

Descubre los 160 usos para el aceite de coco

Antibacteriano (mata las bacterias que causan las úlceras, infecciones de garganta, infecciones del tracto urinario, enfermedades de las encías y otras infecciones bacterianas)

Anti-cancerígenas (tiene propiedades antimicrobianas de modo que efectivamente previene la propagación de células cancerígenas y mejora el sistema inmune)

Anti fúngica

Anti-inflamatorio (parece tener un efecto directo en suprimir la inflamación y la reparación de tejidos, y también puede contribuir al inhibir los microorganismos nocivos intestinales que causan inflamación crónica.)

Anti-microbial/Infection (los ácidos grasos de cadena media y mono glicéridos que se encuentran en el aceite de coco son los mismos que los de la leche materna humana, y que tienen extraordinarias propiedades antimicrobianas.

Un antioxidante (protege contra la formación de radicales libres)

Antiparasitario (lucha por librar el cuerpo de las tenias, piojos y otros parásitos)

Anti-protozoos (Giardia, una infección protozoaria común de los intestinos)

Anti-virus (mata a los virus que causan la gripe, el herpes, el sarampión, la hepatitis C, el SARS)

Lucha contra las infecciones

No tiene efectos secundarios

Conocido para mejorar la absorción de nutrientes (de fácil digestión, vitaminas y minerales hace más disponible para el cuerpo)

No tóxico para los seres humanos y animales.

Tipo de aceite de coco que recomendamos usar:

Orgánico Virgen (sin refinar) los gustos y olores de aceite de coco y es ideal para cocinar y sofreír. A los alimentos le confieren un sabor de coco (leve) y el olor muy suave a coco. El aceite de coco sin refinar conserva el mayor valor nutricional y es superior al aceite refinado.

Prensado (refinado) de aceite de coco se puede utilizar para cualquier cosa. No tiene un olor o sabor con Coco. Es aún pendiente de utilizar, pero pierde algunas de sus propiedades para la salud durante el proceso de refinación.

El aceite de coco para la higiene personal / Cuerpo

1. Manchas en la Piel (también conocido como manchas del hígado) - La aplicación del aceite de coco directamente al punto le ayudará a desvanecerlo.
2. para después del afeitado - aceite de coco le ayudará a sanar su piel después del afeitado sin obstruir los poros.
3. La calvicie - se aplican tres veces al día a la zona afectada de la pérdida del cabello. El aceite de coco ayuda a la regeneración celular.
4. Marcas de Nacimiento - se puede utilizar después de un tratamiento láser para la eliminación. También se puede aplicar después de un tratamiento de vinagre de sidra de manzana para ayudar a apoyar y ayudar al proceso de decoloración.
5. Exfoliante Corporal - mezcla de aceite de coco y azúcar para frotar todo el cuerpo Enjuague y su piel será suave. Usted puede agregar en los aceites esenciales si quieres un olor específico.
6. Contusiones - aplica directamente sobre la herida, el aceite de coco mejora el proceso de curación al reducir la hinchazón y el enrojecimiento.
7. Cuando se aplican directamente a una picadura de insecto, el aceite de coco puede detener la picazón y sensación de quemazón, así como acelerar el proceso curativo.
8. Quemaduras - se aplican a quemar sitio inmediatamente y seguir aplicando hasta que sane. Reducirá las posibilidades de cicatrización permanente y promueve la curación.
9. Sólo frotar un poco en los labios y que no sólo actúa como un agente suavizante, pero también tiene un SPF de alrededor del 4 por lo que obtener un poco de protección
10. ¿Tiene problemas con la piel seca en el cuero cabelludo de su bebé? El aceite de coco no sólo nutrir la piel de su bebé, sino que también ayuda a eliminar la costra láctea. Simplemente frota en el cuero cabelludo de una cucharadita al día.
11. La caspa - empapa de aceite de coco en la hidratación de la piel seca del cuero cabelludo y alivia los síntomas de la caspa. También ayuda a controlar la

secreción de aceite del cuero cabelludo, otra de las principales causas de la caspa.

12 Desodorante - el aceite de coco puede usarse solo como un desodorante, pero aún más eficaz en combinación con el polvo de almidón de maíz / arrurruz y bicarbonato de sodio

13. Salve pañal - muy reconfortante en casos de sarpullido sin productos químicos perjudiciales. También seguro para los pañales de tela.

14. Exfoliante - el aceite de coco mezclado con el azúcar o la sal del mar es un exfoliante muy nutritiva y eficaz y seguro de usar en todo el cuerpo.

