

Recetas Naturales para Parásitos Intestinales

La tradición herbal ofrece preparaciones que, desde tiempos ancestrales, se han utilizado como apoyo frente a los parásitos intestinales. A continuación, exploramos 10 remedios naturales con sus ingredientes y modo de preparación.

⚠ Estas preparaciones son de uso tradicional y **no sustituyen el diagnóstico ni el tratamiento médico**. Consulte siempre con un profesional de la salud.

📷 @adelgaza.despuesde40



1. Leche con Menta Piperita

Ingredientes

- 4 tallos y 10 hojas de menta piperita fresca
- 100 ml de leche desnatada
- 1 cucharada de miel (opcional)

Preparación

Hervir la leche con la menta. Dejar templar, añadir la miel si se desea y tomar tibia **1 hora antes del desayuno**. Repetir el procedimiento 7 días después.





2. Té de Ruda con Semillas de Papaya

Ingredientes

- ½ cucharada de semillas de papaya
- 1 cucharada de hojas secas de ruda
- 1 taza de agua

Preparación

Hervir todos los ingredientes unos minutos, colar y beber tibio **durante el día.**

3. Té de Cúrcuma

Ingredientes

- 1 cucharadita de cúrcuma en polvo
- 150 ml de agua

Preparación

Hervir el agua, añadir la cúrcuma y dejar reposar **10–15 minutos**. Tomar hasta **3 tazas al día** entre las comidas.





4. Tintura de Ajenojo

Ingredientes

- 10 g de hojas de ajenojo
- 100 ml de alcohol de cereales

Preparación

Macerar **15 días** en un frasco oscuro, agitando a diario. Colar y tomar **15–20 gotas** diluidas en medio vaso de agua, 2–3 veces al día.



5. Té de Epazote (Paico)

Ingredientes

- 250 ml de agua
- 1 cucharada de hojas y semillas de epazote

Preparación

Verter el agua hirviendo sobre el epazote, dejar reposar **10 minutos**, colar y beber tibio.



6. Aceite de Oliva con Ajo

Ingredientes

- 500 ml de aceite de oliva
- 1 rama de romero
- 3 dientes de ajo

Preparación

Dejar reposar **10 días** en una botella de vidrio. Utilizar para aliñar ensaladas o cocinar.



7. Té de Anís

Ingredientes

- 1 cucharada de semillas de anís
- 1 taza de agua hirviendo

Preparación

Dejar reposar **8 minutos**, colar y tomar **después de las comidas**.



8. Té de Tomillo

Ingredientes

- 1 cucharada de tomillo seco
- 250 ml de agua

Preparación

Dejar reposar **10 minutos** y tomar **1–2 tazas al día**.



9. Té de Albahaca

Ingredientes

- 10 hojas frescas de albahaca
- 250 ml de agua

Preparación

Dejar reposar **10 minutos**, colar y beber tibio.



10. Té de Salvia

Ingredientes

- 1 cucharada de salvia seca
- 250 ml de agua

Preparación

Dejar reposar **10 minutos**, colar y tomar **1–2 veces al día**.

Resumen de las 10 Recetas

01

Leche con menta piperita

Tomar tibia 1 hora antes del desayuno. Repetir a los 7 días.

02

Té de ruda con semillas de papaya

Hervir y beber tibio durante el día.

03

Té de cúrcuma

Hasta 3 tazas al día entre comidas.

04

Tintura de ajenojo

15–20 gotas en agua, 2–3 veces al día.

05

Té de epazote

Infusión de 10 minutos, beber tibio.

Resumen de las 10 Recetas (II)

01	02	03
Aceite de oliva con ajo	Té de anís	Té de tomillo
Macerar 10 días y usar para aliñar o cocinar.	Reposar 8 minutos y tomar tras las comidas.	1–2 tazas al día.
04	05	
Té de albahaca	Té de salvia	
Infusión de 10 minutos, beber tibio.	1–2 veces al día.	



Aviso Importante

Estas preparaciones provienen de usos tradicionales y **no sustituyen el diagnóstico ni el tratamiento médico** cuando existe una infección parasitaria confirmada.

Consulte con un profesional de la salud antes de utilizarlas, especialmente en los siguientes casos:

Niños

Las dosis y preparaciones pueden no ser adecuadas para menores.

Embarazo y lactancia

Algunas hierbas pueden ser contraindicadas.

Medicación

Posibles interacciones con fármacos en curso.

La Naturaleza Como Apoyo a la Salud

La fitoterapia tradicional ofrece un valioso complemento al bienestar digestivo. Estas 10 recetas naturales —desde la menta piperita hasta la salvia— representan siglos de conocimiento herbal transmitido de generación en generación.

Ingredientes naturales

Hierbas, semillas y aceites accesibles y fáciles de preparar en casa.

Uso responsable

Siempre como complemento, nunca como sustituto del tratamiento médico.

Consulta profesional

Ante cualquier duda, acuda a un profesional de la salud.

 @adelgaza.despuesde40





¿Quieres un Reto Completo para Desparasitar y Adelgazar?

Si quieres un programa estructurado para desparasitar, adelgazar y desinflamar, escíbeme por privado y te doy acceso a:



Videos recetas paso a paso



Lista de la compra



Chat GPT para aclarar dudas y sustituciones



Programa estructurado para guiarte



Reto completo de desparasitación y adelgazamiento



Escíbeme por privado la palabra QUIERO y te doy el acceso



@adelgaza.despuesde40