



# Mastruz

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Fortalece os ossos
2. Melhora a visão
3. Combate a gripe
4. Previne a anemia
5. Melhora a imunidade
6. Previne a osteoporose
7. Melhora o sistema respiratório
8. Combate vermes e parasitas
9. Alivia dores de cólica
10. Trata reumatismo



# Sálvia

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Age como um antisséptico
2. Ajuda a combater a depressão
3. Melhora o sistema cardiovascular
4. Ajuda a manter a pele saudável
5. Evita a queda de cabelo
6. Ajuda a melhorar a memória
7. Controla o colesterol
8. Melhora a digestão
9. Ajuda a controlar a diabetes
10. Pode trara a asma



# Cavalinha

## 10 Benefícios Para Saúde

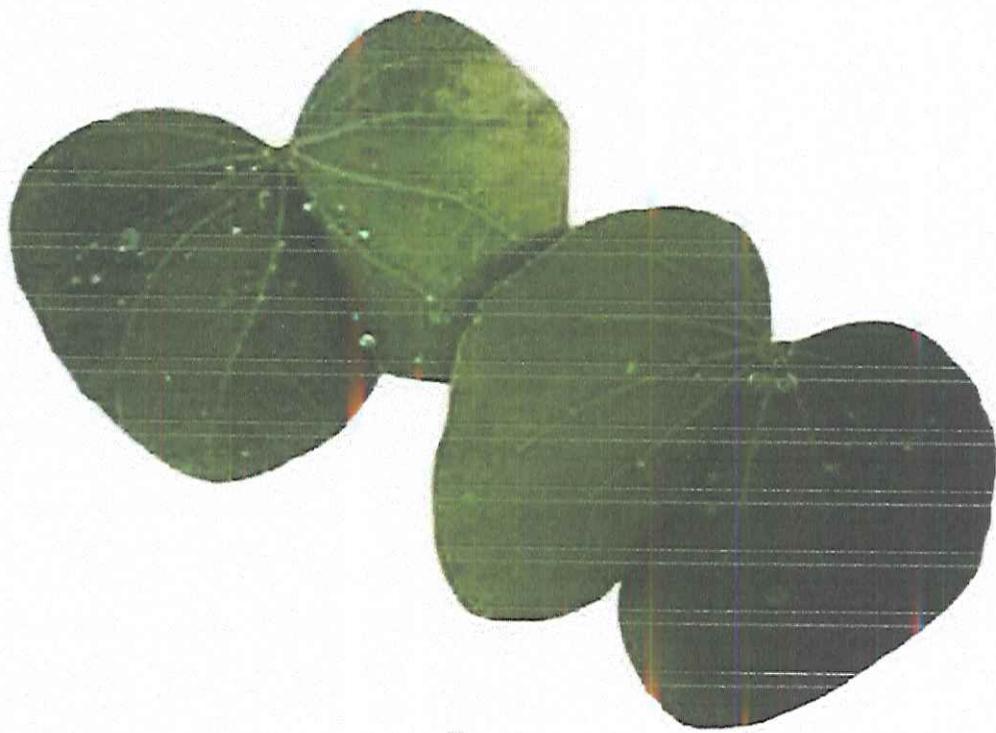
1. Combate a retenção de líquido
2. Acelera o metabolismo
3. Excelente para as Unhas e cabelos
4. Tem Propriedades anti-inflamatórias
5. Tem Atividades antimicrobianas
6. Previne a Bronquite e a tosse
7. Combate a Osteoporose
8. Ajuda a Tratar a Amigdalite
9. Ótima Para a Pele
10. Tem Ação antioxidante



# Lavanda

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Previne o envelhecimento precoce
2. Fortalece os dentes
3. Fortalece o sistema imunológico
4. Auxilia na perda de peso
5. Combate a má digestão
6. Promove a saúde da pele
7. Previne doenças cardiovasculares
8. Acelera o metabolismo
9. Promove a saúde dos olhos
10. Controla o colesterol



# Pata-de-Vaca

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Reduz o colesterol
2. Combate anemia
3. Auxilia na cicatrização
4. Previne diabetes
5. Promove a saúde do coração
6. Combate a prisão de ventre
7. Reduz a pressão arterial
8. Trata problemas renais
9. Alivia infecção urinária
10. Previne a gota



# Salsa

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Controla o nível de açúcar
2. É ótimo contra a anemia
3. Ajuda a combater a depressão
4. Melhora a digestão
5. Alivia a constipação
6. Pode aliviar a asma
7. É um ótimo diurético
8. Ajuda a expelir pedras renais
9. Ajuda a manter a pele saudável
10. Ajuda a combater a artrite



# Soja

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Fortalece os músculos
2. Protege o sistema nervoso
3. Previne diabetes
4. Alivia os sintomas da TPM
5. Promove a saúde da pele
6. Melhora a função cognitiva
7. Controla o colesterol
8. Regula a pressão arterial
9. Promove a saúde do coração
10. Fortalece a memória