15. crema para los ojos - se aplican debajo de los ojos para reducir la hinchazón, bolsas y arrugas. El uso de las tapas por la noche.

16. lavado de cara- mezcla de aceite de coco partes iguales con aceite de oliva, aceite de almendras, aceite de aguacate y aceite de ricino y su uso en lugar del jabón al lavarse la cara. Moje la cara, frotar el aceite y dejar actuar durante dos minutos, enjuague y seque. Una cucharadita debe ser adecuada.

17 Acondicionadores para el cabello / Tratamiento Profundo - su uso como acondicionador del cabello mediante la aplicación de una cucharadita de aceite de coco a sus extremos y luego pasarse los dedos por tu cabello para distribuir el resto Para un tratamiento más profundo, frote con una cucharada de aceite de coco en su cuero cabelludo seco y suavemente hasta las puntas. Poner un gorro de ducha para evitar la transferencia de en ropa de cama y dejar toda la noche.

18 Cabello Gel / Defrizzer - frotar un poco entre las manos y dale forma ya sea en el cabello (para el pelo rizado) o un peine a través de los dedos en el cuero cabelludo hasta las puntas (para ondulada / el pelo liso).

19 Curación - cuando se aplica sobre rasguños y cortes, el aceite de coco forma una capa delgada, químico que protege la herida de polvo exterior, bacterias y virus.

20 Lubricante - es un todo-natural, lubricante personal perfectamente seguro. No es compatible con el látex!

21 Desmaquillador - use un hisopo de algodón y un poco de aceite de coco y usted se sorprenderá de lo bien que funciona!

22 Aceite de masaje - bastante simple, agarrar un poco y frotar!

23 Hidratante - simplemente sacar algunos fuera de la jarra y se aplican en todo el cuerpo, incluyendo cuello y la cara.

24 removedor del verrugas - cuando se aplica después de una compresa de vinagre de manzana durante varias semanas, los lunares se ha sabido que

"resbale", o simplemente desaparecen.

25 Crema del pezón - funciona muy bien para nutrir agrietados, dolor en los pezones o en seco. Aplicar a una bola de algodón y dejar en sus pezones entre las comidas.

26 Fix Piel Grasa - la piel grasa o un aceite zona T-? Use una cantidad tamaño de un chicharo debajo del maquillaje o solos para reducir la aparición de grasa.

27 Tratamiento Pre Champú para el pelo - frote un poco más en el cuero cabelludo y el cabello antes de lavarlo. Esto es especialmente útil para aquellos con curso o el pelo muy rizado.

28 Pre-Shave - El aceite de coco para preparar la piel del daño causado al momento de rasurarte

29 Problemas de la piel - el aceite de coco alivia los problemas de la piel como psoriasis, dermatitis y eczema.

30 Crema para Marcas de estiramiento - el aceite de coco es muy bueno para nutrir la piel dañada. Puede que no sea la curación de las estrías magia, pero le ayudará.

31 Para evitar las quemaduras - frote cantidades abundantes de aceite de coco en la zona afectada.

32 Sunscreen - ver mi post sobre protector solar natural para obtener información más detallada.

33 nadadores del oído - Mezclar el aceite el ajo y el aceite de coco y poner unas gotas en el oído afectado por unos 10 minutos. Haga esto 2-3 veces al día y suele ser en uno o dos días.

34. La curación del tatuaje y la crema hidratante - continuación del uso de aceite de coco en los tatuajes le ayudará a mantener el pigmento de la decoloración. Se utiliza en nuevos tatuajes, coco acelerará el proceso de curación y disminuir la posibilidad de infección.

35. Pasta de dientes - hay numerosas recetas por ahí, pero acabo de mezclar el aceite de coco y el bicarbonato de soda y aplique un poco de la mezcla en mi cepillo de dientes.

36. arrugas Prevención y reductor de arrugas - frotar aceite de coco en caracoles y la flacidez de la piel ayuda a fortalecer los tejidos conectivos para traer de vuelta esa mirada juvenil!

