



BELEZA COA

Mestra
Lara

ROMEU E ACEITE FRITO, BÁLSAMO BENDITO

Tanto en outono coma na primavera a **caída do cabelo** é un problema recorrente...

💡 Sabías que?

Un **tónico de romeu** mellora a circulación, prevén a aparición de caspa e axuda a que o pelo creza máis forte e san



Elaboración

- 1 **Quenta 2 vasos de auga** e cando ferva **engade 5 culleradas de romeu seco (50 gr)** e **5 ramiñas de canela**. Pasados 10 minutos, **engade 5 culleradas de folla verde de ortigas secas (50 gr)**. Deixa 5 minutos máis e retira do lume.
- 2 Cando a mestura estea temperada xa podes coar e aplicala sobre o coiro cabeludo. Masaxea ben e cubre cunha toalla. **Deixa actuar durante media hora.**



Recomenda:

Dra. Noelia Fernández López
Especialista en Medicina Familiar,
Comunitaria e Estética