo, cuyos beneficios ayudan a aliviar resfriados, tos, es un excelente cicatrizante, ideal para curar heridas y por si fuera poco, también ayuda a mantener una piel radiante, tan sólo por mencionar algunas de sus ventajas.

«Las referencias escritas sobre la miel se remontan a unos 7,500 años en Egipto y Sumeria. De los 900 remedios que se conocen de la antigua medicina egipcia, 500 contenían miel», señala el libro Remedios en la Cocina, 1001 Soluciones Caseras para su Salud.

CICATRIZA RAPIDAMENTE

Un estudio realizado en Reino Unido demostró el poder cicatrizante de la miel, tan sólo trataron a 105 pacientes con este ingrediente y al cabo de 12 semanas, la miel había curado las heridas 12 por ciento más rápido que las pomadas cicatrizantes comunes.

La forma de utilizarlo es colocar un poco de miel sobre la herida, como si fuera una pomada.

«Este ingrediente contienen fructosa, glucosa, disacáridos como la sacarosa y maltosa, y oligosacáridos. Según un nuevo estudio, se demostró que algunos de sus

fitonutrientes previenen el cáncer de colon», reconoce el libro.

El motivo por el que ayuda a una pronta cicatrización es que tiene un elevado contenido de azúcar, combinado con peróxido de hidrógeno y propóleo, los cuales extraen la humedad de las heridas y bloquean la presencia de bacterias.

De hecho, en la antigüedad los doctores llevaban frascos con miel en sus botiquines para curar heridas.

¿CUÁL COMPRAR?

Seguramente hay ocasiones que te preguntas qué miel comprar, si oscura o clara, la realidad es que la oscura contienen más antioxidantes y es de sabor más intenso.

«La miel de las flores de trigo sarraceno, salvia y tupelo tienen más antioxidantes, mientras la que no se procesa tiene más propiedades para mejorar la salud».

Fuente: Universal

Fuente: [El Ciudadano](#)