

El jengibre, más que un condimento

Image not found or type unknown



Jengibre. Foto: Radio Rebelde.

La Habana, 14 dic (RHC) Desde tiempos inmemoriales, el jengibre (*Zingiber officinale*) era empleado en la India y en China no solo como especia -adicionada a las bebidas y las comidas le brinda un sabor picante e intenso muy peculiar gracias a la jengibrina-, sino con fines medicinales.

En este segundo aspecto, vale mencionar que resulta ideal para suprimir las náuseas y los mareos, entre ellos los provocados por los medios de transporte, para lo cual de cápsulas; para bajar la fiebre; mejorar la digestión; bajar la tensión arterial; así como para combatir los resfriados y dolores de garganta.

Para la belleza resulta también eficaz el rizoma de esta planta perteneciente a la familia de las Zingiberáceas, originaria del sureste asiático, puesto que fortalece y detiene la caída del cabello debido a que acelera la circulación sanguínea en el organismo, especialmente en el cuero cabelludo, estimulando su crecimiento y contribuyendo a su salud.

¿Cómo emplearlo? Licúe un trozo de jengibre y combínelo con una cucharada de aceite de oliva o de otro tipo; aplique esa mezcla sobre tu cuero cabelludo a través de un delicado masaje y deje actuar por al menos media hora, será mucho mejor si cubre su cabello con una toalla tibia o un nailon.

Luego, enjuague con abundante agua para remover los residuos y aplique el champú y el acondicionador cómo hace de manera usual. Debe aplicar este tratamiento una o dos veces por semana para obtener los resultados deseados. (Fuente: [Radio Rebelde](#))

<https://www.radiohc.cu/de-interes/miscelanea/242176-el-jenjibre-mas-que-un-condimento>



Radio Habana Cuba