El aceite de coco para la Salud general y Bienestar

37. La lactancia materna - para las madres en período de lactancia, con un consumo de 3 ½ cucharadas de aceite de coco todos los días va a enriquecer la producción de leche.
38. Huesos y dientes - el aceite de coco ayuda a la absorción de calcio y magnesio que lleva a un mejor desarrollo de huesos y dientes.
39. Digestión - las grasas saturadas en los parásitos de aceite de coco contribuyen al control y hongos que causan la indigestión y otros problemas relacionados con la digestión, como el síndrome del intestino irritable. La grasa en el aceite de coco también ayuda en la absorción de vitaminas, minerales y aminoácidos, lo más sano a su alrededor.
40. Refuerzo de la Energía - el aceite de coco aumenta la energía y la resistencia por lo que es un gran complemento para los atletas, así como los que se necesitan un rápido me recogiera.
41. Gimnasio - aceite de coco se ha comprobado que estimula el metabolismo, mejorar la función de la tiroides, y escalar los niveles de energía, todo lo cual ayudará a disminuir la grasa no deseada y aumentar músculo.
42. Mejora la secreción de insulina y la utilización de la glucosa en sangre por lo que es ideal para los diabéticos y no diabéticos.
43. la función pulmonar - aumenta la fluidez de las membranas celulares.
44. Náuseas - frotar un poco de aceite de coco en el interior de la muñeca y el antebrazo para calmar un malestar estomacal.
45. sangrado de nariz - el aceite de coco puede prevenir el sangrado la nariz que es causada por la sensibilidad a capear tales como el calor extremo y frío extremo.
46. Aceite, con aceite de coco.
47. Alivio del Estrés - aliviar la fatiga mental, mediante la aplicación de aceite de coco en la cabeza en un movimiento circular, masaje. El aroma natural de coco es extremadamente calmante ayudando así a disminuir su nivel de estrés.
48. de vitaminas y la absorción de nutrientes
49. Pérdida de peso - las grasas saturadas contribuyen a la pérdida de peso y los antojos de control. También aumenta la tasa metabólica.

Aceite de coco para los problemas de salud (cuando se toman internamente es conocido por ayudar, prevenir, aliviar o incluso curar estos problemas de salud)

50. De reflujo ácido / ayuda para la indigestión si se toma después de una comida
51. La fatiga suprarrenal
52. Las alergias (fiebre del heno estacional)
53. Demencia de Alzheimer
54. El asma, incluso en los niños
55. Autismo
56. La función intestinal
57. Las infecciones bronquiales
58. Cáncer (se ha demostrado para prevenir cáncer de colon y de mama en pruebas de laboratorio)
59. Cándida Albicans
- 60 Colesterol - HDL mejora (colesterol "bueno") para el colesterol LDL (colesterol "malo") en la proporción de personas con colesterol alto.
61. Fatiga Crónica
62. Enfermedad de Crohn y la inflamación resultante
63. Circulación / sensación de frío todo el tiempo
64. Resfriados y Gripes
- 65 años. Estreñimiento
66. la fibrosis quística
67. Depresión
68. La diabetes - ayuda a mantener los niveles de azúcar en la sangre estable.
69. La disentería
- 70 Eczema - además de tomar internamente, muchos de ellos tienen éxito aplicando de forma externa.
71. Edema
72. Energía impulso
73. Epilepsia (conocido por reducir las crisis epilépticas)
74. Fiebre de Apoyo
75. La piel escamosa y seca
76. La vesícula biliar enfermedad y el dolor
77. Disminuye flatulencias
78. H. pylori
79. Los piojos de la cabeza
80. Enfermedades del Corazón (protege a las arterias de las lesiones que causa la aterosclerosis)
81. Las hemorroides, se puede aplicar externamente o internamente dos veces al

día

82. Virus.

83. los sofocos

84. El hipertiroidismo

85. Generador del sistema inmune

86. Síndrome del Intestino Irritable

87. Ictericia

88. Enfermedad Renal

89. Cálculos Renales (ayuda en la disolución de los mismos)

90. Enfermedades del Hígado

91. La enfermedad pulmonar

92. La desnutrición

93. Claridad Mental

94. Alivio de la menstruación en relación con el dolor / calambres y el flujo abundante de sangre

95. Las migrañas (con el uso regular)

96. Mononucleosis

97. Osteoporosis

98. La pancreatitis

99. Los parásitos

100. La enfermedad periodontal y la caries dental

101. Crecimiento de la próstata (hiperplasia prostática benigna)

102. El raquitismo

103. Problemas de la piel

104. El escorbuto

105. Úlceras de estómago

106. Uña hongo

107. Zorzal

108. Función tiroidea (regula la tiroides hiperactiva o poco activa)

109. La colitis ulcerosa

110. La glándula tiroides - Resultados posteriores han demostrado los análisis de sangre cada vez normal de la tiroides después de ingerir el aceite de coco al día

111. Infecciones del tracto urinario (infecciones de la vejiga)

Aceite de coco y problemas de salud (cuando se aplica tópicamente se conoce que puede ayudar)

