

## REMEI PER A LA MIGRANYA

!

### EL DOLOR MUSCULAR

#### INGREDIENTS

- Sal
- 1 paella
- Paper d'estrassa o diari

#### PAS A PAS

1. Omplim 2 gots amb sal.
2. Posar una paella al foc.
3. Quan la paella estigui molt calenta, abocar la sal i cuinar-la sense deixar de remenar.
4. Emboliquem la sal cuinada en paper d'estrassa o de diari.
5. Posar-ho sobre la zona adolorida. El iode de la sal ajudarà a baixar la inflamació.

#### ALTRES BENEFICIS DE LA SAL MARINA

- Exfoliants corporals
- Hidratació per a la funció dels ronyons i fetge
- Regula la pressió arterial ( 1 culleradeta de 5mg al dia)