# Malva

## 10 Benefícios Para Saúde

1. É antioxidante
2. Ela é diurética
3. Ótima para saúde da pele
4. Combate problemas bucais
5. É um emoliente natural
6. Um poderoso adstringente
7. Serve também como laxante
8. Um bom expectorante
9. Possui muitos antioxidantes
10. Melhorara imunidad



# Camomila

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Protetor térmico da pele;
2. Promove o sono;
3. Combate problemas no estômago;
4. Trata feridas na boca;
5. Controla o diabetes;
6. Ajuda na perda de peso;
7. Trata a conjuntivite;
8. Combate olheiras;
9. Previne o câncer;
10. Melhora a saúde dos nervos.



# Louro

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Gerencia o diabetes;
2. Melhora a digestão;
3. Combate doenças cardiovasculares;
4. Alivia dores comuns;
5. Ricos em propriedades anticancerígenas;
6. Combate problemas menstruais;
7. Melhora o sono;
8. Clareia os dentes;
9. Melhora a saúde da pele;
10. Combate a caspa.



# Carqueja

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Desintoxica o fígado
2. É Antioxidante
3. É anti-inflamatória
4. Aliada do sistema digestivo
5. Ajuda a controlar os diabetes,
6. Contribui com o emagrecimento
7. Trata outros problemas de saúde
8. Rica em fenólicos
9. Promove o crescimento capilar
10. Combate à má circulação



# Eucalipto

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Combate a Tosse
2. Trata Doenças Respiratórias
3. Ajuda no Tratamento da Diabetes
4. Alivia Dores Musculares
5. Age como Cicatrizante
6. Combate Dor Ciática
7. Reduz o Mau Hálito
8. Promove Concentração Mental
9. Ajuda no Tratamento da Bronquite
10. Previne Infecções



# Arnica

## 10 Benefícios Para Saúde

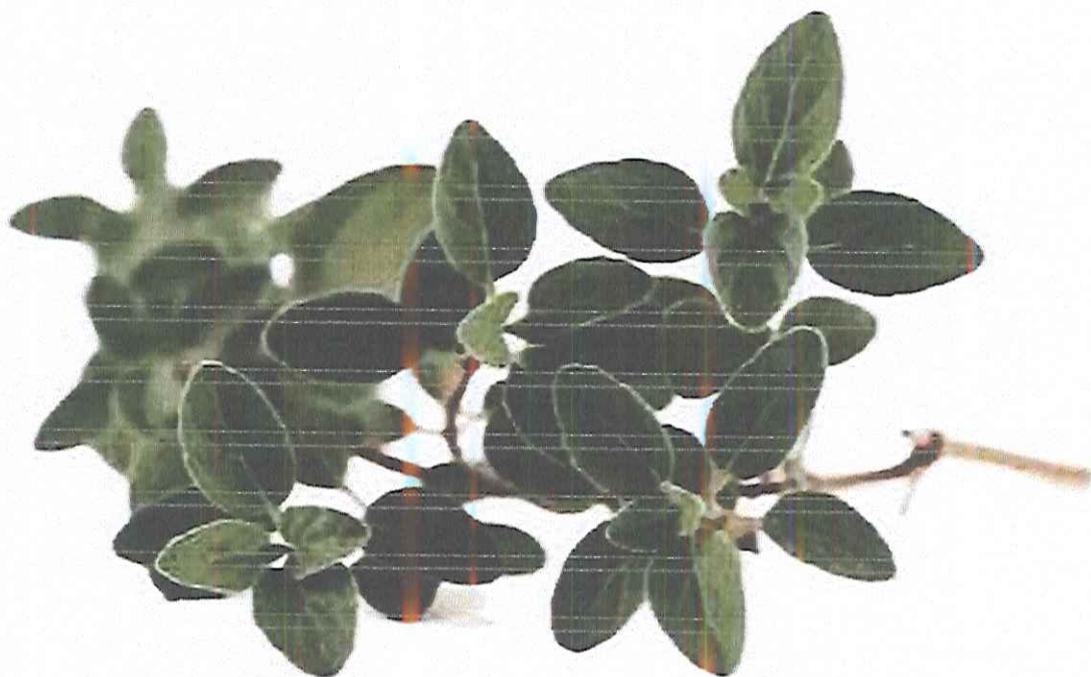
1. Trata dor muscular
2. Trata Pós-inchaço da cirurgia
3. Trata Estrias
4. Melhora a pele
5. Evita a perda de cabelo
6. Trata caspa
7. Combate artrite
8. Fortalece o cabelo
9. Trata contusões
10. Trata estresse e depressão



# Chá de Noz-moscada

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Combate o mau hálito
2. Possui efeito sedativo
3. Alivia dores reumáticas
4. Desintoxica o fígado e rins
5. Melhora a circulação sanguínea
6. Previne o câncer
7. Ajuda a melhorar a digestão
8. Combate cólicas intestinais
9. Possui propriedades antibacteriana
10. Beneficia o sistema respiratório



