

## **CATAPLASMA DE REPOLLO (COL)**

Las propiedades curativas del repollo: El repollo tiene alto contenido de vitaminas y es excelente para aliviar la inflamación y remover las toxinas del cuerpo. Este cataplasma tambien sirve para las coyonturas inflamadas.

Es muy simple el hacer un cataplasma de repollo. Toma un par de las hojas del repollo y machacalas hasta que el jugo de las venas del repollo este saliendo. Despues tienes que tomar esas hojas y tienes que colocarlas en la área afectada y tienes que envolverlo en un pedazo de tela y dejar ahí por unos 15 a 20 minutos. Tiene que repetir este proceso de dos a tres veces al día con hojas frescas cada vez.

