12/03/2025

ECONOMIST&JURIST

Ana Sánchez Blázquez
Redacción E&J

Estas infusiones alivian la hinchazón abdominal y dejan efecto vientre plano

Las infusiones son uno de los mejores remedios caseros para aliviar el malestar digestivo, especialmente después de una comida pesada y copiosa. Las infusiones antiinflamatorias se consolidan como una de las mejores ayudas a la hora de aliviar dolores e hinchazón abdominal, aunque no hacen milagros sin una buena alimentación, ejercicio físico y demás hábitos imprescindibles para llevar una vida saludable.

Estas infusiones eliminan la hinchazón abdominal y ayudan a disminuir la retención de líquidos, dejando el estómago calmado y el vientre más plano, ya que llevan ingredientes naturales que facilitan la digestión y alivian las molestias de la zona. Aunque algunas, además, favorecen en otros aspectos, como con la circulación de la sangre y la retención de líquidos.

Lo ideal es tomarlo después de las comidas ya que produce el efecto de inmediato, aunque si se consume así, recomiendan que se tome otra más durante el día para potencia sus efectos. Además, consumirla después de la cena calma

...

SUSCRÍBETE > para una conversión completa a PDF |