Receita ayurvédica

Quiabo contra dor na boca do estômago (amlapitta)

Acesso público. Data: 21/11/2026 21:42 (horário de Brasília)

Om
Ayurvedese®

preparação ayurvedica indicada para epigastralgia (amlapitta). Base: quiabo.

Ingredientes

- Quiabo
- colher de sobremesa de flores do quiabeiro — 1 unid.
- colher de sobremesa de camomila (Matricaria recutita) — 1 unid.
- água — 100 ml
- Adoçante a gosto

Modo de preparo

Adoçar gosto. Em seguida, peneirar. Preparo sugerido: infundir ~1 colher de chá dos ingredientes em ~1 xícara (200 ml) de água quente por 5–10 min; coar e beber morno.

Posologia e dose

Modo de uso: Ingerir 1 xícara, 3 vezes ao dia.

Indicação clínica

Epigastralgia (amlapitta)

Esta receita é uma orientação geral e não substitui acompanhamento médico ou de outros profissionais de saúde — se estiver em tratamento clínico, mostre este documento a quem cuida de você.

O Ayurveda no Brasil é reconhecido como Prática Integrativa e Complementar pelo Ministério da Saúde (PNPIC, Portaria GM/MS 971/2006 e Portaria 849/2017).

Aplica-se de forma integrativa e complementar ao seu cuidado, não como substituição.

Acesse esta receita pelo celular