
May 28, 2017 | Escrito por Josmaira Carrasquel | 0

Foto: Referencial

El **limón** es una fruta poderosa que últimamente está de moda, porque es muy bueno para la piel, pero también para nuestro organismo. El uso de la cáscara de limón para tu salud y con fines cosméticos te sorprenderá.

Un truco que muchos hacen ahora es congelarlo, para que rallarlo sea mucho más sencillo y obtener así el 100% de sus nutrientes, inténtalo así:

1. Infusión de limón congelado

En un vaso con agua fría agregas la ralladura de medio limón congelado, o si lo prefieres, en agua caliente ralla la cáscara de un limón a temperatura ambiente.

Esta infusión es buena para desintoxicar el organismo, depurar si comimos en exceso, evitar la retención de líquidos y para eliminar toxinas.

2. Limón para las encías

Cuando tus encías están lastimadas, inflamadas o sangran, puedes utilizar este remedio. Ralla la cáscara de un limón congelado y aplica sobre la encía después de lavar tus dientes.

El limón ayuda a la cicatrización, desinflamación y en pocos días te sentirás mejor.

3. Cubitos de hielo para agua detox

Para tener siempre agua fresca de limón, ralla medio kilo de limones y agrega un mínimo de agua.

Congela en los contenedores para hielos y cada que necesites preparar un litro de agua, agrega 1 cubito o dos. La ralladura también te ayuda a la digestión.

4. Aromatizante que no causa alergias

Muchas personas pueden ser sensibles a los químicos de los desodorantes de ambiente, y la verdad es que, en casa a veces son necesarios.

Para eso, puedes congelar 5-6 limones y rallarlos. La cáscara la mezclas con una cucharadita de bicarbonato de sodio y lo colocas en pequeños recipientes. Es ideal para el refrigerador, o cualquier espacio en casa.

5. Aceite esencial de limón

Para tener un aceite especial acompañado de las propiedades de la cáscara de limón, con mucho cuidado cortamos las cáscaras de limón y las ponemos en una botella con aceite de oliva. Para que el aroma y el sabor sean intensos, se deja en la botella durante un mes.

Contenido Relacionado: [Conoce los beneficios del limón para el cuerpo](#) [1]

Categoría:

- [Salud](#) [2]

Addthis:

Antetitulo: ¡No las botes!

Del día: No

Créditos: Salud180

Titulares: Si

Destacada: No

Source URL: <http://radiomundial.com.ve/article/cinco-usos-de-la-c%C3%A1scara-de-lim%C3%B3n>

Links:

[1] <http://radiomundial.com.ve/article/conoce-los-beneficios-del-lim%C3%B3n-para-el-cuerpo>

[2] <http://radiomundial.com.ve/categoria/Salud>