112. El acné
113. Alergias / fiebre del heno - frotar un poco en el interior de las fosas nasales para el alivio rápido.
114. pie de atleta
115. El dolor de espalda / dolor en los músculos
116. Forúnculos y quistes
117. Las aftas
118. Celulitis
119. Curación
120. Descongestionante - frote el aceite de coco en el pecho y debajo de la nariz congestionada, cuando de un resfriado o alergias
121. La infección del oído - coloque unas gotas dentro del oído dos veces al día para el alivio del dolor. También combate la infección.
122. las verrugas genitales (a través de la aplicación tópica de más de 6 semanas, y los enemas de aceite de coco dos veces al día dependiendo de la ubicación de las verrugas)
123. Enfermedad de las encías y gingivitis (usar como pasta de dientes o frotar directamente sobre las encías)
124. Herpes (aplicación tópica y se toma internamente)
125. La urticaria (picor y reduce la inflamación)
126. Ojo rosa (que se aplica alrededor y en el ojo)
127. La tiña
128. Dolor de muelas
129. Las verrugas

Aceite de coco y la Cocina

130. Sustituto de la mantequilla - 1 taza de utilizar a la relación de la taza del 1 al sustituir la mantequilla en las recetas con aceite de coco.
131. Suplemento Nutricional - derretir y agregar a los licuados.
132. Alternativa para / mantequilla / manteca
133. De repuesto para diversos aceites en forma líquida - para hornear, cocinar, saltear, etc.

Aceite de coco y de mascotas y animales

Consulte con su veterinario, pero la dosis recomendada para los animales es 1/4 cucharadita por cada 10 libras de peso corporal dos veces al día.

134. Ayuda a la curación de los trastornos digestivos, como síndrome de intestino inflamatoria y la colitis

135. Ayuda en problemas de artritis o de los ligamentos

136. Ayuda en la eliminación de las bolas de pelo y la tos

137. Se aplica por vía tópica, promueve la curación de cortes, heridas, puntos calientes, sequedad de la piel y el pelo, mordeduras y picaduras

138. Aclara condiciones de la piel tales como eczema, alergias de la pulga, dermatitis de contacto, y picazón en la piel

139. Desinfecta los cortes y promueve la cicatrización de heridas

140. Ideal para perros y gatos para el bienestar general. Sólo tiene que añadir una cucharadita de su tazón de agua al día.

141. Ayuda a prevenir o controlar la diabetes

142. Ayuda a los perros sedentarios siente lleno de energía

143. Ayuda a reducir el peso, aumenta la energía

144. Mejora la digestión y la absorción de nutrientes

145. Hace capas convertido lisa y lustrosa, y desodoriza olor a perro

146. Triglicéridos de cadena media (MCT) se ha demostrado que mejorar cerebro metabolismo energético y disminuir la acumulación de proteína amiloide que resulta en lesiones cerebrales en los perros viejos.

147. para prevenir y tratar las infecciones por levaduras y hongos, como Candida

148. Reduce las reacciones alérgicas y mejora la salud de la piel

149. Reduce o elimina el mal aliento en los perros

150. Regula el equilibrio y la insulina y promueve la función normal de la tiroides.

Otros usos para el aceite de coco

151. Goma de mascar en Depilador - sólo frotar un poco de aceite de coco sobre la goma de mascar pegada, dejar por unos 30 minutos, y luego retirar el chicle entre la punta del dedo.

152. Goo Gone - sólo mezcle el aceite de coco partes iguales y bicarbonato de sodio hasta formar una pasta. Aplicar a la "pegajosa" de área y dejar reposar durante un minuto. A continuación, raspe con un viejo cepillo de dientes o la cara

de maleza de una esponja.

153. Repelente de insectos - El aceite de coco con mezcla de extracto de aceite de menta y frote toda la piel expuesta. Mantiene los insectos fuera mejor que cualquier cosa que contenga DDT! más seguro también.

154. Hidratación y limpieza de los productos de cuero

155. La lubricación de los tableros de madera de corte y cuencos de madera

156. Pulido Bronce - todo lo que tienes que hacer es frotar un poco de aceite en una toalla de algodón y luego limpiar la estatua. Limpia y ayuda a profundizar en el color de su bronce.

157. pulimento de los muebles - el aceite de coco con un poco de jugo de limón para muebles de madera de uñas. Sin embargo, le recomiendo que lo pruebe por primera vez en una muy pequeña parte discreta de sus muebles para asegurarse de que funciona de la manera que quieras.

158. condimentos de origen animal

159. Condimento utensilios de cocina

160. La fabricación de jabón

Fuente: <http://www.unavidalucida.com.ar/>