# Oregãõ

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Controla o colesterol
2. Regula a pressão arterial
3. Promove a saúde do coração
4. Controla diabetes
5. Fortalece o sistema imunológico
6. Regula os níveis de sódio no corpo
7. Previne o câncer de mama
8. Alivia os sintomas da TPM
9. Promove a saúde da pele
10. Melhora a função cognitiva



# Aveia

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Melhora a Saúde Cardiovascular
2. Aumenta a imunidade
3. Promove o ganho de massa muscular
4. Trata a constipação
5. Melhora a saúde cerebral
6. Tratar a hipertensão
7. Ajuda a previne o Câncer
8. Auxilia na Perda de Peso
9. Fortalece a imunidade
10. Auxiliar na saúde dos ossos



# Artemísia

## 10 Benefícios Para Saúde

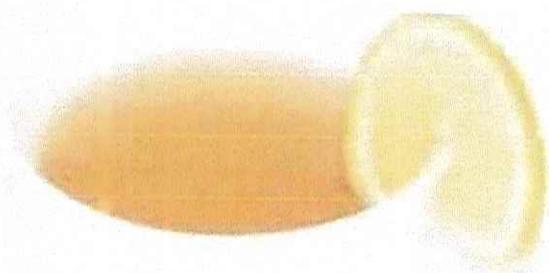
1. Regula a pressão arterial
2. Auxilia no tratamento da gonorreia
3. Promove a saúde dos rins
4. Trata a infecção urinária
5. Acelera o metabolismo
6. Reduz o risco de doenças inflamatórias
7. Combate as células cancerígenas
8. Promove a perda de peso
9. Melhora a visão
10. Protege o sistema nervoso



# Chá de Laranja

## 10 Benefícios Para Saúde

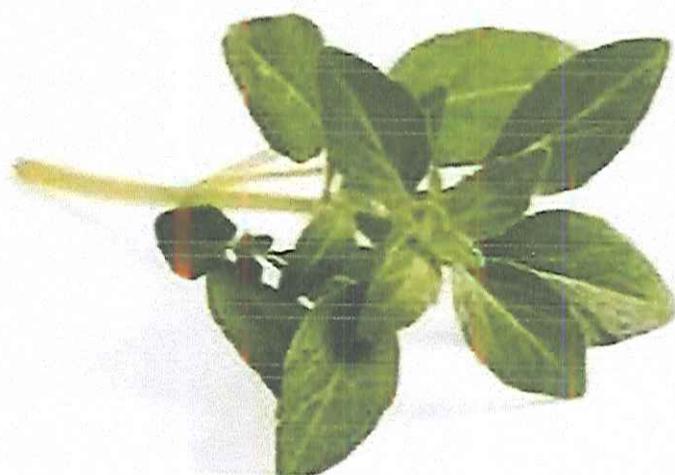
1. Diminui ansiedade
2. Combate cólicas estomacais
3. Combate diarreia
4. Reduz a febre
5. Ajuda o corpo em casos de epilepsia
6. Controla batimento cardíaco acelerado
7. Trata gripe
8. Alivia dores de cabeça
9. Combate anemia
10. Redução dos níveis de colesterol



# Chá de Limão

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Combate à retenção de líquido
2. Fortalece o sistema imunológico
3. Atua como depurativo
4. Ajuda a combater a depressão
5. Combate o mau hálito
6. Controla a pressão arterial
7. Promove a saúde do coração
8. Age como um antisséptico
9. É um desintoxicante natural
10. Melhora a digestão



# Manjericão

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Possui propriedades anti-bacterianas;
2. Melhora a saúde do coração;
3. Previne o resfriado;
4. Inibe o câncer;
5. Melhora a saúde da memória;
6. Melhora o aspecto da pele;
7. Possui propriedades anti-inflamatórias;
8. Trata artrite reumatóide;
9. Combate a anemia;
10. Ajuda a remover pedras no trato urinário



# *Alecrim*

## 10 Benefícios Para Saúde

1. Combate à tosse, gripe e asma
2. Equilibra a pressão arterial
3. Auxilia o tratamento de dores
4. É diurético e ajuda a digestão
5. Auxilia a menstruação
6. Reduz gases intestinais
7. Combate o stress
8. Tratamento de hemorroidas
9. Reduz o mau hálito
10. Tratamento para o couro cabeludo



# Chá dente de leão

## 10 Benefícios Para Saúde

- Mantém os Ossos Fortes
- Auxilia na Saúde do Fígado
- Diminui a Diabete
- Tem Ação Diurética
- Auxilia na Perda de Peso
- Previne o Câncer
- Trata Icterícia
- Previne a Constipação
- Ajuda no Tratamento da Anemia
- Contém Ação Antioxidante