

Chás Naturais



Arruda



A arruda (*Ruta graveolens* L.) é um arbusto cercado de misticismo, uma vez que é conhecida por ser capaz de afugentar o mau-olhado. Costuma ser utilizada por benzedeiros nas suas rezas e em vasos perto das portas de entrada das casas, para protecção energética do local.

Na Idade Média era muito usada em rituais religiosos, tida como erva de protecção contra energias más. Michelângelo e Leonardo da Vinci afirmaram que foi graças aos poderes metafísicos da arruda que ambos tiveram sensíveis melhoras em seus trabalhos de criatividade.

A arruda tem muitas aplicações em diversas receitas de tratamentos caseiros, sendo bastante utilizada em casos de ciclos menstruais difíceis, atrasos menstruais, etc. Tem um efeito bastante efectivo para provocar o ciclo menstrual, por isso, **não é recomendável a gestantes**, uma vez que estimula a contracção das fibras musculares do útero, o que pode causar fortes hemorragias.

O Chá de arruda também funciona como potente calmante e, além disso, tem indicação para uso externo, para lavar feridas, sendo usadas as folhas frescas e sobre as feridas para ajudar na cicatrização.

Benefícios:

- Normalização do Ciclo Menstrual
- Cefaleia
- Problemas nos rins
- Azia
- Asma brônquica
- Problemas na bexiga | Incontinência Urinária
- Dermatite

- Dor intestinal | Flatulência | Hemorróidas | Parasitas
- Enxaqueca
- Problemas no fígado
- Gota
- Inchaço nas pernas,
- Insônia,

Modo de Preparo:

Coloque 1 colher de sobremesa de folhas secas, raiz ou pó da arruda a ferver em ½ litro de água. Após fervura, deixe repousar por cerca de 10 minutos e vá tomando durante o dia.

Advertência

Não recomendável a gestantes, nem a crianças com menos de 12 anos.

Loja INDIKA
Equilíbrio é o teu estado natural
Retorna à tua Essência!