

A Memória está Falhando? Tome 3 colheres desse Remédio e Elimine de Vez o Problema!

23 AGOSTO 2016 em [esquecimento](#), [falha na memória](#), [remédio natural](#), [memória](#), [sálvia](#), [alecrim](#), [Bem-estar](#)

[Compartilhar no Facebook](#)

[Twitter](#)

Todo problema de memória deve ser investigado por um bom médico. Quando um problema sério, como *Alzheimer* é descartado, é quase certo que **as falhas de memória têm relação com o estresse e o cansaço mental**. Neste caso, **remédios caseiros e naturais podem ser sim a solução**.



O elixir de alecrim e sálvia, por exemplo, é excelente para combater problemas de memória e revigorar a mente.

O alecrim e a sálvia, os componentes da fórmula, são poderosos tônicos não só para a mente, mas para todo o organismo. O **alecrim** é um poderosíssimo **estimulante orgânico que favorece a atividade mental (memória)** e atua contra o estresse e a ansiedade.

A **sálvia** contém grandes quantidades de **flavonoides que estimulam o funcionamento do cérebro** e podem ter efeitos sobre o humor.



Vários trabalhos mostraram que, depois de ingerirem uma cápsula de óleo de sálvia, voluntários imediatamente apresentaram melhor desempenho em exercícios nos quais deveriam lembrar palavras, principalmente em relação a pessoas que haviam ingerido placebo.

Participantes que tomaram o óleo disseram que se sentiam mais concentrados, tranquilos e satisfeitos.

Psicólogos da *Universidade Nortúmbria* em Newcastle, Inglaterra, descobriram que simplesmente cheirar o extrato de sálvia pode reproduzir alguns desses efeitos.

Em julho de 2010, os pesquisadores relataram que pessoas que se submeteram a uma bateria de testes por computador numa sala aromatizada com sálvia comum apresentaram memória mais precisa que aqueles que realizaram os mesmos exames em ambiente desodorizado.

Segundo os cientistas, outra razão para a folha de sálvia estimular a memória é o fato de ser rica em hispidulina, substância que parece interagir com receptores de células cerebrais formando *ácido gama aminobutírico (Gaba)* - um neurotransmissor que afeta justamente a cognição e os estados de ânimo.

E como é feito o elixir para a memória de alecrim e sálvia?

Vamos ensinar agora a receita.

Ingredientes

- 1 litro de vinagre de maçã de boa qualidade
- 2 colheres (sopa) de alecrim
- 2 colheres (sopa) de sálvia
- 100 mL de mel puro (se for diabético, faça sem mel)

Modo de Preparo



- Lave bem as ervas e deixe-as secar completamente.
- Coloque-as em uma garrafa com tampa e adicione o vinagre de maçã.
- Se tiver diabetes, não precisa adoçar. Mas, se não tiver, coloque 100 mL de mel.

Guarde a garrafa num local escuro e livre de circulação do ar por 15 dias. Passado esse tempo, o remédio estará pronto para o consumo.

Tome 3 colheres (sopa) por dia. É bom tomar com um pouco de água. O ideal é fazer com as ervas frescas.

Mas, se não for possível, faça com as que se vendem desidratadas em lojas de produtos naturais. Neste caso, reduza a quantidade para 1 colher (sopa) de cada uma das ervas.

Essa receita vale a pena compartilhar!